

Fundado el 27 de junio de 1958

EL DIARIO DE LA PROVINCIA DE BÍO BÍO

www.latribuna.cl

\$300,00 (IVA incluído) \$350,00 (Atrasado)



Cyber Monday: Recomendaciones para comprar on line

La quinta versión del evento más importante del país comenzará a las 00:00 horas del lunes 16.



CRÓNICA, 10

Conozca la mejor vitrina empresarial de la provincia

66 microempresarios darán vida a esta primera versión productiva local que contará con diversas atracciones.

Mega operativo de la PDI capturó a más de 60 prófugos de la justicia

La gran mayoría mantenía órdenes de arresto vigente por diversos delitos, entre ellos violación y hurto. Las detenciones se realizaron en tiempo récord en diferentes puntos de la provincia.



DEPORTES, 19

Jugador aclara confuso incidente con un hincha al interior del Mall

Los primeros antecedentes apuntaban a una supuesta agresión por parte de Isaías Peralta.

POLICIAL, 7

Delincuentes ingresan a robar a Nuevo Mundo destruyendo máquinas

Uno de los involucrados fue arrestado y juzgado por el asesinato del reconocido panadero del sector de Paillihue.

CRÓNICA, 9

Presentan nuevo Plan de Descontaminación en Los Ángeles

La medida incluye el recambio de 10 mil artefactos a leña y la entrega de subsidios de acondicionamiento térmico.

CRÓNICA, 8

\$211.000 debería pagar un chileno por quemar la bandera

La Constitución estipula que el símbolo patrio debe ser izado de forma correcta y no puede estar sucio ni arrugado.





Esto de no estar en el Estado...

n asunto complicado en todos los gobiernos socialistas, está relacionado con esta cosa de "engolosinarse" con las platas públicas y más que eso, con la "pega" bien remunerada, a veces, haciendo poco o nada.

Y esto es un problema.

De partida, para afirmarse en el gobierno, definen una primera verdad que rebatírsela, es un drama social abrumador: "La verdad la tienen los funcionarios del Estado porque, ahí está la inteligencia". El resto, el pueblo trabajador, aquel que crea empleos, paga impuestos, hace funcionar su imaginación creadora, pelea con los bancos, paga y paga por todo, es una persona revisionista, burguesa, capitalista y enemiga de los trabajadores. Por lo tanto, su palabra no vale nada y si pretende levantar la voz para hacerse oír, le llega un vendaval de slogans, o frases previamente estudiadas, generalmente acompañado de puños en alto y rostros de un odio absoluto, exigiéndole que pague más impuesto porque ellos quieren más y más bonos millonarios.

Caminaba por los amplios pasillos del Banco Estado en Santiago. En cada oficina, la secretaria, generalmente bien presentadita, café en mano, se lamenta que no la dejen fumar. De contraparte, una "señora del aseo", que es la que le lleva los "puchos", la anima para que vaya a fumar al escondite de siempre, "ahí no hay nadie y el que llega, es porque se va a fumar también". La secretaria le comunica al "jefe, voy y vuelvo". Desaparece. Copucha en ristre, logro "aguaitar" el escondite y me encuentro que son harto más de una docena que están en lo mismo. Están tranquilas, bono en mano de seis millones trescientos mil



pesos, las tiene en paz. Vuelvo a mis quehaceres bancarios y recuerdo que elevaron los intereses por un préstamo que estoy solicitando para el trabajo. "De ahí sacaron el bono", medito irónicamente. Termino mis trámites, debo volver a Los Ángeles, a trabajar, levantarse temprano, buscar las semillas, abonos, una herramienta que se me encarga. Luego venderé el producto del trabajo y dividiré las platas recibidas en tres partes: A.- Para el banco que financiará los bonos del personal, B.- Para los tributos del Estado, que pagará incluso a los que no trabajan y C.- Lo que queda, para nosotros, familia. En el verano, a ninguna parte. El trabajo repleta todo el tiempo, además los agricultores no tenemos "centros vacacionales", no hay cabañas ni nada, sólo impuestos e intereses. Las señoras alegan, los hijos también. El vecino del frente, se prepara. Estuvo en huelga más de un mes en su "Servicio", le pagaron como si lo hubiese trabajado y ahora, casi un mes de vacaciones, se inscribió con una cabaña de su banco, de su servicio, de lo que sea y pagará la nada misma. Total, el campesino del frente, lo mantendrá a la vuelta por un año más... incluso con bono incluido y platita para otro mes de huelga. ¡Viva Chile!

Protegiendo a los consumidores

a palabra colusión lamentablemente ha vuelto a la palestra noticiosa por estos días. Una vez más hemos sido víctimas de la estrategia comercial de grandes empresas que por años jugaron con el bolsillo de todos los chilenos. Un juego que silenciosamente perjudicaba la economía de miles de hogares a través de un producto tan indispensable como el papel higiénico.

Diez años de colusión entre dos grandes empresas papeleras de Chile que mantuvieron altos precios de productos como el papel higiénico, toallas, pañuelos desechables, servilletas, y entre otros productos "tissue". Se calcula que cada empresa habría generado utilidades del orden de US\$23 millones cada año. Utilidades a costa del bolsillo de millones de chilenos, pero además bajo la impunidad más absoluta.

La Presidenta Michelle Bachelet condenó este hecho y lo calificó como inaceptable, en el que corresponde, aseguró, se aplique todo el rigor de la ley. Es por esto, que una vez conocida la denuncia por la Fiscalía Nacional Económica (FNE), la Presidenta se preocupó personalmente de poner suma urgencia al proyecto de Ley que "Fortalece el Sistema de Defensa de la Libre Competencia" que en marzo de este año ingresó al Congreso.

Esto, ya que no se puede dejar impune un minuto más a empresas que atentan contra la libertad de mercado y la economía de nuestros ciudadanos.

Este proyecto de Ley establece endurecer las multas a los ejecutivos o directivos que participen o sean responsables de este tipo de situaciones, junto con elevar las multas a las empresas y penas de cárcel para aquellos eje-



cutivos que se coludan, con el fin de asegurar un adecuado funcionamiento del mercado y una mayor protección de los consumidores.

Por otro lado, con esta nueva ley se busca inhabilitar para cargos públicos a aquellos que incurran en la colusión, pues nos parece que participar en este tipo de acciones atenta contra toda credibilidad y afecta la confianza de los consumidores.

Sernac oficiará a ambas empresas para buscar una compensación a los consumidores. También gracias a los avances en materia de atribuciones para la Fiscalía Nacional Económica ocurridos en la anterior administración de la Presidenta Bachelet, la entidad podrá investigar de manera más eficaz, incautando evidencia y estableciendo procedimientos policiales.

Si bien es imposible asegurar que estas prácticas no se vuelvan a cometer, lo que sí parece ser claro es que ya no podrán realizarlas con impunidad y a costa de los consumidores. Todos queremos reactivar el crecimiento económico del país, pero con un fortalecimiento de la competencia, no con trampas.

La demagogia de los anuncios Pérez Varela Senador

Mucho se ha hablado y debatido sobre las denominadas Farmacias Populares, tema que más allá de lo llamativo de los anuncios, guarda una serie de interrogantes que evidencian la falta de análisis de la medida. En este sentido, tenemos que partir de la premisa de que los municipios tienen la obligación de entregar gratuitamente los medicamentos a todas las personas beneficiarias del Fondo Nacional de Salud, Fonasa, a través de los diversos centros de atención primaria de salud, consultorios y Cesfam. Situación que muchas personas desconocen, por lo mismo, no se entiende la lógica de una medida que va orientada directamente a usuarios que legalmente tienen el derecho a recibir sin ningún tipo de costos sus medicamentos.

En virtud de lo anterior, uno puede deducir a la luz de los antecedentes que las Farmacias Populares, no son en esencia una solución verdadera a la inequidad en el acceso a medicamentos que

existe en nuestro país dado los altos costos. Al respecto, durante la jornada de ayer los laboratorios se sumaron al debate reconociendo que usan listas de precios diferenciadas para vender los medicamentos, en este caso la Central Nacional de Abastecimiento - Cenabast-, dependiente del Ministerio de Salud, los adquiere a través de licitaciones, las que por el volumen de compra llevan a que las empresas impulsen precios competitivos que van entre las 5 y las 50 veces más baratos. Aĥora, al momento de vender a las farmacias independientes -las cuales corresponden al 10% del mercado- y a las cadenas farmacéuticas, la situación cambia diametralmente ya que los precios superan ampliamente los aplicados a la Cenabast, situación, que más allá de los argumentos entregados por los laboratorios es completamente injustificable, con un efecto negativo -que sí o sí -termina redundando en la ciudadanía.

Por ello si el objetivo es fortalecer la salud pública, a la cual acceden los sectores más vulnerables de la población, la condicionante debería ser entonces que los alcaldes utilicen los recursos para reforzar las farmacias de los consultorios y Cesfam, ya que muchas personas que se atienden a través de ellos, no pueden acceder gratis a sus medicamentos, sólo, porque no se encuentra en stock. Situación, que sin duda, no se soluciona a través de una Farmacia Popular, ya que las personas podrán adquirir en ellas, claro a un precio más conveniente, el medicamento, pero finalmente estarán incurriendo en un gasto, cuando en realidad el medicamento debería haber sido entregado sin costo alguno en su Cesfam o consultorio correspondiente.

Con esto uno se da cuenta que es muy fácil anunciar medidas populistas y mediáticas, pero claramente, cuando se hace un análisis más profundo nos damos cuenta que este tipo de acciones poco y nada favorece a los sectores más vulnerables. Es más incluso con esta medida se puede provocar un debilitamiento de los centros de salud dependientes de los municipios y en consecuencia lejos de beneficiar se le va a estar perjudicando a las personas de más escasos recursos.

Uno esperaría que se impulsaran políticas públicas más amplias, que garanticen el acceso a los medicamentos a través de precios justos y accesibles para toda la ciudadanía, pero en cambio se potencia una medida como las Farmacias Populares, que no hacen más que institucionalizar la falta de gestión por parte del Ministerio de Salud y de la red de atención primaria. En este sentido sería positivo que los alcaldes, más allá de sumarse prematuramente a la medida, escucharan otras posturas, como la del Colegio Médico quienes a nivel nacional, han advertido respecto a la inconveniencia de estas Farmacias Populares, ya que finalmente no favorecen a los sectores más vulnerables como se asegura.

Cuando uno escucha estos rimbombantes anuncios, más allá de las buenas intenciones que puedan contener, se deben realizar los correspondientes análisis para determinar si efectivamente dicha medida es aplicable o no. En Chile deberíamos estar acostumbrados a ello, un claro ejemplo es la gratuidad en la educación superior,

situación en la que el gobierno aseguraba una serie de beneficios, lo cual finalmente desembocó, en que los estudiantes de los sectores más vulnerables, que estudian en centros de formación técnica e institutos profesionales, cuyas entidades no cumplen con los requerimientos contenidos en la Reforma Educacional, no podrán acceder al beneficio, es así, como en Los Ángeles el 95% de los estudiantes de educación superior no podrán acceder a dicha gratuidad.

Entonces, la situación de la gratuidad en la educación nos debería hacer reflexionar sobre las reales implicancias de diversas medidas. Ya que así como la gratuidad no fue una real solución para la problemática de la educación superior en nuestro país, las Farmacias Populares, tampoco son la solución para la inequidad en el acceso a los medicamentos, sino que más bien son el síntoma de un problema mucho más profundo como lo es la falta de gestión y de medidas de flexibilización de los precios de los medicamentos para que los beneficios sean reales y extensibles a toda la ciudadanía.

LA VOZ DE LA PROVINCIA

Pehuenches queman bandera chilena y denuncian ser excluidos por el Estado

@Eduardo Estrada. ¡Mal pelado el chancho! En Chile, todos los nacidos en territorio nacional, son chilenos. Las excepciones las define nuestra Constitución Política del Estado. En ninguna parte se establece que los lugareños cordilleranos son extranjeros o que pertenezcan a otra nación. Nuestras autoridades, insisten en separar a los chilenos, entregando granjerías a unos y negándoselas a otros que, en las mismas condiciones, viven y trabajan en otros lugares. Por otra parte, según las declaraciones del señor que se atribuye un título de jerarca o manda más, y el atrevimiento de quemar nuestro emblema nacional, es fácil colegir, la influencia politiquera que se ha establecido en nuestro país. Si el gobierno no pone límites a estos desmanes, nos esperan dificultades que serán difícil eludir.

@Neweyan Purrán. ¿Mal pelado el chancho?, considero que este chancho lo comenzaron pelando mal los chilenos, desde que algún jerarca (1800) de forma unilateral se tomó el atrevimiento de querer someter a un pueblo bajos reglas europeas, sin tomar en consideración que las reglas para el mundo mapuche ya estaban descritas.

Que hoy un lonko, máxima figura de nuestro mundo se oponga a que su nuestra cosmovisión, nuestro pasado y nuestra educación ancestral se extinga es una acto/producto fehaciente de que las políticas impuestas han fracasado. Los Angeles, le hace falta reflexionar.







FRASE DEL DÍA

Chile "recurre a sus maniobras militares y va a recurrir a ello, pero es la desesperación de un gobierno internacionalmente aislado y lo aísla más".

Álvaro García, vicepresidente de Bolivia.



Ño Panta



- Ño Panta ¿qué hacemos, nos preocupamos por la gente o por el Modelo?
- Mmmm, ¿se puede hacer una mascotita pa'l Modelo?

Las opiniones y conceptos vertidos por los columnistas en nuestras páginas de redacción son de absoluta responsabilidad de sus autores y no necesariamente representan el pensamiento de La Tribuna.

LA DIRECCIÓN

EDITORIAL

Chile Vamos y un anuncio que está de más

Es hora de que las virtudes públicas, no escondan vicios privados, donde, de una vez por todas, se pueda mirar de frente a la ciudadanía.

urante este martes la Alianza, hoy reunida con Evopoli y el PRI bajo el nombre de Chile Vamos, realizó una importante asamblea para determinar los mecanismos en que escogerán a los candidatos a alcalde en al menos 34 comunas del país, de cara a las próximas elecciones

Más allá del hecho mismo, llama la atención lo declarado por el secretario general de Renovación Nacional, Mario Desbordes, cuando indica que "evidentemente que no vamos a llevar alcaldes que estén condenados por delitos que tengan que ver con faltas a la probidad y aquellos que estén en proceso, la coalición va a ver caso a caso la situación de cada uno de ellos".

Con estas palabras, da cuenta de un paupérrimo escenario político, donde existe una posibilidad de que existan aspirantes que carecen de ética, que deberán pasar por un filtro. Quizás cuantos se pasarán.

En primer lugar, quienes tengan conflictos con la transparencia, la probidad o la justicia, ni siquiera deberían tener la mera idea de presentarse a sus partidos para candidatearse. Es hora de que la política comience a limpiarse de las personas corruptas e inescrupulosas o de mal actuar.

En segundo lugar, los partidos políticos deberían ser bastante estrictos en sus estatutos para no permitir que personas que militen en sus filas, ensucien con sus actos al resto de sector. No se deben aceptar este tipo de personas y quienes ya están en sus filas deben ser duramente sancionados con

Es hora de que en Chile se comience a buscar la honestidad y transparencia basados en la incorruptibilidad de sus integrantes. El poder que poseen los políticos, tal como lo dijera el martes pasado en su columna el consejero regional Mario Morales, muchas veces escapa de lo que determina la ley y ahí está el peligro.

Para una agenda que busque la probidad, no puede haber cabos sueltos ni meras posibilidades de ensuciar los puestos de poder con personas que no son transparentes.

La Presidenta Michelle Bachelet anunció el lunes, tras la aprobación de ley que establece pérdida de cargos por infracciones a la ley electoral que "la democracia y la política son de todos y no podemos tolerar que sean capturadas por el poder del dinero. Lo que corresponde en consecuencia es actuar, y actuar con decisión... la señal que como país estamos dando: quien traicione el espíritu de la democracia, no podrá ser actor de ella".

Esto más que precisar en la palabra y la legislación el nuevo mecanismo para evitar transgredir los procesos públicos, debe ser de obra y comportamiento.

Es hora de que las virtudes públicas, no escondan vicios privados, donde, de una vez por todas, se pueda mirar de frente a la ciudadanía.

La denuncia como forma de disminuir la delincuencia

as últimas estadísticas entregadas por Carabineros de Chile en la provincia, sostienen que los delitos de mayor connotación han disminuido en un 12% en lo que va del año en Bío Bío.

Los delitos violentos han registrado una baja de un 16% respecto a igual periodo de 2014 y los cometidos contra la propiedad disminuyeron en un 10%. Ello se traduce en mil 225 casos menos que el año pasado.

Frente a tan buenas cifras, es dable destacar la labor realizada por la policía uniformada en Bío Bío ante la prevención de los ilícitos que pudiesen afectar a las 14 comunas que conforman la provincia.

Prevenir la delincuencia es una tarea de todos, no sólo de la policía. Como ciudadanos será necesario adoptar medidas de autocuidado a fin de no ser abordados por antisociales.

Igual de importante es la denuncia que las personas puedan formular en caso de haber sido víctimas de un delito o de presenciar uno.

Es posible que muchos habitantes, algo desilusionados, se reúsen a hacerlo ya que sentirá que -con ello- no será posible cambiar las circunstancias. Sin embargo, realizar una denuncia puede tener una importancia trascendental.

¿Por qué se preguntará usted? La denuncia es el único medio concreto que la policía tiene para tomar conocimiento respecto de actos delictuales que puedan estar registrándose en un determinado sector de la comuna

Ello, además, permitirá a los funcionarios policiales adoptar las medidas y estrategias necesarias para evitar que se sigan cometiendo los ilícitos y brindar mayor seguridad a los habitantes.



Propietario: Empresa Periodística Bío Bío Ltda., editora de Diario LA TRIBUNA Presidente: Miguel Zunino Besnier Gerente General y Representante Legal: Enrique Ramírez Acevedo Director: Gabriel Hernández Veloso Jefe de Diseño: Sebastian Moreno Reyes

Dirección: Colo Colo 464 - Los Ángeles Fonos: 2313315 - 2311040 - 2325533 / Radio San Cristóbal: 2314987 Casilla Electrónica: director@latribuna.cl prensa@latribuna.cl - prensalatribuna@gmail.com Sólo como impresor: Impresora La Discusión S.A.



Cartas al Director

PROBIDAD

Señor Director:

El pueblo ha sido protagonista de dar poder a los políticos. Somos nosotros con nuestro voto, quienes tenemos la decisión de optar por nuestros líderes. Exacto. De los mismos que nos quejamos, ellos, son puestos en ese lugar por nosotros.

Las faltas a la probidad conocidas durante este año, han sido en demasía una decepción para la ciudadanía.

Es como un cáncer, ramificado por todos lados. La opción que queda, que dejemos de convencernos por los lindos slogan y campañas de "ahora sí que lo haremos bien". Comencemos a botar por la cabeza y la honestidad y no por quien es más simpático o quien escuchamos más en la televisión.

Luis Seguel

CALOR

Señor Director:

Que agradable sería poder caminar a la sombra por las calles de Los Ángeles en este periodo de primavera-verano. El problema, durante el invierno, cortaron casi todos los árboles. Una pena.

Macarena López

QUEMA DE LA BANDERA

Señor Director:

Un grupo de activistas supuestamente "pehuenches" de la comunidad "Malla-Malla", procedió a quemar la bandera nacional, protestando por el abandono en que los tienen las autoridades, el poco respeto por "su" cultura ancestral, y los atropellos de las empresas instaladas en la zona.

Al respecto, es necesario señalar que los problemas de dicha comunidad, cuyo "lonko" se llama Segundo Suárez (¡qué apellido tan "mapuche"!), y de otras similares, son los mismos que viven a diario miles de chilenos a lo largo y "ancho" de nuestro país. En un sistema político tan centralizado, corrupto y deslegitimado, las poblaciones más apartadas de las grandes ciudades sufren postergaciones e intervenciones que afectan gravemente su calidad y estilo de vida. Sin embargo, a estos compatriotas no se les ocurriría jamás quemar la enseña patria para llamar la atención de los mandamases del Estado. Acciones tan viles como ésa, son propias de comunistas despatriados o de traidores que actúan coludidos con quienes nos agreden constantemente desde el exterior.

En respuesta a esta acción de bajeza repudiable, las declaraciones del gobernador provincial nos explican el porqué del verdadero clima de sublevación "indígena" existente en la 8a. y 9a regiones, y dejan al descubierto a sus reales responsables. Dice el gobernador Barceló ("La Tribuna", 10/11/2015):

"(..) lo único que puedo decir es que esto causó algún grado de desazón en la comunidad chilena (sic), los pehuenches son parte de nuestro Estado, si bien son una nación distinta..." Las desafortunadas palabras del gobernador dejan en evidencia que quienes requieren de mayor educación cívica, nacional e histórica, son las "autoridades" de nuestro país. Los pehuenches y otros grupos "indígenas" no son parte de esa ficción denominada Estado (simple instrumento al servicio de la Patria); quinientos años de vida en común los hacen miembros de algo mucho más importante: de la nación chilena, única admisible dentro del territorio nacional. Los apellidos de la mayoría de estos supuestos mapuches corroboran lo anterior.

Es posible entender que en una sociedad desnaturalizada, donde se privilegia a los extranjeros, algunos chilenos vivarachos hayan optado por "extranjerizarse" para obtener beneficios del Estado. No obstante, Chile no puede aceptar la profanación de sus emblemas, ni las acciones terroristas, para lograr estos fines. Quienes quemaron la bandera nacional deben ser procesados y quedar excluidos de toda ayuda estatal.

Sergio Larenas Chávez

FORMAR CIUDADANOS

Señor Director:

Desde los resultados del informe Coleman de la década del 60 en los que quedó de manifiesto la segregación en la educación en Estados Unidos y la escasa contribución de la escuela a la formación de niños y niñas, la educación en el mundo fue generando una serie de cambios en el proceso de enseñanza – aprendizaje.

Dichos cambios incluyeron potenciar la participación de los padres en la educación de sus hijos e instalar una serie de nuevas áreas de desarrollo: liderazgo pedagógico, misión, visión, modificaciones en el currículum y mejora en las estrategias de enseñanza, entre otros. Este movimiento de las denominadas escuelas efectivas centró su mirada en potenciar aspectos que eran propios de instituciones ajenas a la educación (en este caso, la empresa privada) y, aunque rindió sus frutos, por lo menos es aspectos medibles como el rendimiento académico, dejó de lado cuestiones relativas al contexto educativo y a la historia de cada establecimiento educacional.

Hoy varios expertos señalan lo inapropiado del modelo de escuelas efectivas e indican, sobre todo desde la formación en ciencia y tecnología, la urgencia de formar lo que se denomina el ciudadano necesario. Este concepto mucho más pertinente a las demandas actuales muestra como imperiosa la formación de ciudadanos, es decir, personas que participen socialmente y contribuyan en proyectos sociales comunes.

De esta manera, quien forma parte de las aulas debe ser quien posteriormente tome las decisiones y, mediante distintas acciones sociales y civiles, asuma los desafíos del mundo globalizado, de los cambios tecnológicos propios de la sociedad del conocimiento y de cuestiones medioambientales y políticas.

No obstante, el desafío es complejo toda vez que el ciudadano común y corriente se asombra con cuestiones que surgen en la política pública y del mundo de la empresa, cuestiones de las que no somos parte, pero que sin embargo, nos afectan a diario. Un ejemplo de aquello es lo que ha sucedido en Chile con las empresas papeleras, cuyo efecto social ha sido una pequeña ilustración de la desinformación que posee cada uno de nosotros y del exceso de información y control que maneja un grupo selecto de personas. Contribuir a la formación del ciudadano necesario requiere que las escuelas y la política educativa formen en aspectos relativos a la comprensión de este tipo de fenómenos, de tal manera que se potencie la toma de decisiones y las convicciones de las personas.

Giulietta Vaccarezza Garrido Psicóloga y académica Facultad de Psicología Universidad San Sebastián

CENSO

Señor Director:

Hace unos días estuvo la directora regional del INE organizando parte de lo que será el censo del próximo año, debido al fracaso del anterior. Me gustaría saber en qué quedó esa investigación, quienes fueron los responsables y cuáles fueron las sanciones.

Luis Pincheira

CICLOVÍAS INTERRUMPIDAS

Señor Director:

Cómo es posible que exista una reja interrumpiendo la ciclovía de calle Balmaceda con Gabriela Mistral. En primer lugar, habría que saber si el dueño tiene la autorización para hacer esto, y en segundo, si es así, por qué el Serviu no expropió en su momento ese espacio para la construcción de la ciclovía.

Son parte de las preguntas sin respuestas de nuestra ciudad, acostumbrada a este tipo de desastres en sus calles y veredas.

Guillermo Benavides

JÓVENES Y LA FUNCIÓN PÚBLICA

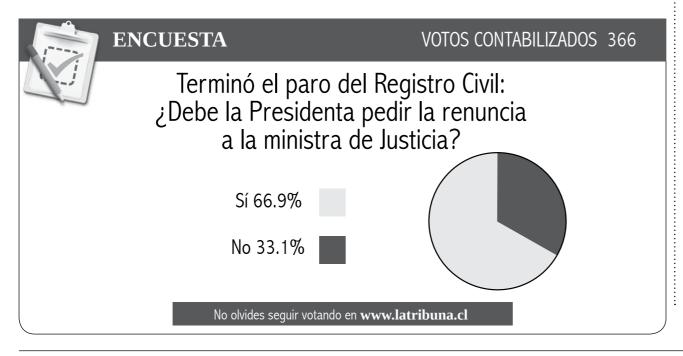
Señor Director:

En momentos en que la indignación y el descrédito de la actividad pública parecen ser menester diario, sugerente es dar paso a la propuesta y generación de oportunidades que permitan oxigenar nuestra democracia como un espacio no sólo de desenvolvimiento ciudadano, sino como una instancia resolutiva plena, que acoja la discrepancia y la transforme en participación efectiva.

Lo anterior, claramente, es una oportunidad de cara a los próximos comicios municipales, donde el sentido del servicio público tiene la opción de potenciarse, o en su defecto, continuar de manera indolente al naufragio que algunos pareciera que quieren llevarle con sus errores y falencias inexcusables.

En ello, como promotores de reposicionar la función pública se erigen las opciones jóvenes que los distintos partidos políticos postulen de cara al desafío municipal. Por tanto, bienvenida y necesaria la renovación de rostros, y más importante aún, las propuestas innovadoras que sintonicen con las necesidades y expectativas de la ciudadanía, pues no debe olvidarse que en el 2016 se escogerán servidores públicos, a recordar y exigir ese ideal.

Carlos Ruminott Barrera Presidente Juventud MAS Región del Biobío



OPORTUNIDAD PARA LOS CONSUMIDORES

A días del Cyber Monday: Recomendaciones para comprar on line

Es importante tener claro que se deben informar los porcentajes de descuentos que se ofrecerán, y sobre qué productos se aplicarán.

on un nuevo récord de empresas participantes se desarrollará este lunes, el Cyber Monday 2015. La quinta versión del evento de ventas online más importante del país comenzará a las 00:00 horas del lunes 16 de noviembre con 86 marcas, lo que representa un alza de 72% respecto a la edición de 2014.

En este sentido, el Servicio Nacional del Consumidor -Sernac-entregó una serie de recomendaciones, para que los consumidores no pierdan de vista cuáles son sus derechos a la hora de comprar a través de Internet, considerando que las empresas adheridas

a Cyber Monday publicitan masivas ofertas y promociones, en breves espacios de tiempo, y en condiciones que se prometen más ventajosas para los usuarios.

El director nacional (PT) de Sernac, Ernesto Muñoz, explicó que "esperamos que Cyber Monday sea realmente una oportunidad para los consumidores. Esto significa, que las promociones y ofertas se respeten, que el precio se cumpla, que los descuentos ofrecidos sean válidos, que las plataformas y sitios web funcionen adecuadamente, y que en definitiva, las empresas cumplan su palabra".

Agregó, que "frente al

interés que, eventualmente, tendrá esta iniciativa comercial, el Servicio estará atento a que las empresas cumplan con los estándares de calidad para que los consumidores puedan acceder a cada una de las ofertas comprometidas".

La autoridad recalcó que las empresas participantes deben estar a la altura y cumplir con la ley de protección al consumidor. No es la primera vez que se realiza una actividad de este tipo en el país, y por ende, ya existe experiencia en cuanto a los problemas ocurridos, y las mejoras que pueden implementarse, por lo que el estándar de calidad del servicio debe ser óptimo, para evitar que los consumidores se vean afectados.

Muñoz, reiteró que "si los consumidores ven incumplimiento en las promociones u otras irregularidades, hacemos un llamado a que presenten sus reclamos en nuestro sitio web www.sernac.cl".



EL CYBER MONDAY, comenzará a las 00:00 horas del lunes 16 de noviembre.

Consejos y tips



Adoptar las mismas precauciones que se toman cuando se compra en el mundo físico. Al fin de cuentas, el proceso es el mismo, sólo





Releer el detalle del producto o aviso. Luego hacer todas las consultas que considere necesarias al vendedor previo a realizar su compra para no tener dudas sobre lo que estará comprando.

Busque y compare información del producto en sitios similares.



vendedor: si el mismo es una empresa siga los consejos del punto inicial de esta guía.

Identifique al



Recomendaciones a tener en cuenta

- Es importante que las empresas informen el precio del producto en pesos y que : éste sea respetado. Asimismo, el producto debe ser de calidad, pero en caso de que éste presente algún problema, el cual no sea responsabilidad del consumidor, la empresa debe responder y el consumidor tiene el derecho a exigir la garantía legal, dentro de los 3 primeros meses.
- Los consumidores se pueden arrepentir del contrato en este tipo de compras, dentro : de los 10 días siguientes, desde que recibió el producto, siempre y cuando la empresa : no niegue este derecho expresamente y con antelación.
- Las empresas deben informar el tiempo que durará una oferta o promoción que, en este caso, deberían ser los días u horas en que se desarrolla el evento, a menos que informen una vigencia distinta.
- Se deben informar los porcentajes de descuentos que se ofrecerán, y sobre qué productos se aplicarán y además, si se ofrece un determinado rango de descuentos en : un lapso de tiempo, esta promesa debe ser cumplida.





Deutsche Schule - Colegio Alemán Los Ángeles lesde/seit 1882





CONCURSO privado de OFERTAS para

"Concesión de CASINO — CAFETERÍA - QUIOSCO para el año escolar 2016"

La Corporación Sociedad Colegio Alemán de Los Ángeles invita a los(as) interesados(as) a participar del Concurso de Ofertas para concesionar el Casino - Cafetería - Quiosco del Colegio para el año 2016.

Interesados favor retirar bases bajo firma de su entrega, en Secretaría del Colegio contra presentación de entrega de una carta de solicitud indicando: Nombre (Razón social) C.I./RUT, dirección, teléfono y dirección de correo elec-

Entrega de bases en días hábiles desde el 11.11, hasta el 23.11.2015, de 9 a 14 horas

Avenida Gabriela Mistral 1.360, 4440000 Los Ángeles, Chile, +56 - 43 2521133

www.latribuna.cl

ENTRE EL 2 Y EL 7 DE NOVIEMBRE PASADO

62 detenidos dejó servicio especial implementado por PDI en Bío Bío

La gran mayoría de ellos fueron arrestados por mantener órdenes de aprehensión vigentes y se mantenían prófugos de la justicia.

Por Mª José Villagrán Barra prensa@latribuna.cl

n total de 62 personas detenidas por distintos delitos fue el saldo que arrojó un servicio policial implementado por la Policía de Investigaciones, en la provincia de Bío Bío.

En el operativo participaron detectives de las Brigadas de Delitos Sexuales y Menores (Brisexme), Antinarcóticos (Briant), Homicidios, del Grupo Especializado en Bienes Robados (Gebro), de la Fuerza Tarea y de las Brigadas de Investigación Criminal (Bicrim) de Los Ángeles y Cabrero; esta última, abarca las localidades de Cabrero, Laja, San Rosendo y Yumbel.

Entre el día lunes 2 y el sábado 7 de noviembre pasado, desde las 6 y hasta las 11 de la mañana, funcionarios de la policía civil se dedicaron a detectar y detener a personas que estaban prófugas de la justicia y que mantenían órdenes de detención

Entre las 11 y las 14:30 horas, detectives de las unidades dependientes de la PDI de Bío Bío efectuaron servicios en sectores céntricos, barrios comerciales v cívicos, vega techada y supermercados de las localidades beneficiadas, sólo por mencionar algunos lugares.

Entre las 18 y las 22 horas, a dichos sectores, se sumó el de Paillihue, Santiago Bueras, villa El Retiro y terminales de buses, en la comuna de Los Ángeles.

La cantidad promedio de funcionarios fue de 30 detectives, los cuales se desplazaron tanto en vehículos policiales como a pie.

CIFRAS

En cuanto a cifras, la cantidad de detenidos en este operativo fue notoriamente superior al realizado el año pasado.

Si en 2014 arrestaron a 17 personas, en 2015 la cifra aumentó a 62; ello representa el aumento de más de un 300% en cuanto a la cantidad de detenidos que el año pasado.

Fue así como, además de



ESTE SERVICIO POLICIAL implementado por la PDI se efectuó entre el 2 y el 7 de noviembre pasado.

realizar las labores propias de cada unidad especializada, la Brigada de Homicidios de Los Ángeles detuvo a dos personas por el delito de lesiones.

La Brigada de Investiga-

ción Criminal de Cabrero arrestó a un total de nueve individuos; dos de ellos por lesiones y siete por otros

Su par angelino, en tanto, aprehendió a 28 personas,

de las cuales 14 fueron por hurto, una por lesiones y otra por robo con fuerza.

La Brigada Antinarcóticos arrestó a un total de siete sujetos; de ellos, seis fueron por infracción a la Ley de

Armas y uno por infracción a la Ley de Armas.

La Brigada de Delitos Sexuales y Menores detuvo a 16 personas, de las cuales 15 correspondieron a otros delitos y una por violación.

EN SECTOR RURAL DE LA COMUNA

Tres personas heridas dejó triple colisión en Laja



LOS HECHOS SE REGISTRARON a la altura del kilómetro 13 de la Ruta Q-90, en el sector rural de "Arenas Muertas". (Fotografía de @emergenciaslaja vía @infobiobio)

El hecho se originó en circunstancias en que uno de los conductores intentaba efectuar un viraje a fin de poder ingresar a su casa.

√res personas heridas fue el saldo que dejó un accidente de tránsito ocurrido en el sector rural de la comuna de Laja.

Los hechos ocurrieron a eso de las 9:30 de la mañana de ayer y se registraron en el sector de "Arenas Muertas", participando tres vehículos en el hecho.

El subcomisario de Carabineros de Laja, capitán Fredy Parra, relató que el accidente ocurrió a la altura del kilómetro 13 de la Ruta Q-90.

En el lugar, y mientras uno de los automóviles implicados intentaba efectuar un viraje a la izquierda, "el conductor del vehículo que lo hacía detrás se asustó, frenó y el que venía más atrás, lo colisionó por alcance", detalló el oficial.

El sitio donde ocurrió el accidente fue justo en el ingreso a la vivienda de uno de los propietarios de los vehículos involucrados en esta triple colisión.

Según expresó Parra, además de Carabineros, al lugar concurrió personal del Servicio de Atención Médica de Urgencia (SAMU).

Las tres personas que conducían los automóviles involucrados fueron trasladadas hasta el Hospital de Laja, donde fueron atendidos y diagnosticados con heridas leves.

DETENIDOS POR MANTENER ESPECIES PARA COMETER DELITOS

Jóvenes son investigados por robo a sucursal de Nuevo Mundo

Uno de ellos fue arrestado y llevado a juicio tras ser sindicado como uno de los participantes en el ilícito que afectó a un panadero en el sector sur de la ciudad, en abril de 2014.

a oportuna denuncia a Carabineros permitió la detención de dos jóvenes -uno de ellos menor de edad- que momentos antes habrían participado en un robo ocurrido en pleno centro de la capital provincial de

Los hechos se originaron en circunstancias en que personal de la Sección de Investigación Policial (SIP) de Carabineros de Los Ángeles efectuaba un patrullaje preventivo a fin de evitar delitos de mayor connotación social.

Mientras se desplazaban por calle Ercilla en dirección al sur fueron advertidos de la presencia de dos personas que se movilizaban en bicicleta, estaban manipulando las cortinas de los locales comerciales que se emplazan en Tucapel.

A raíz de la denuncia, personal policial intensificó la vigilancia y, en la intersección

de calle Tucapel con Valdivia, se percataron de la presencia de dos jóvenes con similares características a las descritas por el denunciante.

Fue así como efectivos de la SIP descendieron del vehículo a fin de efectuarles un control de identidad, tratándose de S.A.O.M., de 28 años, y E.A.O.D., de 17.

Al momento de ser abordados por Carabineros, ambos se desplazaban a bordo de bicicletas.

S.A.O.M. portaba un trozo metálico de 23 cm. modificado para ejercer fuerza en uno de sus extremos, además de 98 mil pesos en dinero efectivo. E.A.O.D., en tanto, guardaba una tijera para cortar latas.

Al ser consultados por las bicicletas y el dinero en efectivo que portaban, ninguno de los dos jóvenes pudo brindar una respuesta satisfactoria respecto de la procedencia de las

Así fue como S.A.O.M. y E.A.O.D. fueron detenidos por portar objetos comúnmente conocidos para la comisión de delitos.

Justo en el momento en que iban a ser arrestados, ambos intentaron darse a la fuga, lanzando golpes al personal policial, debiendo solicitar apoyo para poder ser trasladados hasta la comisaría.

Tanto las bicicletas como las especies que transportaban ambos imputados fueron remitidas al Ministerio Público de Los Ángeles.

Tanto S.A.O.M. como E.A.O.D. mantienen antecedentes penales pero ninguno registra órdenes de detención vigentes.

Ambos fueron puestos a disposición de la Fiscalía local y, por instrucción del fiscal de turno, fueron dejados en libertad a la espera de ser citados por el Ministerio Público.

Se investiga la participación de ambos jóvenes en un delito que afectó a una de las sucursales de Nuevo Mundo emplazada en calle Tucapel, a la altura del 276.

Coincidentemente, tanto



CARABINEROS INCAUTÓ las bicicletas en las que se desplazaban, además de herramientas para cometer delitos y dinero en efectivo.

las máquinas de juego como el sistema de grabación de imágenes del local presentarían serios destrozos.

CRIMEN DE PANADERO, **PAILLIHUE**

La madrugada del 28 de abril, lo que comenzó como un robo con intimidación terminó con la muerte del dueño

de una panadería emplazada en villa Monterrey, en Paillihue, producto de un impacto de bala en el pecho.

Tras los hechos, S.A.O.M. fue detenido tras ser sindicado como uno de los participantes en el delito que afectó a Alonso Retamal y a su familia en aquella oportunidad.

En febrero de este año, S.A.O.M. -junto a otro de los participantes- fue llevado a juicio por este hecho. Tras la deliberación, los magistrados confirmaron el delito pero ambos fueron absueltos del delito que se les imputaba.

Ello, luego de que los jueces basaran su decisión en que las pruebas presentadas por la Fiscalía de Los Ángeles no fueron suficientes para acreditar la participación de ambas personas en el robo y muerte que afectó a Retamal.

EN LAGUNA ESMERALDA

Antisociales golpean fuertemente a víctima para robarle



UNA PAREJA FUE ABORDADA por delincuentes mientras se encontraba en la Laguna Esmeralda de Los Ángeles.

os personas detenidas por robo con violencia fue el saldo que arrojó un operativo policial efectuado en la comuna de Los Ángeles.

Los hechos se originaron a partir de la oportuna denuncia realizada al nivel 133, la que advertía que una pareja de jóvenes que se encontraba en el sector de la Laguna Esmeralda había sido víctima de un delito.

"Tres individuos se habían acercado a esta pareja, agrediéndolos, para sustraerles un teléfono celular y darse a la fuga del lugar", relató el subcomisario de los servicios, capitán Francisco Villablanca. El llamado a la Central de Comunicaciones advirtiendo de los hechos, agregó el oficial, permitió la llegada oportuna de Carabineros al lugar.

Tras efectuar un patrullaje preventivo por las inmediaciones, efectivos policiales pudieron darle alcance a los antisociales en calle Colo Colo.

Fue así como detuvieron a un hombre de 18 años y una menor de 14. "Estos dos imputados fueron reconocidos por las víctimas y, siendo trasladados a la Primera comisaría",

detalló Villablanca. Mientras que el hombre fue puesto a disposición del Ministerio Público para su control de detención el día de ayer, la menor fue entregada a familiares en espera a ser citada por la Fiscalía.

Producto de los golpes que recibió una de las víctimas al momento de ser abordadas por los antisociales, terminó con diversas heridas.

El celular sustraído no pudo ser recuperado ya que quienes fueron sindicados como autores del delito no lo portaban al momento de ser detenidos por

QUIERE GANAR AHORA \$25.000 **:ES MUY FÁCIL!**

Requisitos:

- 1.- Tener la carta de adecuación de la isapre o mejor conocida alzamiento de plan de salud de su isapre.
- 2.- Firmar un mandato que nos faculte para representarlo ante la Corte de Apelaciones.

UN GRUPO DE ABOGADOS EXPERTOS LO DEFENDERÁ EN LA MATERIA

Teléfono: 02 - 29682608 - Celular: +56 9 955 81 334 recursodeproteccion@hotmail.com www.recursoproteccionisapre.cl



¿A cuánto se arriesga un ciudadano por quemar la bandera?

Mientras, en Estados Unidos es una forma de "expresión protegida", la legislación nacional sanciona con multas.

Pía Salcedo Garcés piasalcedo@latribuna.cl

I pasado fin de semana, miembros de la comunidad de Malla-Malla en Alto Bío Bío Bío realizaron la quema simbólica de una bandera chilena, argumentando que el Estado se ha olvidado de la comunidad.

La situación será replicada al no concretarse aún la entrega de terrenos así como la construcción de una escuela con sentido de pertenencia.

El equipo de La Tribuna decidió investigar a cuánto se arriesga una persona al realizar este acto que, para algunos, puede ser un atentado para la tradición chilena y, para otros, es parte de la libertad de expresión.

En el otro lado del hemisferio, la Corte Suprema de Estados Unidos ha declarado que quemar la bandera es una forma de expresión protegida por la primera enmienda (Texas v/s Johnsons 1989), argumentando tener como prioridad los derechos de los ciudadanos.

En este caso, la diversidad de opiniones es lo que tiene valor e importa, sustentando la premisa de que "el Estado es el continente, lo importante es el contenido".

Legislación muy diferente es la que tiene nuestro país, ya que existen multas que establece la ley en caso de la mala utilización de alguno de los símbolos patrios.

Estas multas que pueden fluctuar entre una y cinco UTM; es decir, entre \$42.304 y \$211.520, las que se cobrarán en conformidad al procedimiento establecido sobre Juzgados de Policía Local. Esta idea está conferida en el artículo 3° de la Ley 20.537. "Carabineros de Chile fiscalizará el cumplimiento de las normas dictadas de conformidad con esta ley, quienes

denunciarán las infracciones al Juzgado de Policía Local respectivo. El infractor será sancionado con multa entre una y cinco unidades tributarias mensuales, las que se cobrarán en conformidad al procedimiento establecido en la Ley N° 18.287, sobre Juzgados de Policía Local".

Mientras que -en caso de ofensa o ultraje- ya es materia de la justicia castrense, indica la misma Ley. "Lo dispuesto en el inciso anterior es sin perjuicio de las sanciones penales en caso de ultraje, tipificado tanto en la Ley de Seguridad Interior del Estado como en el Código de Justicia Militar".

Sin embargo, la modificación realizada el 3 de octubre del 2011 permite que los ciudadanos utilicen la bandera cualquier día y no exclusivamente en Fiestas Patrias, ya que lo único que establece la ley es que debe izarse resguardando el respeto de la misma.

PROTOCOLO: NO BANDERA SUCIA NI ARRUGADA

Existen disposiciones que reglamentan su uso tanto de la ley como del protocolo patrio. De hecho, la ley establece que

EL ULTRAJE A LA BANDERA tiene sanción bajo la ley militar.

cuando no fuera posible izar la bandera en un asta o mástil, ésta debe ser colocada extendida totalmente en forma horizontal o vertical, debiendo quedar -en ambos casos- el cuadro azul en la parte superior y a la izquierda del espectador,

lo cual en varias ocasiones no es respetado porque muchos hogares ponen la bandera en las ventanas a la vista del público, incurriendo en el error.

Otro dato es que -a vecesse observan banderas sucias o muy arrugadas, lo cual es también una falta protocolar ya que, al ser un emblema patrio al igual que el Escudo Nacional, la Constitución Política establece que todo habitante de la República debe respeto a Chile y a sus emblemas nacionales.

A DÍAS LA PSU

Recomendaciones para elegir la carrera a estudiar



Más de 30 mil jóvenes se preparan para rendir la Prueba de Selección Universitaria en la región del Bío Bío, tras lo cual deberán hacer una de las elecciones más importantes de su vida.

legir a qué se va a dedicar uno en la vida en materia de estudios es una de las preguntas que aterra a cientos de jóvenes de la provincia del Bío Bío tras salir de cuarto medio, lo cual puede transformarse en una presión desagradable, especialmente si el alumno está inseguro y sus padres quieren una respuesta cuanto antes.

¿EN QUÉ FIJARSE?

Verónica Garcés, psicóloga y con experiencia en coordinación académica, plantea que los estudiantes deben considerar las habilidades y vocación.

"El estudiante debe hacerse una especie de FODA, me refiero a analizar sus fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas para tener en cuenta lo que es trascendental, me refiero a la vocación personal, a realizar este ejercicio de introspección y así poder identificar los talentos, las habilidades de cada uno así como los intereses que tiene cada estudiante y a esto se debe sumar la proyección laboral de cada carrera".

Agregó, que el segundo paso es recurrir a la asesoría del entorno inmediato. "Existen los llamados líderes de opinión en el círculo familiar, académico, los cuales aportan datos a la elección, me refiero a los padres, profesores, y familiares que completan la propia imagen personal a través de sus percepciones, consejos y comentarios, ya que ellos tienen una visión más objetiva del estudiante. De igual forma se puede recurrir a especialistas como orientadores y psicólogos".

NO ES EL FIN DEL MUNDO

Según las estadísticas del Servicio de Información de Educación Superior (SIES) del Ministerio de

CINCOS PASOS PARA DEFINIR LA VOCACIÓN

Mi futuro.cl, del Ministerio de Educación, plantea diversos elementos a considerar, entre ellos:

- Intereses manifiestos: Lo primero es preguntarte qué es lo que te interesa aprender y con qué actividades disfrutas más. Por ejemplo, me gusta hacer deporte, la vida social, ayudar a otros, organizar, vender por internet, los niños, la mente humana, saber cómo funciona un auto, etc.
- Profesiones y actividades: Luego hay que preguntarse con qué profesiones se relacionan las actividades que te gustan. Tus intereses pueden ser incluidos en más de una profesión, por lo que será necesario priorizar y ver qué intereses han predominado a lo largo de tu desarrollo personal.
- Objeto de estudio: Una vez hecho esto, debes definir el objeto de estudio de las profesiones que te interesan, pensando en la actividad concreta que realizarías en el futuro. Por ejemplo, trabajar con el cuerpo humano (ciencias médicas), con animales (medicina veterinaria), con plantas y árboles (ciencias agropecuarias y forestales), con niños (ciencias pedagógicas), etc.
- Acción a realizar: También es importante definir la acción que quieres realizar con ese objeto de estudio. Investigar, vender, construir, explorar, entretener, crear, defender, servir, elaborar, entender, producir, administrar. El verbo ayuda a definir lo que uno quiere hacer con una profesión.
- Informarse: Es importante estar al tanto del contenido y malla curricular de las carreras para ver si son lo que imaginas, y sobre sus perspectivas laborales (empleabilidad e ingresos promedio).

Educación, al finalizar el primer año el 30% de los alumnos desertan. Es decir, dejan la carrera que eligieron en primera instancia.

De igual forma, la especialis-

ta indicó que no es conveniente ingresar a una carrera si no se está convencido de que eso es lo que se quiere estudiar y que, en ese caso, un bachillerato puede ser la opción. UNA DE LAS MÁS AFECTADAS DEL PAÍS

Medio Ambiente publica anteproyecto del plan de descontaminación para Los Ángeles

Entre las medidas se busca el recambio de 10 mil artefactos a leña y la entrega de subsidios de acondicionamiento térmico a viviendas existentes en la zona saturada.

Pía Salcedo Garcés piasalcedo@latribuna.cl

a contaminación atmosférica es el principal desafío para la autoridad ambiental y se estima que, actualmente, 10 millones de personas en el país están expuestas a una concentración promedio anual superior a la norma.

Incluso, en el Primer Reporte del Medio Ambiente se informa que -según la Organización Mundial de la Salud- la contaminación atmosférica es responsable de al menos 4 mil muertes prematuras a nivel nacional.

Bajo este esquema, la meta de Los Ángeles es salir del estado de saturación que la tiene como la ciudad con mayores concentraciones de material particulado en el país. Para eso se trabaja en el plan de descontaminación atmosférica, el que ya tiene listo su anteproyecto.

En la ciudad, el 72% del total de emisiones de la zona saturada durante otoño e invierno proviene de la calefacción domiciliaria, es por eso que las medidas que se proponen en el anteproyecto del Plan de Descontaminación Atmosférica ponen énfasis en la reducción de emisiones originadas en esta fuente.

El seremi del Medio Ambiente, Richard Vargas, destacó la publicación del anteproyecto como un avance sustantivo para la descontaminación de la capital de la provincia del Bío Bío, el que se enmarca en la estrategia del Ministerio del Medio Ambiente de crear 14 planes de descontaminación en el país entre 2014 y 2018.

"Ésta es una propuesta que nace desde la región y es el anteproyecto. Esto lo hemos construido con todos los servicios públicos, pero también con una participación ciudadana activa, entonces podemos señalar que ésta es nuestra propuesta que se va



LA ACTIVIDAD SE REALIZÓ al mediodía del martes en la Gobernación.

a Santiago para ser evaluada", aseveró Vargas.

La autoridad explicó que el objetivo es poder mejorar la calidad de vida de los habi-

"La contaminación atmosférica es el principal problema ambiental de este país y en la

comuna se trata de un problema aún más relevante, ya que es la ciudad que hoy presenta las mayores concentraciones de material particulado en el país. Al plan de descontaminación le seguirá un segundo plan para atacar el material particulado fino, con el objeto de ayudar a la protección de la salud de sus habitantes".

CARATERÍSTICAS PRINCIPALES

Uno de los ejes que menciona el anteproyecto para mejorar la calidad del aire de la ciudad, es regular el uso de la leña y mejorar su calidad. Para ello, se propone entregar leña con bajo porcentaje de humedad y se informará públicamente de los puntos de venta de leña seca; además, existirán programas de apoyo a la producción de esta misma.

Êntre algunas de las que se consideran en este plan destaca la aislación térmica para las nuevas viviendas que se entregarán a la comunidad, explicó el seremi.

"Éste se basa en la aislación térmica dado que muchas de las viviendas del parque inmobiliario se enfrían con rapidez y pierden el calor que tanto les cuesta a las familias lograr; por

lo mismo, es una de las propuestas centrales. La otra se basa en el recambio de calefactores antiguos según la norma actual. El tercer aspecto es el acondicionamiento térmico de los combustibles para ir diversificando la matriz de combustible".

MÁS ÁREAS VERDES PARA LA COMUNA

Por su parte, el alcalde Esteban Krause anunció que en aras de mejorar la calidad de vida de la comunidad, se incrementarán las áreas ver-

"La propuesta va respondiendo a los deseos de mejorar la calidad de vida de los ciudadanos y me quiero sumar a los dichos del seremi, en la línea de que el plan es ambicioso en el tema de áreas verdes. Queremos subir de 4,6 a poco más de 6 metros cuadrados de área verde por habitante, queremos plantar más árboles y mejorar las condiciones en que nuestros vecinos se recrean".

Consultado sobre la posibilidad de colaborar con el Servicio de Salud en la difusión de los periodos de más contaminación, indicó que corresponde a los ciudadanos informarse de la calidad

del aire. "Yo creo que la autoridad sanitaria ha hecho un gran avance, antes se avisaba el mismo día y ahora es con bastante más anticipación, lo cual ha ayudado a prevenir, pero también así cuando se revisa el informe meteorológico se debería ir considerando para la toma de decisiones cómo está el viento, entonces es importante internalizar el tema", expresó Krause.

MEDIDA PRESIDENCIAL

Cabe recordar, que la Presidenta Michelle Bachelet, dentro de las primeras 56 medidas para los primeros 100 días de su gestión, priorizó la elaboración de Planes de Descontaminación para las ciudades más contaminadas, informó el gobernador de Bío Bío, Luis Barceló.

"Estamos mandatados porque la idea de saldar la deuda histórica existente con las ciudades del sur del país. La Presidenta nos dijo: "mejoren la calidad de vida de la gente y mejoren los problemas" y uno de los problemas de nuestra comuna es el tema ambiental es por eso que hemos trabajado coordinadamente en este proyecto", puntualizó Barceló.



EL DOCUMENTO CONTEMPLA un plazo de 60 días contados desde la publicación para realizar observaciones al documento en el sitio http/epac.mma.gob.cl

10 CRÓNICA

www.latribuna.cl

EXPOPYME BÍO BÍO 2015:

Conozca la mejor vitrina empresarial de la provincia

Participaran más de 66 empresas, las que darán vida a esta primera versión que pretende mostrar lo mejor de la oferta productiva local, con diversas atracciones, como un punto gourmet, charlas de difusión de instrumentos de fomento y rueda de negocios.

na nueva oportunidad para que empresas locales puedan mostrar sus productos y servicios y que a la vez la comunidad conozca la gran cantidad de bienes que existen en la zona; será en la Expo Pyme Bío Bío 2015.

Este lugar de encuentro empresarial estará abierto a toda la comunidad, que tendrá lugar este 13 y 14 de noviembre, en el Polideportivo de Los Ángeles.

Participaran más de 66 empresas de las cuales 50 stands serán de empresas locales los cuales darán vida a esta primera versión que pretende mostrar lo mejor de la oferta productiva local, con diversas atracciones como un Punto Gourmet, charlas de difusión de instrumentos de fomento y rueda de negocios.

En esta línea, al alcalde de Los Ángeles, Esteban Krause, expresó que, "la idea es que esto se transforme en una vitrina, que posibilite que nuestras pequeñas y medianas empresas tengan un espacio, que a través de estas ferias y ruedas de negocios, se creen lazos de fortalecimiento. También algo que nos interesa muchísimo, es que la gente vea que en la zona existe gran actividad económica, hay empresarios -principalmente-Pymes, que tienen buenos emprendimientos, generan economía y que pueden resolverle el tema a la gente local".

Agregó, que también estarán presentes instituciones públicas- como Sercotec, Sernatur y la Fundación para Innovación Agraria -FIA-, que permitirá enlazar la institucionali-

ALIANZA ESTRATÉGICA

En los últimos años, se ha visto que esta alianza público privada, está transformando a Los Ángeles en un polo de desarrollo económico de crecimiento y también de emprendimiento.

En este sentido, el presidente del Consorcio Agrícola del Sur - CAS- y Socabío Los Ángeles, José Miguel Stegmeier, destacó el encuentro de los gremios, instancia en donde están en contacto todos los gremios de la provincia del Bío Bío, como comercio, industria, construcción y agricultura.

Es importante mostrar lo que nosotros hacemos a la ciudadanía, y

que efectivamente también conozcan, lo que son las grandes empresas que se encuentran en la zona. Creo que es un muy buen lugar de encuentro entre gremios ciudadanos y grandes empresas".

Agregó, que ellos quieren que esto siempre funcione armónicamente, esperando que el modelo que se está implementando en la zona, sea un piloto para todo el país.

"Yo creo que hemos conciliado posición, respecto a lo que hay que hacer en Los Ángeles, y ese es el afán de todos, sabemos que la comuna requiere inversión; más que un legado, y esperamos que el desarrollo llegue a todos, no sólo a los empresarios, sino que también a la gente que trabaja en la zona y la que está en el sector público", enfatizó Stegmeier.

Finalmente, el gremialista, subrayó que, "lo importante es que, este esfuerzo está demostrando que cuando se une el sector público y privado las cosas resultan bien, este país requiere esa señal, se requieren estos signos más concretos, de que efectivamente ambos sectores se pueden complementar y trabajar en conjunto. Nosotros hemos trabajado fuertemente para que esta iniciativa resulte, y creo que aquí hay un esfuerzo grande de la municipalidad, que nosotros como sector privado, agradecemos mucho", concluyó.



EN EL POLIDEPORTIVO se realizará la actividad este viernes a las 12:00 hrs.

EXPECTATIVA DE DESARROLLO LOCAL IMPORTANTE PARA LA **ZONA**

El empresario, Gerardo Godoy Labrín, consideró esta actividad, como una importante iniciativa para el desarrollo de las empresas locales, "es una forma de creer en nosotros, que somos capaces de emprender y creer en una expectativa de desarrollo local importante para la zona".

Además, agregó que aquí se benefician todas las comunas de la provincia, y como capital de la provincia de Bío Bío, están empeñados en invitar

a participar a todas las comunas, y a generar más riqueza, buscarle el plus de lo que tienen como capacidad creativa y productiva de esta zona.

"Creo que la iniciativa, nunca antes vista, que nació -justamentede la mesa comunal de fomenta y nuestro alcalde, es loable y hay que aprovecharla. Los Ángeles ya dejó de ser un pueblo, estamos creciendo y tenemos que hacerlo en conjunto con todo lo que creemos, somos y lo que queremos ser a futuro", recalcó Gerardo Godoy.

Por su parte, el presidente de Apialán, Luis Candia, expresó que la actividad es muy positiva, y viene a dar un importante espacio para

visibilizar a las empresas, lo que es muy positivo.

"Esto viene a coronar el esfuerzo que cada gremio ha estado realizando. El camino es la unión, hacer visible a la comunidad, lo que la colectividad está haciendo, y son sus empresarios los que están dando la cara, y esperamos que la comunidad retribuya esta iniciativa, que no es sólo ventas, también es mostrar, juntarnos y hacer negocios entre nosotros. Esperemos que sea la primera feria y tercera rueda de negocios de muchas, y que este espíritu visionario crezca cada vez más".

El evento tiene el claro objetivo de fortalecer y promover la participación empresarial de la comuna.

ExpoPyme Bío Bío 2015, es organizada por la Mesa Comunal de Fomento, integrada por la Municipalidad de Los Ángeles, Cámara de Comercio Turismo y Servicios Los Ángeles A.G., y los gremios Apialán, Asoducam, Cámara Chilena de la Construcción filial Los Ángeles, Pymemad y Socabío AG.

El programa, será inaugurado este viernes 13 de noviembre, a las 12:00 horas, con la presencia de autoridades locales, invitados especiales y representantes de gremios de la zona.

Durante la jornada habrá charlas y difusión de organismos estatales de Fomento, para dar paso el sábado 14 de noviembre a la Rueda de Negocios, desde las 10:30 horas hasta las 12:00 horas, oportunidad en que las empresas locales podrán intercambiar información de sus productos y servicios, de forma gratuita, ampliando así su mercado y cartera de clientes.



LA MAÑANA DE AYER, se realizó el lanzamiento de lo que será la primera ExpoPyme Bío Bío 2015 de la provincia.

Los Ángeles, miércoles 11 de noviembre de 2015 **La Tribuna**

www.latribuna.cl

CONMEMORANDO EL MES

Adultos Mayores de Negrete celebraron su mes en Saltos del Laja

Más de 400 asistentes compartieron un almuerzo de camadería.

as expresiones de alegría se repitieron durante toda la jornada en la que los abuelos fueron los protagonistas. El agradecimiento y orgullo de ser considerados parte importante de la sociedad negretina por el municipio era más que evidente en sus rostros felices.

Repitiendo una aplaudida iniciativa de la actual administración municipal, los clubes de la tercera edad de la comuna fueron agasajados por el alcalde Francisco Javier Melo como celebración de cierre de un mes lleno de actividades dedicado a ellos. La alegre jornada se llevó a cabo el pasado sábado en el complejo Manantiales del Salto del Laja, lugar en el que se reunieron más 400 personas para compartir una almuerzo de camaradería y posteriormente una tarde recreativa llena de actividades lúdicas, concursos, bailes y

El edil de la comuna destacó que el espíritu de esta actividad, que realiza por segundo año consecutivo a la cabeza de la administración municipal, tiene por objetivos reconocer el gran aporte de mujeres y hombres que han entregado su vida y trabajo por el desarrollo de Negrete, y que muchas veces no reciben en vida un agradecimiento a la altura de lo que merecen. "Aquí está la gran mayoría de la tercera edad negretina, así es que estamos felices de poder entregarles una retribución por todo lo que ellos han dado a la comuna. Queremos agradecerles ahora, en vida, porque mañana puede ser tarde. Esta es una jornada muy distinta a lo que ellos están acostumbrados en el día a día", expresó el jefe comunal.

Las expresiones de alegría se repitieron durante toda la jornada en la que los adultos mayores fueron los protagonistas. El agradecimiento y orgullo de ser considerados parte importante de la sociedad negretina era más que



LAS AUTORIDADES INVITARON a los adultos mayores a inscribirse en clubes que fomentan la participación ciudadana.

evidente en sus rostros sonrientes.

Para don Wilson Gutiérrez, esta experiencia quedará en su memoria durante mucho tiempo. "Nunca pensé conocer este lugar tan hermoso. Además, que nosotros como negretinos tenemos pocas

posibilidades de participar a este tipo de eventos, así es que esta sorpresa es enorme para todos, esta inmensa cantidad de gente. Yo agradezco este gran gesto, pero no sólo yo, sino todas las personas ancianas que fuimos traídas acá a compartir esto tan bonito" y

único en nuestras vidas. Esto nunca se había visto en Negrete, años atrás no existíamos para la municipalidad, así es que nunca vamos a dejar de agradecerle al alcalde. Estamos muy felices el día de hoy."

Todos los participantes y las autoridades presentes enviaron un mensaje lleno de entusiasmo a quienes aún no pertenecen a los clubes de la tercera edad, para que se hagan parte de un gran grupo humano que lo pasa bien, viaja, se adjudica proyectos y disfruta de esta maravillosa etapa de la vida.



EN EL LICEO CRISOL se realizó un segundo símil en el que rescataron a un alumno desde un segundo piso.

EN ESTABLECIMIENTOS EDUCACIONALES

Realizan simulacros de incendio y terremoto en Mulchén

Ya son dos los operativos se han efectuado hasta el momento. El primero en la sala cuna y jardín infantil Villa Rehuén y el segundo en el Liceo Crisol.

simulacros de incendio y terremoto se están realizando en la comuna de Mulchén.

Todo ello enmarcado en el Plan de Seguridad Escolar, el que permite reaccionar en forma oportuna ante situaciones de emergencia.

Sólo dos operativos se han efectuado hasta el momento. El primero de ellos fue en la sala cuna y jardín infantil Villa Rehuén y consistió en una evacuación por amago de incendio, donde todos los entes participantes actuaron de manera oportuna.

El segundo simulacro, en tanto, se hizo en el Liceo Crisol y en el que

esde los últimos días de resaltó el rescate de un alumno que octubre, una serie de permanecía en un segundo piso por parte de Bomberos.

De igual forma, durante la jornada se recrearon las maniobras de cómo actuar frente a un incendio y terremoto. La actividad fue organizada a través del Departamento de Educación comunal y contó con la participación y colaboración del Cuerpo de Bomberos de la comuna; el Comité Paritario de Higiene y Seguridad; Carabineros, el prevencioncita de riesgo del DAEM, Fidel Romero; el encargado del Plan Integral de Seguridad del DAEM, Marcelo Jeldres; además de los establecimientos que participaron activamente en ambos rescates.

www.latribuna.cl

EL MES PASADO

Con homenajes y reconocimientos celebran aniversario de la Quinta Compañía de Bomberos

ldíaviernes 30 de octubre, a las 20 horas, se efectuó la celebración del cuadragésimo noveno aniversario de vida al servicio de la comunidad de la Quinta Compañía, y de manera conjunta con el "Comité de damas quinta compañía" de la unidad, quienes cumplen 27 años de labor.

En la actividad se realizaron diversos reconocimientos a personas que cumplieron más de veinte años de servicio a la institución, ya sea a personal de bomberos de la Quinta, y también a quienes realizan una noble tarea, que es colaborar a Bomberos desde otra tribuna, y para ello, las mujeres también recibieron un reconocimiento al trabajo realizado, y el que pueden realizar en el nuevo año de vida.

Fotografías: Alberto Zúñiga.



Luis Herrera; Cristóbal Badilla, superintendente Cuerpo de Bomberos de Los Ángeles; Jorge Cáceres, director 5ª Compañía de Bomberos; Patricio Lara y Raúl Márquez, comandante Cuerpo de Bomberos.



Exequiel Morales, Verónica Díaz, María Isabel Avello y Eduardo López.



Javier Melo, Kattia Rubilar, Claudia Sanhueza y Nicolás Jara.



Claudio Tordesilla, Yioconda Venegas, Carmen Díaz e Iván Aguilera.



Rosario Mella, Donila Quezada, Gonzalo Donoso e Iris Quezada



Cristian Medina, Julia Gacitúa, Luis San Martín y Juan Carlos Valenzuela.



Aurelio Sepúlveda, Sandra Cifuentes, Manuel Acosta, Catalina Cabezas y Luis Zenteno.

CRÓNICA 13 www.latribuna.cl

ASISTIÓ LA MINISTRA DEL RAMO

Inauguraron avenida Los Ángeles con una inversión de 5 mil millones



LA ACTIVIDAD contó con alta convocatoria de autoridades locales.

La obra contempla obras de iluminación, semaforización, señalización y demarcación.

yer a mediodía fue entregada oficialmente a la comunidad, la recientemente mejorada avenida Los Ángeles, obra

que alcanzó los 5 mil millones de inversión con recursos traspasados desde el Ministerio de Transporte y Telecomunicaciones al Ministerio de Vivienda y Urbanismo, con el objetivo de favorecer el transporte público regional.

La sencilla ceremonia se desarrolló con la presencia de la ministra de Vivienda, Paulina Saball, el senador Víctor Pérez Varela, la directora regional y provincial de Serviu, María Luz Gajardo y

Eugenia Guzmán respectivamente, el secretario regional ministerial de Vivienda, Jaime Arévalo, el intendente regional Rodrigo Díaz Worner, así

la vía entre las calles Almirante Latorre y Ricardo Vicuña, logrando con ello la optimimejorando la conectividad vial en el sentido norte sur, en el sector norponiente de

como autoridades locales. El proyecto contempló el mejoramiento definitivo de zación en el uso de las vías,

De igual forma, modificaciones a la calzada y acera por ambos lados y ciclovía por la faja poniente; asimismo se desarrolló la repavimentación de Camilo Henríquez, desde Bulnes hasta empalmar con avenida Los Ángeles, como también la prolongación de Ricardo Vicuña Norte, desde la intersección con avenida

la capital provincial.

El contrato contempla

obras de iluminación, sema-

forización, señalización y

demarcación, paisajismo,

aguas lluvias, modificación

de servicios de agua potable,

alcantarillado, redes eléctri-

cas, telefónicas y de televisión

por cable y expropiaciones.

Los Ángeles, hasta empalmar con calle Alcázar. En la inauguración, el

alcalde de Los Ångeles, Esteban Krause, agradeció la enorme inversión en términos de infraestructura vial que se ha producido en la comuna, traducida en la generación de importantes proyectos urbanos que sin duda, han mejorado considerablemente la calidad de vida de los angelinos. Asimismo, el edil solicitó a la ministra de Vivienda, Paulina Saball, su apoyo para concretar definitivamente el proyecto que permita prolongar la nueva avenida Tucapel con avenida Las Industrias, proyecto que ya se encuentra bastante avanzado.

Junto a esto, la secretaria de Estado, destacó el gran avance y desarrollo en diversas vías de la comuna de Los Ángeles, incorporando mejoramiento vial, ciclovías y paisajismo, permitiendo mejor movilidad y conectividad, que la comuna crezca de manera equitativa y

Saball, remarcó que uno de los principales esfuerzos del gobierno de la Presidenta Michelle Bachelet ha sido la equidad, que se ha visto traducida en la generación de mejor conectividad e infraestructura en materia de proyectos viales, con la destinación de los denominados "Fondos espejo" del Transantiago, que se han distribuido en forma equitativa en varias comunas a lo largo del país, como es el caso de la avenida Los Ánge-



ESTUDIANTES ANGELINOS fueron los encargados del espectáculo cultural que contempló la inauguración.



LA OBRA SE REALIZÓ con recursos traspasados desde el Ministerio de Transportes y Telecomunicaciones al Ministerio de Vivienda

14 www.latribuna.cl



Candidatos a reyes

coronel Guillermo Marín Carmona,

que la otra semana cumple su aniversa-



la velada de coronación en el mismo

establecimiento.





Maritano Ebensperger

Los Angeles Av. Alemania 480 Fonos: 43-2574300 / 43-2574323 / 43-2574301



SERVICIOS 15 www.latribuna.cl

MÁS INFORMACIÓN EN COLO - COLO 464 LOS ÁNGELES / TELÉFONO 043 2311040













Kinesioterapia

Psicología Aplicación rica en plaquetas

que rejuvenece y reafirma su rostro

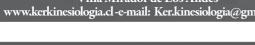
Convenios con Fonasa e Isapres led compra













🧶 La Tribuna

PODRIA SER TUYO

Fono: 043 2 311040 | www.latribuna.cl | Colo Colo 464, Los Ángeles



PODRÍA SER TUYO

Fono: 043 2 311040 | www.latribuna.cl | Colo Colo 464, Los Ángeles



ESTE ESPACIO PODRÍA SER TUYO

Fono: 043 2 311040 | www.latribuna.cl | Colo Colo 464, Los Ángeles



Moderno sistema de limpieza. Atención rápida y efectiva. VENTA DE QUÍMICO PARA BAÑO

os Ángeles: Calle 3 Lote 35 El Maitén Fono (43) 2520116 - 2520117 Concepción: Luis Acevedo N° 45 Chiguayante Fono (41) 2357632 Chillán: Lote 11 Fundo Chiquimávida s/n Fono (42) 2971375









16 CLASIFICADOS

www.latribuna.cl

Clasificados

- 10 VEHÍCULOS
- **20 PROPIEDADES URBANAS**
- **30 PROPIEDADES AGRÍCOLAS**
- **40** MOTOS Y BICICLETAS
- **50** EMPLEOS

- **60** COMPUTACIÓN, VIDEO Y AUDIO
- **65** TELÉFONOS
- **70** FORESTAL Y AGRÍCOLA
- **75** CONSTRUCCIÓN
- **80** SERVICIOS

- **85** ARTÍCULOS DEL HOGAR
- **90** DEPORTES Y PASATIEMPOS
- 95 VARIOS NO CLASIFICADOS

O Vehículos

Vendo camioneta SsangYong doble cabina año 2010, automática, full equipo. \$7.750.000. Fono 79702160

VENDO CAMIONETA Mitsubishi Katana CR 2015, 50.000 km, color grafito. \$12.490.000 + IVA. Tratar 86372914

20.1 Propiedades Venden

Sitios sector Los Tilos de 400 m² \$3.500.000 580 m² \$4.500.000. Cel 51586602

20.2 Propiedades Arriendan

ARRIENDO OFICINA c/ estacionamiento. Tratar 94519482

40 Motos y bicicletas

SE VENDE BICICLETAGama cruiser hombre color verde vintage, excelente estado. Tratar 77897641

50.1 Empleos Ofrecen

Se necesita camarera con o sin experiencia turno rotativo. 94584672 / 87608717

Necesito señorita barra CoffeeHot en Nacimiento. Fono 57113182 / 94448818

50.2 Empleos Buscan

SE OFRECE NIÑERA puertas adentro en Los Ángeles y alrededores. Tratar 59544958

SE OFRECE MATRIMONIO para cuidar parcela o campo. Tratar 90662486

SE OFRECE SEÑORA para cuidar niños y hacer aseo de 8 a 16 horas de lunes a viernes, o trabajar en eventos para lavar loza. Tratar 72595983

SE OFRECE PINTOR albañil cerámica. Tratar 98004670

SE OFRECE MAESTRO en construcción, casas ampliaciones reparaciones, pintura cerámica, piso flotante. Tratar 83848393 **SE OFRECE MAESTRO** en construcción, casas, reparaciones, cerámica, piso flotante. Tratar 61742112

SE OFRECE SEÑORA para trabajar como asesora del hogar puertas afuera. Tratar 71235596

SE OFRECE INGENIERO en administración de empresas, disponibilidad inmediata. Tratar 77812124

SE OFRECE PARA trabajar por todo el día o medio día. Tratar 59328931

SE OFRECE CUIDADORA de adultos mayores. Tratar 83294715 / 57015528

SE OFRECE SEÑORA para trabajar en casa particular puede ser lunes – miércoles – viernes o puede ser lunes y viernes por medio día. Tratar 97717924

SE OFRECE SEÑORA para trabajar en casa, hacer aseo o ayudante de cocina. Tratar 79924838

SE OFRECE OPERADOR de maquinaria pesada, con 3 años de experiencia en forestal. Tratar +56991260457

SE OFRECE TÉCNICO en enfermería con experiencia en club deportivo y paciente crítico (UCI-UTI). Tratar +56975859813

SE OFRECE MATRIMONIO para cuidar parcela o campo. Tratar 90662486

SE OFRECE INGENIERO en administración de empresas, disponibilidad inmediata. Tratar 77812124

SE OFRECE NANA de lunes a viernes por media jornada, disponibilidad inmediata. Tratar 54546044

SE OFRECE GUARDIA de seguridad, 68 años de edad, curso OS-10 al día, amplia experiencia, en portería, control vehicular, edificios corporativos, conserje. Tratar 81350452

SE OFRECE SEÑORA para atender un negocio u otra actividad con experiencia. Tratar 53180344

SE OFRECE SEÑORITA para trabajar con adulto mayor con experiencia de lunes a viernes. Tratar 87218737 SE OFRECE SEÑORA para hacer aseo de lunes a viernes o 3 veces por semana. Tratar 53180344

SE OFRECE JOVEN señorita para trabajar cuidando niños, o haciendo aseo, o de ayudante de cocina por medio día o jornada completa, disponibilidad inmediata. Tratar 62637721

60 Video y Audio

VENDO RADIO original, de niño con micrófono, \$5000, 68031432

80 Servicios

SERVICIO FOTOGRAFÍA profesional para matrimonios, eventos sociales y modelaje. Tratar 77897641

SERVICIOS FOTOGRÁFICOS, sesiones futura mamá, bebés, familias, cobertura matrimonios y otros. Tratar +569 - 98035684

95 Varios

Vendo plantas de cebollas oferta metro \$10.000. Tratar al fono 63081097, Los Ángeles.

www.latribuna.cl

VENDO ESTUFA A GAS con regulador, Mademsa en buen estado \$32.000. Tratar 68031432

VENDO LLANTA DE bicicleta con neumático aro 26; \$5000, 68031432

VENDO COCHE Infanti de guagua poco uso con balancín, \$35.000. Tratar 68031432

VENDO SILLA BEBÉ de madera para comer, \$15.000. Tratar 68031432

VENDO CANASTILLO metálico para la basura con base, alto un metro 60, canastillo 61 cm. de ancho, \$35.000. Tratar 68031432

VENDO TETERA de plaqué antiguo con 3 tacitas \$35.000. Tratar 68031432

VENDO ANTIGÜEDAD reloj campana de pared, del año 1851 funcionando, valor \$700.000. Tratar 77180583

REQUISITOS PARA PUBLICAR EN CLASIFICADOS DE DIARIO LA TRIBUNA

AVISOS GRATUITOS:

Los avisos de particulares que incluyan hasta 10 palabras (se ofrece para trabajar, compra-venta de electrodomésticos en general).

AVISOS PAGADOS:

Aviso con letra totalmente ennegrecida \$300 + I.V.A por palabra por 2 días. (máximo 10 palabras) adicional \$200 + I.V.A.

Primera palabra ennegrecida \$300 + I.V.A. por 1 día (máximo 10 palabras)

Los avisos provenientes de empresas y/o prestadores de servicios en general son cancelados. Así también los que generen ingresos al avisador por concepto de: arriendos, pensiones, venta de vehículos, leña, etc.

Tratar MIÉRCOLES 11 DE NOVIEMBRE DE 2015 DATOS PERSONALES Nombre: R.U.T.: Fono: Dirección: Ciudad:

Ala Tribuna

CLASIFICADOS La Tribuna Tu aviso a cada palabra ennegrecida (Valores no incluyen IVA) **ENVÍANOS TU AVISO:** Personalmente **PUBLICA Y EXIGE** en Colo Colo 464 ingresando a www.latribuna.cl **GRATIS CARTEL** "SE VENDE" "SE ARRIENDA" a clasificados@latribuna.cl *≣Red compra* i latribunacl 💟 diariolatribuna **f**

www.latribuna.cl

Avisos Económicos

Remate

REMATE: ANTE SEGUNDO JUZGADO DE LETRAS DE LOS ÁNGELES, Valdivia 123, Los Ángeles, en autos ejecutivos, caratulado "Banco de Crédito e Inversiones con De La Cruz Soto Natalia" Rol N° 3059-2014, con fecha 25 de noviembre de 2015, a las 11:00, horas se procederá a subastar la casa y sitio ubicado en calle Freire N 497 de Los Ángeles, deslindes: Norte, en 44,65 metros, con propiedad de Reinaldo Salazar antes, ahora sucesión Novoa; Sur, en 41,65 mts con lote N° 2 de la misma propiedad y en 3,0 mts con calle Condell; Oriente; en 15,10 mts con calle Freire; y Poniente, en 26,00 mts con resto de la propiedad que formará el lote N° 3. Este lote N° 1, tiene un calleión de salida a calle Condell de 3 metros de ancho, partiendo desde el deslinde de este lote con el deslinde del lote N° 2 hasta llegar a la calle mencionada. E dominio a favor de doña Natalia Francisca de la Cruz Soto, se inscribió a fojas 8409 N° 5019 en el Registro de Propiedad del año 2011, del Conservador de Bienes Raíces de Los Ángeles. Mínimo para posturas la cantidad de \$34.081.389.- todo postor, para

tomar parte en el remate, deberá rendir caución equivalente al 10% del mínimo, a la fecha del remate vale vista a la orden del tribunal. El precio del remate debe pagarse en dinero efectivo y al contado dentro de los tres días siguientes a la fecha del remate. El subastador debe designar domicilio en acto de remate dentro del radio urbano del tribunal, bajo apercibimiento de notificársele por el estado diario. Bases y demás antecedentes en Secretaría del Tribunal. El Secretario. (22256)

REMATE: Ante Juzgado Civil Yungay, causa C 130-2014 "Guíñez con Salgado" se subastará 18 noviembre 2015, 11 horas, derechos Néstor Salgado Espinoza, equivalentes: a) 25% Parcela 37 comuna Tucapel, cuarenta hectáreas, deslinda: Norte, camino Colonia Huépil, que separa de Parcela 28; Oriente, línea estacada la separa de Parcela 36; Sur, Río Huépil y Poniente, línea estacada la separa de Parcela 38; y b) 25% Parcela 38, misma ubicación, 43 hectáreas y 4.000 metros, deslinda: Norte: Camino Colonia Huépil, la separa de Parcelas 26 y 27; Oriente, línea estacada la separa de Parcela 37; Sur, Río Huépil y Poniente, línea estacada la separa de Parcela 39. Inscripción especial herencia

predios indicados: fojas 470 N° 498 Registro Dominio Conservador Bienes Raíces Yungay, año 1981. Derechos subinscritos al margen dicho inscripción. Rol avaluo 253-220 comuna Tucapel. Derechos estado actual de Parcelas singularizadas. Mínimo 2/3 tasación pericial equivalentes \$23.903.641 que deberán cancelarse dentro tercero día desde fecha subasta, escritura dentro veinte días desde pago precio. Caución:

Vale Vista bancario o dinero por \$2.400.000. Entrega suscrita escritura.

Gastos: subastador que deberá designar domicilio dentro límites urbanos Yungay, bajo apercibi-miento notificarsele estaco diario, CLAUDIA GONZÁLEZ.

Secretaria.- (22180)

REMATE: 1° Juzgado Civil de Los Ángeles, causa Rol N° 116-2014, "CARVAJAL con FELIPE PERELLO Y CÍA. LIMITADA." se rematará las siguientes propiedades: a) "Lote B" de dos coma setentá y nueve hectáreas de la subdivisión del resto del predio denominado "El Budi" de la comuna de Teodoro Schmidt, provincia de Cautín, Región de la Araucanía. Rol Avalúo 212-497. El título de dominio rola a fojas N° 1090. número 1243, del Registro

de Propiedad del Conservador de Bienes Raíces de Nueva imperial año 2011. A realizarse subasta 30 de Noviembre de 2015, 12:00 hrs. Mínimo postura \$ 3.107.443. El precio remate se pagará al contado dentro del quinto día hábil desde la fecha en que se suscriba el acta de remate. Postores deberán rendir caución valor equivalente al 10% del mínimo fijado, en vale vista a nombre del tribunal. Demás bases y antecedentes en secretaría del Tribunal. (22270)

Extracto

EXTRACTO: Segundo Juzgado Letras Los Ángeles, rol V-223-2015, resolución 19 agosto 2.015. Concedió con beneficio de inventario, posesión efectiva herencia testada de la causante MARÍA FRESIA CID HERNÁN-DEZ a heredera testamentaria universal MIRIAM DEL CARMEN ESCALONA SALAZAR. Secretario. (22272)

EXTRACTO: En causa Rol V-371-2015 del Segundo Juzgado Civil de Los Ángeles, con fecha 2 de Noviembre de 2015 se concedió la Posesión Efectiva Testada, de doña TUSNELDA UARAC KUNCAR. (22273)



Indicadores

UTM - UTA - IPC

	UTM	UTA	Indice de Precios al Consumi- dor (IPC)	Variación Porcentual			
	(1)	(2)	Valor en puntos (6)	Mensual (3)	Acu- mulado 2014 (4)	Ultimos 12 meses (5)	
2014							
Junio	42.052	504.624	104,08	0,1	2,5	4,8	
Julio	42.178	506.136	104,32	0,2	2,8	4,7	
Agosto	42.220	506.640	104,66	0,3	3,1	4,8	
Septiembre	42.304	507.648	105,54	0,8	4,0	5,1	
Octubre	42.431	509.172	106,64	1,0	5,1	6,1	
Noviembre	42.770	513.240	106,66	0,0	5,1	5,7	
Diciembre	43.198	518.376	106,22	-0,4	4,6	4,6	
2015							
Enero	43.198	518.376	106,30	0,1	0,1	4,5	
Febrero	43.025	516.300	106,68	0,4	0,4	4,4	
Marzo	43.068	516.816	107,35	0,6	1,1	4,2	
Abril	43.240	518.880	107,97	0,6	1,6	4,1	
Mayo	43.499	521.988	108,16	0,2	1,8	4,0	
Junio	43.760	525.120	108,68	0,5	2,3	4,4	
Julio	43.848	526.176	109,14	0,4	2,7	4,6	
Agosto	44.067	528.804	109,88	0,7	3,4	5,0	
Septiembre	44.243	530.916	110,44	0,5	4,0	4,6	
Octubre	44.553	534.636	110,89	0,4	4,4	4,0	
Noviembre	44.776	537.312					
Diciembre	44.955	539.460					

1) UTM = Unidad Tributaria Mensual

(2) UTA = Unidad Tributaria Anual (UTM x 12)
(3) Variación mensual : Corresponde a la publicada oficialmente por el INE en cada mes.
(4) Variación acumulada 2014: Corresponde a la acumulada a la fecha respecto del mes de Diciembre del año anterior

de Diciembre del año anterior. (5) Variación Ultimos 12 meses: Corresponde a la variación de los últimos doce meses.

U.F. - **I.V.P.**

siguientes valores de la Unidad de Fomento (U.F.) y del Índice de Valor Promedio (I.V.P.) desde el 1 de noviembre de 2014 hasta el 9 de diciembre de 2014, de acuerdo a tabla proporcionada por el Banco Central.

FECHA	U.F.	I.V.P.				
	NOVIEMBRE 2015					
01/11/2015	25.494,15	26.282,47				
02/11/2015	25.498,25	26.286,55				
03/11/2015	25.502,35	26.290,63				
04/11/2015	25.506,45	26.294,70				
05/11/2015	25.510,56	26.298,78				
06/11/2015	25.514,66	26.302,86				
07/11/2015	25.518,77	26.306,94				
08/11/2015	25.522,87	26.311,02				
09/11/2015	25.526,98	26.315,10				
10/11/2015	25.530,38	26.318,92				
11/11/2015	25.533,77	26.322,73				
12/11/2015	25.537,17	26.326,55				
13/11/2015	25.540,57	26.330,37				
14/11/2015	25.543,97	26.334,19				
15/11/2015	25.547,37	26.338,01				
16/11/2015	25.550,77	26.341,83				
17/11/2015	25.554,17	26.345,65				
18/11/2015	25.557,57	26.349,47				
19/11/2015	25.560,97	26.353,29				
20/11/2015	25.564,37	26.357,11				
21/11/2015	25.567,77	26.360,94				
22/11/2015	25.571,18	26.364,76				
23/11/2015	25.574,58	26.368,58				
24/11/2015	25.577,98	26.372,41				
25/11/2015	25.581,39	26.376,23				
26/11/2015	25.584,79	26.380,06				
27/11/2015	25.588,20	26.383,89				
28/11/2015	25.591,60	26.387,71				
29/11/2015	25.595,01	26.391,54				
30/11/2015	25.598,41	26.395,37				
DICIEMBRE 2015						
01/12/2015	25.601,82	26.399,20				
02/12/2015	25.605,23	26.403,02				
03/12/2015	25.608,63	26.406,85				
04/12/2015	25.612,04	26.410,68				
05/12/2015	25.615,45	26.414,51				
06/12/2015	25.618,86	26.418,35				
07/12/2015	25.622,27	26.422,18				
08/12/2015	25.625,68	26.426,01				
09/12/2015	25.629,09	26.429,84				

MONEDA

Dólar Observado	702,70	Pesos
Euro	751,15	Pesos
Índice de Tipo de Cambio Multilateral	116,86	Índice



Ingresa a nuestro sitio web

www.latribuna.cl

y publica desde la comodidad de tu casa u oficina.





Desde septiembre tienes tres medios de comunicación para tus publicaciones.



www.latribuna.cl



Exposición de Flores 2015

l pasado fin de semana, se realizó la tradicional Exposición de Flores, organizada por que el Club de Jardines de Los Ángeles.

En esta oportunidad, la exposición denominada "La Naturaleza es un Regalo", presentó flores, cactus y plantas cultivadas por las socias, además de una puesta en escena de diversos arreglos florales,

entre otras presentaciones.

La actividad se llevó a cabo en dependencias de la Iglesia Perpetuo Socorro, ubicada en calle Colón 1226.

Los asistentes disfrutaron de una hermosa exposición, desarrollada en un ambiente donde se sentía la tranquilidad y armonía de la naturaleza.

Fotografías: Alberto Zúñiga























19

www.latribuna.cl



LE PONE PUNTO FINAL

Jugador aclara confuso incidente con un hincha al interior del Mall

Isaías Peralta tiene pruebas y antecedentes que acreditan su posición, y que se demostrará con el tiempo. Además, nunca existió agresión, de la que fue acusado.

saías Peralta, de 28 años, y conversación con La Tribuna, mencionó que nunca le había pasado algo similar, y que sigue sin entender cuál es el fin u objetivo que busca el hincha azulgrana, que durante la jornada del viernes en la tarde realizó una denuncia que involucraba al jugador de Iberia.

Ha recibido múltiples mensajes de apoyo, de diversas formas, ya sea por redes sociales, o en persona a través de una fotografía con los fanáticos.

"Es hincha, y por ende,

las críticas que me haga por de esos, 13 años han sido redes sociales yo las acepto. dedicados al fútbol. En Me pueden ayudar en mi crecimiento, ahora, si yo voy paseando en mis horas libres. y estoy haciendo pago de mis cuentas, y compras porque viene un hijo en camino, y esta persona me hace muecas para decir lo malo que era, y aparte venir a encararme, obviamente uno va a reaccionar. Es una discusión, en ningún momento lo agredí, en ningún momento intenté pegarle un cabezazo, y no creo que por una discusión, en la que lo increpé y le dije que si tenía que hacerme críticas que lo hiciera, pero no en mis ratos libres, se preste para algo

que él quería, que era viralizar esto. Lo bueno es que esto no es así, hay videos, hay cámaras en París que demostrarán que esto no es así. Dijo que estaba con clientes, y si es así cómo se va a acercar a alguien que va caminando. En una discusión se suben los tonos, pero quedó en eso, en una discusión", comentó.

Además, señaló que "él dijo que quedó en estado de shock, pero yo no creo que alguien quede así en una discusión. Pero aclarar eso, aclarar a los hinchas que, de los muchos que me han entregado su apoyo, saben que soy una persona tranquila, saben que mis principios son otros y es imposible que pueda agredir a un hincha, si yo siempre lo he dicho en facebook y twitter que ellos son importantes. Obviamente uno acepta críticas por redes sociales, pero cuando es personalmente uno puede reaccionar increpando,

pero nunca agrediendo".

EL HINCHA TIENE ANTECEDENTES

Cuando algunos hinchas supieron quién era la persona a la cual, supuestamente Peralta había agredido, muchos le hicieron el comentario que sabían qué persona era, y que les había ofrecido combos a hinchas y a otros jugadores.

"Él eso quería, quiere destacar con cosas extra futbolísticas dañando a algunos jugadores. Entonces, calentarme más la cabeza con alguien que hace críticas que no ayudan, porque hay algunas que sí ayudan, así que él verá qué saca con esto. Yo no gano ni pierdo, yo sólo me enfoco a entrenar, porque hay muchos hinchas que han visto que mi desempeño en la cancha es diferente, que desde que llegué he sido un aporte, y que valoran lo que hago y me lo hacen saber", sostuvo.

PUDO DEJARLO PASAR

Es cierto, siempre se dice que hay situaciones absolutamente evitables, pero para tener la oportunidad de demostrar que esa afirmación es verídica, primero hay que vivir dichas instancias, y no siempre uno reacciona en base a lo que sería políticamente correcto, sino que también afecta todo lo que se ha vivido en el día. Somos personas, y por ello también nos podemos equivocar. Así lo reconoce Isaías Peralta, quien asume que pudo obviar a la persona que lo acusó de agresión, pero el no tener un gran día le pasó la cuenta.

"Ahí cometí un error, de haberlo encarado luego de que me haya dicho cosas. No tuve un buen día, lo encaré (de buena forma) subido de

tono, pero claro, ahora lo pienso, debería haberlo evitado, haber hecho vista gorda y haber seguido. Porque ahora se le da importancia a algo que él comentó, que está dañando mi imagen por una agresión, y no lo fue. Tengo familia, soy padre, soy hermano y también soy hijo, y mi familia está en Santiago y se informa, y lo primero que ve en internet es la palabra agresión. Si es agresión una discusión, entonces estaríamos llenos de agresiones en todos lados. Pero lo verá mi representante con su abogado, yo quedo ajeno al tema. Van a evaluar si vale la pena tomar alguna acción legal", aseguró.

También, destacó que recibió el respaldo de sus compañeros, porque saben cómo es Isaías. Con ellos tiene una relación a diario, y según relató, es grato sentir el respaldo del cuerpo técnico, de sus compañeros y de la dirigencia.

20 DEPORTES

www.latribuna.cl

SE MANTIENE HASTA NUEVO AVISO

Retornó la fiesta al municipal angelino: el bombo se queda por buena conducta

Hinchas de Iberia se la jugaron para tener de regreso el bombo en el estadio. Las autoridades locales, y que tienen incidencia en esto, se pronunciaron positivamente.

uchas son las hinchadas en el país que pretenden tener de vuelta el bombo, y todo lo que ello conlleva. Sin lugar a dudas, en Los Ángeles, la conducta de la hinchada ha sido fundamental para que este anhelo se pueda materia-

La prueba de fuego fue el fin de semana recién pasado, y se pasó con creces.

El gobernador de la provincia de Bío-Bío, Luis Barceló, se mostró muy entusiasmado con la barra azulgrana, y espera que la buena conducta

sea algo permanente. "Habíamos visto en el último año que no tuvimos ningún problema con Iberia, salvo al inicio del año pasado que hubo un problema cuando vino Curicó, y que en realidad no fue causado por hinchas de Iberia, fue muy lejos del estadio, casi los mil metros de algunos de sus deslindes, y fue ocasionado por hinchas de Curicó. Desde ahí en adelante no ha habido ningún problema, nada. Es una forma de gratificar a la hinchada, decirle: oiga, si ustedes se siguen portando bien, pueden contar con tocar sus instrumentos, ahora, si lo hacen mal, eso va a cesar. Lo único que pedimos es responsabilidad a todos los miembros de la barra, para que puedan seguir gozando del fútbol con alegría, adrenalina, pero controlando la adrenalina", comentó.

Además, añadió que "el balance es positivo, muy positivo. No hubo ningún problema, yo estuve conversando con ellos, yo mismo estuve probando el bombo, y lo pasamos súper bien, así que felicitaciones a la hinchada de Iberia. Solo esperamos que siga portándose de esa forma".

Para el próximo partido tienen que enviar la petición con la debida anticipación, porque se envía a Santiago, responsabilidad es del Gober-



HAY BOMBO PARA RATO, según dijo el gobernador Luis Barceló.

nador provincial.

"Yo soy el que corto esta situación, pero no me mando solo, y tengo que justificar por qué lo hago. En la medida en que haya una buena conducta de las barras, yo puedo seguir autorizando el uso del bombo", sostuvo.

¿Y CARABINEROS?

El mayor Carlos Jara, comisario de Los Angeles, aunque de todos modos la entregó su visión sobre la presencia del bombo en el

partido entre Iberia y Santiago Morning.

"Hubo un partido donde se utilizó, no hubo ninguna problemática al ingreso del bombo. Sí debo aclarar que para ingresar este instrumento, deben contar con una autorización de una autoridad gubernamental, porque las normas así lo exige. Carabineros da recomendaciones en forma permanente a la ciudadanía, hace los registros en el estadio para que se pueda desarrollar sin problemas el

evento deportivo", manifestó. Carabineros prohíbe

cualquier ingreso de elemento contundente, cualquier situación que en un momento de efervescencia futbolística pueda generar debilidad: un palo, una bandera, un encendedor. Cualquier elemento que pueda ser utilizado como elemento para lanzar a la cancha, Carabineros deberá

"No obstante, si existe la autorización, nosotros podremos aceptarlo, pero el llamado es a mirar los partidos con responsabilidad, y no causar desórdenes, y que la familia pueda disfrutar de un evento futbolístico tranquilo", ase-

La persona que tendrá el bombo será monitoreado en todo momento, será grabada su actuación, de manera que se tenga un medio de prueba fehaciente en momento que el bombo sea utilizado para cometer una acto de desorden, o se use como método de defensa contra otra persona.

SIEMPRE LIDERÓ

Angelinos dieron cátedra de ajedrez en torneo por equipos en Talcahuano

ste fin de semana se desarrolló el tradicional torneo por equipos de ajedrez, del Instituto DUOC de Talcahuano, evento que reunió equipos de diferentes puntos del sur del país. Durante seis rondas los equipos se enfrentaron bajo puntuación olímpica, que mostró tres equipos que lideraban el torneo Club Enroque Osornino, Club de Ajedrez Concepción, Círculo de Ajedrecistas de Los Ángeles, ronda tras rondas mostraban su nivel, llegando a una última ronda infartante que dio como ganador al equipo angelino, compuesto

por Martín Díaz Vásquez, José Soza de La Carrera, Juan Molina Hidalgo y Hugo Olave Parra.

"Nos sentimos muy contentos, recién obtuvimos el tercer lugar en Nacional de Clubes, un resultado histórico, y ahora ganamos este fuerte Open por equipos. Esto nos motiva y vemos que el ajedrez angelino va por el camino correcto", comentó José Soza, tablero 2 del Círculo de Ajedrecistas de Los Ángeles.

Por su parte, Martín Díaz, tablero 1 del Círculo de Ajedrecistas de Los Ángeles, señaló que



DE OSORNO son los vicecampeones, y de Concepción los terceros. Así se completa un podio de lujo para la región.

"estamos contentos, nos sacamos la espinita del Nacional de Clubes, si bien se obtuvo un resultado histórico con el bronce, todos pensamos que nos faltó muy poco para ser campeones nacionales, pero hoy en un difícil open por la calidad de los jugadores, ganamos y somos los mejores".

RESULTADOS FINALES:

Campeón: Círculo de Ajedrecis-

tas de Los Ángeles.

Vicecampeón: Club de Ajedrez Enroque Osornino.

Bronce: Club de Ajedrez Concepción.

DEPORTES www.latribuna.cl

GIMNASIO MUNICIPAL MILLANTÚ

Nacional de tenis de mesa se disputa este fin de semana en todas las categorías

Jugadores angelinos que han sido animadores de la competencia nacional todo el año, buscarán mantener o mejorar su ránking nacional 2015.

a competencia nacional federada de tenis de mesa entra en tierra derecha. En el mes de diciembre en la región Metropolitana se realizará por segundo año consecutivo la "semana del tenis de mesa", oportunidad en que se jugará el último nacional 2015 en las pruebas de equipos e individual para las categorías peneca, preinfantil, infantil, juvenil y todo competidor.

Antes de la gran final nacional, los angelinos vuelven a realizar un esfuerzo organizativo y deportivo trayendo a la comuna el último zonal.

Los esfuerzos desplegados de manera conjunta entre los jugadores, dirigentes, entrenadores y autoridades no han sido en vano. Durante este 2015 la disciplina olímpica del tenis de mesa ha vuelto a destacar. De la ciudad de Los Ángeles son 4 seleccionados nacionales: Constanza Loyola, Paulina Hernández, Sergio Lühr y Diego Sepúlveda. También se han logrado lugares de avanzada en campeonatos nacionales, aparte de los obtenidos por los jugadores mencionados anteriormente, por ejemplo Martín Sanzana, fue tercero en el nacional de Coyhaique, y Valentín Rivera, en el nacional del Centro de Entrenamiento Olímpico.

"Es este esfuerzo de todo el año, que ha implicado un importante gasto en recursos financieros, más

los compromisos adquiridos con Fechiteme, y los lugares de avanzada que tienen nuestros jugadores, lo que hace un deber organizar este Open Nacional Federado de la Zona 5, a pesar de ser yo el único miembro del directorio de la Asociación angelina interesado en realizarlo", manifestó Ricardo Sanzana, tesorero de la entidad.

El Open Zonal Nacional Federado de Tenis de Mesa que se disputará en el gimnasio municipal Millantú, tiene la siguiente programación: el sábado 14 de noviembre a partir de las 10, se disputará la categoría juvenil y desde las 13, la categoría Todo competidor, en series damas y varones. En tanto, el domingo 15, a partir de las 10 jugarán los mini penecas y penecas, para luego, a eso de las 13 horas, pre infantil e infantil, también en damas y varones.



EN LA ACTUALIDAD Constanza Loyola continúa, por segundo año consecutivo, como la mejor deportista de la región.

MEJOR SALUD

Baja de peso con sólo comer carne: ¿No lo crees?

a dieta proteica, o dieta de proteínas, se hace d cuando una persona come únicamente carne para perder peso.

¿Se puede comer carne mientras se está en esta dieta?

La ventaja de esta dieta es que la carne da sensación de saciedad mucho más rápido que la mayoría de los demás alimentos.

No sólo está permitido comer carne en esta dieta, sino que más bien es lo único que se debe comer cuando se está en la misma. El tipo de carne puede ser cualquiera ya sea res, cerdo, pollo, cordero, etc. Por supuesto, como esta es una dieta de proteínas, se puede comer pescado, mariscos, e incluso cualquier tipo

¿Cómo funciona la dieta proteica?

La razón por la que la dieta de proteínas funciona, si bien a primera vista comer los alimentos antes mencionados no parece un método viable para perder peso, es el hecho de que el cuerpo no obtiene carbohidratos de estas comidas.

Durante la dieta se obtiene una cantidad considerable de proteínas, el cuerpo trabaja en cierto modo forzado y quema más grasa, extrayendo la energía de las proteínas de las carnes, que si la extrajera de alimentos carbohidratos.

En pocas palabras el gasto calórico es mayor si al cuerpo sólo se le alimenta con pro-

Nota: Recuerda que las proteínas no se deben consumir en exceso y no es bueno mantener esta dieta por períodos prolongados de tiempo.

ELIMINA ESOS KILOS SIN SENTIR **HAMBRE**

Una de las razones por las que las personas prefieren la dieta proteica dentro de otras dietas disociadas, es el hecho de que en la dieta proteica si bien la persona pierde peso, no lo hace de forma drástica, pues no ha dejado de alimentarse, solo que el cuerpo está adquiriendo energías de otra, y además la ingesta nutricional si bien no es la perfecta, no decae drásticamente como en otras dietas.

Otra de las razones por la ie se prefiere la dieta proteica es que al tratarse de carne, pescado, huevos y lácteos hay un gran elemento de saciedad, por lo que las personas no tienen que pasar largos periodos del día sintiendo hambre para rebajar.

Por supuesto hay que tomar en cuenta que una dieta alta en carnes puede traer problemas nocivos. Uno de los más peligrosos es que la dieta alta en carnes pone a trabajar en exceso al hígado, por lo que se tiene que tomar mucha agua mientras se practica la dieta proteica.

Otra razón por la que es recomendable consumir una gran cantidad de agua mientras se practica esta dieta es que, ya que no se están consumiendo fibras, sino sólo alimentos con proteínas debido a la ausencia de frutas y cereales, el intestino puede sufrir una seria constipación si no se le ayuda con la ingestión de líquidos.

También es probable que una persona que no está acostumbrada a este tipo de dietas sienta mareos, cambios de humor y debilidad general al

Si a una persona le apetece probar la dieta proteica pues ha escuchado que es una dieta rápida y efectiva, se recomienda únicamente hacerla por una o como máximo dos semanas, luego de eso es recomendable que consulte a su médico si se decide seguir con la dieta.

Para el desayuno en la dieta proteica el enfoque es comenzar el día con una cantidad de proteínas considerable que, a diferencia de unos panqueques o panes tostados, no lleve carbohidratos, pero que aún sea suficiente para aportar al cuerpo la energía que necesita para arrancar el día, por esta razón el desayuno en la dieta proteica suele ser algo pesado. Por lo general el desayuno es una ración de huevos con tocino y un café

Para el almuerzo en la dieta

proteica se permiten comer algunos vegetales, eso sí, en cantidades muy pequeñas y sólo algunos vegetales en especifico, uno de los vegetales que se permite comer en el almuerzo es el tomate, debido a que en nada aporta carbohidratos al cuerpo, ni afecta la absorción de las proteínas. Y por supuesto, al tomate lo acompaña el ingrediente principal del almuerzo que puede ser una ración de jamón serrano o salmón.

Para la merienda se puede comer si apetece carne para picar, como hemos dicho se permite cualquier tipo de carne, y también se pueden comer aperitivos de queso con jamón si se lo desea.

Para la cena, al igual que con el almuerzo, se permiten comer verduras, siempre y cuando las comidas proteicas sean en mayor cantidad y el ingrediente principal del plato. Por lo general en la cena no se comen carnes rojas, pues estas es mejor comerlas temprano en el día. En la cena más bien se tiende a comer el tipo de pescado o marisco que se prefiera y se acompaña de una parrillada de verduras.





22 COMUNIDAD

www.latribuna.cl



Foto del día





Guía profesional

PARA QUE TODOS TE VEAN,

La Tribuna

Más cerca de ti

Más información en Colo Colo 464 Los Ángeles Teléfono 043 2311040



PSICÓLOGA

MARCELA TRONCOSO ESCOBAR

Psicóloga Clínica Acreditada Terapeuta familiar y de pareja

Consulta: Gabriela Mistral Nº79 Fono: 43-2230298 Lautaro Nº 279 Fono: 43-2525822

FONASA - ISAPRES -PARTICULARES - TRANSBANK

ARQUITECTO

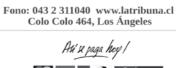
Alvaro Ocampo Rodríguez

 Arquitectura educacional y de uso público ► Desarrollo de proyectos habitacionales

ocampo.rodriguez@gmail.com / Cel. 92963642



ESTE ESPACIO PODRÍA SER TUYO





MENDOZA

ABIERTO DE LUNES A DOMINGO.

Médicos titulados en la Universidad de Concepción,

Mendoza 715. 43-2315508 - 91447728.



Fono: 043 2 311040 www.latribuna.cl Colo Colo 464, Los Ángeles

Ari'se paga hoy!



PODRÍA SER TUYO Fono: 043 2 311040 www.latribuna.cl Colo Colo 464, Los Ángeles

Au'se paga hog/





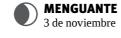
Santoral

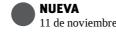
Hoy: Martín de Tours

Fases de la Luna



LLENA 25 de noviembre





Sudoku solución 10 de noviembre

8	6	3	9	7	4	1	5	2
4	1	5	8	2	6	9	7	3
9	2	7	5	1	3	6	4	8
3	5	1	6	4	9	2	8	7
7	9	2	3	8	1	5	6	4
6	8	4	7	5	2	3	1	9
5	3	9	4	6	7	8	2	1
2	7	6	1	3	8	4	9	5
1	4	8	2	9	5	7	3	6

Sudoku

Comience poniendo un número entre 1 y 9 en cada casilla vacía, pero recuerde que ninguno puede repetirse en una misma columna, en la misma fila ni en la misma sección de 3x3.

SEMINARIO

Taller de diseño e iluminación se dictó en Los Ángeles

La instancia fue creada con la idea de lograr una instancia de profesionalización de las artes escénicas en gestores de la cultura local.

a instancia de formación realizada en centro cultural Bodega 44 de la Agrupación Perfiles y Siluetas, contó con la presencia del experto en el área Alejandro Ĉastillo y convocó a creadores del teatro y la danza que recibieron formación en torno al diseño integral de los montajes.

Ante la necesidad de abrir espacios de formación y profesionalización de artistas escénicos locales para mejorar la calidad de sus proyectos, surge este programa que se estructura de acuerdo al contexto creativo regional, ya que contempla demandas y necesidades que los mismos artistas han remarcado en instancias de diálogo con el Consejo Regional de la Cultura y las

Destinado a los artistas del área de la danza y el teatro de la Región del Biobío, el Taller de diseño e iluminación fue dictado por Castillo quien es diseñador teatral y técnico escénico y, además, miembro de la asociación gremial Agrupación de Diseñadores, Técnicos y Realizadores Escénicos. En Concepción, el experto dirigirá un taller entre el 11 y el 13 de noviembre en la Sala de Teatro del Centro de Extensión de la Universidad Católica de la Santísima Concepción.

La metodología de la instancia formativa consistió en un repaso por contenidos teóricos, prácticos y técnicos sobre el rol de la iluminación en la propuesta escénica. En este sentido, el encuentro se configuró a partir de una convocatoria que reúne a artistas con conocimiento previo en el área y que, además, se encuentran en procesos de desarrollo de propuestas escénicas. Así, la actividad se realizó con 20 participantes que, a su vez, forman parte de colectivos, compañías de danza, elencos de teatro o academias, con el objetivo de que pongan en práctica los aprendizajes del taller.

Al respecto, la directora del Consejo Regional de la Cultura y las Artes, Marcia Orellana, planteó el valor de estos espacios en tanto se enfoca en un grupo diverso, "con personas que se dedican a la

danza, al teatro e incluso hay propuestas que involucran música y eso responde a la necesidad que tiene la escena local de ir mejorando cada vez más sus montajes" explica y agrega que "la idea es fomentar el desarrollo de las artes desde la profesionalización de las distintas áreas porque entendemos que, al ir aumentando el nivel de las propuestas artísticas locales también se estimula el desarrollo de cada una de las disciplinas, con miras a que los espectáculos en la Región sean cada vez de mayor calidad".

En la misma línea se proyecta que, tanto estos como otros encuentros de formación, sean agrupados en el marco de la iniciativa Lab Cultura, con el fin de incentivar el proceso de formación especializada como una herramienta que aporte a la escena artística local.





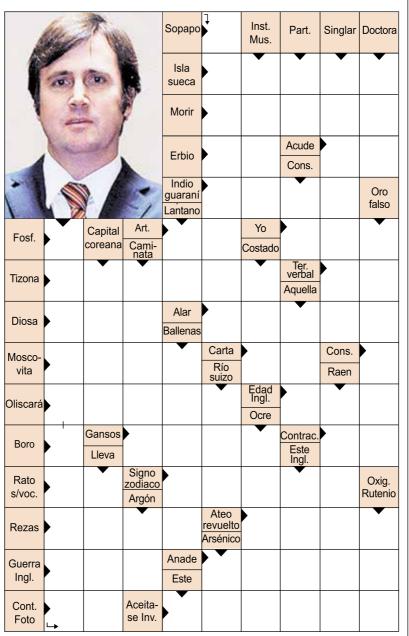




Guía de Utilidad Pública

Teléfonos de Emergencia	
	121
Asistencia Pública (Urgencias) Ambulancia (SAMU)	131 131
Cruz Roja	2314057
Hospital (Mesa central)	2336000
Clínica Los Andes	2210256
Clínica Adventista	2524300
Fonasa Bomberos	2332113 132
Investigaciones	134
Carabineros	133
Carabineros (Fono Drogas)	135
Prefectura Bío Bío Nº 20	243000
Tenencia Carreteras Bío Bío 1ra. Comisaría Los Ángeles	2243042 2242024
Subcomisaría Paillihue	2243051
Tenencia Centenario	2243047
Retén Cb. 1ro. René Sepúlveda Parraguez	2243049
Retén El Álamo	2243058
Retén San Carlos Retén Santa Fe	2243059 2243045
2da. Comisaría Mulchén	2243061
Retén Quilaco	2243080
Retén Rucalhue	2243082
Retén Loncopangue	2243081
3ra. Comisaría Nacimiento Tenencia Negrete	2243084 2243101
4ta. Comisaría Santa Bárbara	2243101
Tenencia Antuco (F)	2243127
Tenencia Alto Bío Bío (F)	2243139
Retén Villucura	2243125
Retén Quilleco	2243129
Retén Canteras Retén Tucapel	2243137 2243133
Retén Polcura	2243136
Retén Trupán	2243135
5ta. Comisaría Yumbel	2243142
Subcomisaría Cabrero Subcomisaría Laja	2243168
Retén Monte Águila	2243178 2243176
Retén Salto del Laja	2243044
Retén Tomeco	2243175
Retén Río Claro	2243164
Retén San Rosendo Retén Rere	2243162 2243165
Cementerio Parque del Sur	2315152
Cementerio Parque Santa María	2315152
CGE Distribución S.A.	600-7777777
Abastible	2313147
Enagas Essbío	2322498
Fono Sida (N° nacional)	2321151 800-202120
Fono Sida (N° local)	2320099
Conaf	130
Incendios Forestales	2322126
Juzgado de Letras Nº 1	2312439
Juzgado de Letras N° 2 Juzgado de Letras N° 3	2321666 2321116
SII	2218800
Asistencia a contribuyentes SII	2218813
Telefonograma	2324024
TAXIS	2221200
Radio Taxi Santa María Radio Taxi Beeper Andes	2321380 2324080
Radio Taxi Beeper Andes Radio Taxis Amanecer (Caupolicán s/n)	2320001
Radio Taxi Los Ángeles	2323044
Taxis Plaza Pinto (Barrio Sur)	2321125
Taxis C. Rengo (Colón-Almagro)	2321226
Taxis Colón (Plaza de Armas) Taxis Tucapel (Colón-Almagro)	2321270
Taxis Tucaper (Colon-Annagro) Taxis Hospital (Avda. Ricardo Vicuña)	2321489 2318778
Taxis Andes	2314090

Germán Fuentes



Ferias

MIÉRCOLES Santiago, entre Fco. Rioseco y Galvarino

Farmacia de Turno

REDFARMA Los Carrera 200





Horóscopo

(21 DE MARZO AL 20 DE ABRIL) T ARIES AMOR: No te debes dejar guiar tanto por la opinión de los demás, ya es tiempo de analizar las cosas por tu propia cuenta. SALUD: Problemas dentales. DINERO: La economía no se encuentra en su mejor nivel, trata de cuidar tu fuente laboral. COLOR: Gris. NUMERO: 20.

TAURO(21 DE ABRIL AL 20 DE MAYO)
AMOR: Deja el orgullo de lado y pide perdón, somos personas y tenemos derecho a equivocarnos. SALUD: Su estado de salud está algo frágil. DINERO: Debes poner ४ bien claras las cosas en tu trabajo para que entiendan que no deben aprovecharse de ti. COLOR: Celeste. NUMERO: 22.

(21 DE MAYO AL 21 DE JUNIO) AMOR: Cuidado con hacer las cosas guiado/a por el ego. SALUD: Deje la comida chatarra o las grasas ya que está generándose problemas cardiacos. DINERO: No caiga en desatenciones en tus tareas habituales, evítate un mal rato. COLOR: Crema. NUMERO: 10.

♂ CÁNCER (22 DE JUNIO AL 22 DE JULIO) AMOR: Toma un poco más en serio a tus instintos ya que ellos te están indicando algo. SALUD: No sobrecargue su estómago o terminará este día con bastantes complicacio-nes estomacales. DINERO: Nuevos negocios se concretan. COLOR: Lila. NUMERO: 34.

(23 DE JULIO AL 22 DE AGOSTO) AMOR: La relación de pareja no puede sufrir las consecuencias de los problemas de trabajo. Evite mezclar tanto las cosas. SÁLUD: Cuidado con la zona lumbar. DINERO: Posterga un poco esas inversiones ya que las condiciones de mercado no son las mejores. COLOR: Verde. NUMERO: 32.

(23 DE AGOSTO AL 22 DE SEPTIEMBRE) AMOR: No se aflija tanto la vida tarde o temprano le dará motivos para sonreír. SALUD: Cuide su corazón, le recomiendo un poco de deporte o cualquier actividad física. DINERO: No se desanime, a todos nos cuesta lograr cosas pero no debe rendirse. COLOR: Ocre. NUMERO: 11.

(23 DE SEPTIEMBRE AL 22 DE OCTUBRE) AMOR: Día de encuentros para los/as solteros/as, y en los/as casados/as se deben evitar los malos entendidos. SALUD: Estás dejando de lado los temas de salud, cuidado. DINERO: Las recompensas no serán materiales pero serán bastante beneficiosas. COLOR: Amarillo. NUMERO: 6.

ESCORPIÓN (23 DE OCTUBRE AL 22 DE NOVIEMBRE) AMOR: Haga una inspección a su interior y dése cuenta la hermosa persona que es. SALUD: Cuide a los suyos de las enfermedades virales. DINERO: No mezcle la amistad con los negocios, no porque la otra persona sea mala sino por las confusiones que genera. COLOR: Negro. NUMERO: 12.

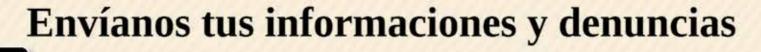
SAGITARIO (23 DE NOVIEMBRE AL 20 DE DICIEMBRE) AMOR: Nunca debe dar todo como un hecho, en el amor y en la guerra nada está definido hasta que se consigue. SALUD: Problemas infecciosos, ten cuidado con finalizar este día enfermo/a. DINERO: Malos ratos en el trabajo, pero nada del otro mundo. COLOR: Morado. NUMERO:

To CAPRICORNIO (21 DE DICIEMBRE AL 20 DE ENERO) AMOR: Calma tus emociones para así poder analizar las cosas fríamente antes de tomar una determinación. SALUD: No haga caso a otras personas de lo que debe o no debe tomar, visite a su médico. DINERO: No es su mejor momento, pero tampoco es el peor. COLOR: Azul. NUMERO: 31.

(21 DE ENERO AL 19 DE FEBRERO) AMOR: No defraudes la confianza de las personas que creen en ti sólo por dejarte llevar por este aire primaveral. SALUD: Debes buscar ayuda, tu estado depresivo debe ser tratado. DINERO: Junta cada peso que puedas para concretar tus sueños en el futuro. COLOR: Marrón. NUMERO: 25.

₩ PISCIS (20 DE FEBRERO AL 20 DE MARZO) AMOR: Abre tu corazón al amor y verás que es lo mejor que podría pasar y sobre todo si eres correspondido/a. SALUD: No descuide su integridad física. DINERO: Cuide su dinero, no porque no tenga sino porque en el futuro puede escasear. COLOR: Naranjo. NUMERO: 4.

La mentalista y consejera espiritual, Yolanda Sultana, que elabora este horóscopo, Fonos: 09-9796270, 7780731, 778818, reside en Alameda 4308, esquina Placillla, Santiago, dirección a la cual puede escribirle enviando un sobre con estampillas, señalando su signo y su estado civil para que ella responda.





www.latribuna.cl



