



La Tribuna

Fundado el
27 de junio
de 1958

EL DIARIO DE LA PROVINCIA DE BÍO BÍO

www.latribuna.cl

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



CRÓNICA, 8

Mujer de 52 años rinde la PSU 2016 en Los Ángeles

Por diversas razones no pudo seguir estudiando y hoy sueña con ser profesional.



ECONOMÍA, 5

Embarque aéreo y su potencia exportadora en Biobío

Existe gran viabilidad para exportar directamente desde carriel sur al exterior.

Agrupaciones de DD.HH se muestran contrarios a apoyar reparación de ex conscriptos

“No puedo apoyar algo por el estilo, pues estaría traicionando mis principios” sostuvo tajante el presidente de la Agrupación de Derechos Humanos de Cabrero, Ernesto Quichiyao.

En tanto el jefe del equipo Prais del hospital de Los Ángeles, Gabriel Melo, dijo que ya se había intentado hacer un acuerdo para que fueran beneficiados “pero nos opusimos de manera categórica”.



CRÓNICA, 6

DESTACADAS

POLICIAL, 11

Prisión preventiva para presuntos asesinos de anciano

Ambos sujetos habrían golpeado a la víctima con un palo y un hacha en Santa Bárbara.



CRÓNICA, 9

Laja: hermano de alcalde electo se adjudica licitación

Según el actual jefe comunal, se debieron inclinar forzosamente por la compañía.



DEPORTES, 19

Team El Constructor consigue tres pódium en competencia nacional de XCM

Deportistas que lograron estar entre los mejores del país en esta disciplina de montaña.

POLICIAL, 10

Nacimiento: motociclista de 25 años muere tras colisionar con camión

El joven impactó a la máquina por el costado derecho cuando esta viraba hacia un camino rural.

HOY



MÍN 12°
MÁX 34°
Despejado

MAÑANA



MÍN 13°
MÁX 32°
Despejado

La atracción del poder

El hombre, dijo Maquiavelo, se dio cuenta que "para ser dueño de su propio destino, debe ser primero dueño del destino de otros" y, en la búsqueda del poder necesario para dirigir a los demás, la política, actividad inherente a la condición humana, resulta ser el instrumento que le permite al hombre alcanzar el poder necesario para ejercer influencia y direccionar la vida de la comunidad humana sobre la que se actúa.

Quiénes buscan el poder político ven en todos los demás- aún con quienes declaran compartir iguales convicciones ideológicas y han caminado juntos mucho tiempo defendiéndolas- convertidos en potenciales competidores que amenazan sus aspiraciones, razón por lo que recurren a todos los medios posibles para fortalecerse a sí mismos y desacreditar a los otros, de ahí que se reconozca que la búsqueda

del poder se constituye en el primer factor de violencia, que resulta ser un hecho cultural, más que genético.

Violencia en las palabras y en las actuaciones hace que a los políticos que se estimaba conocer muestren facetas que desdibujan la imagen que se tenía de ellos y aunque afirman que no buscan el poder para sí mismos, sino que para servir a otros, no resultan creíbles cuando, seducidos por el poder, renuncian a sus amistades, reniegan de sus convicciones y se transforman en nómades en sus adhesiones partidarias por las que transitan hasta que dejan de serles útiles, se cambian de bando o crean otros referentes.

Es tal la atracción por el poder personal que no hay remordimiento en abandonar la defensa del interés común para dedicarse a

Se buscan sombras de la vida pasada y presente del adversario, y se sospecha de lo que haría en el futuro.



Alejandro Mege Valdebenito

conservar u obtener el poder propio y en esa tarea se busquen alianzas, se cedan porciones del poder que se pretende, se hagan promesas que no es posible cumplir, se utilice el respaldo de quienes ya lo tienen y se maquillen las apariencias. No hay límites en las acciones destinadas a ganar. Se buscan sombras de la vida pasada y presente del adversario, y se sospecha de lo que haría en el futuro; se levanta la alfombra que pisa cada quien para descubrir y exhibir cualquier indicio de basura que se quiera ocultar y, si no hay nada que ventilar, algo se inventa.

Aún así, la política resulta ser una actividad necesaria y noble cuando el poder que entregan los ciudadanos a personas elegidas por sus capacidades, idoneidad y valores los representen en la búsqueda de mejores condiciones y oportunidades de vida responden a esa concepción, se hacen respetables y merecedores al reconocimiento público.

Dado el impacto cívico y educativo que tiene la actividad política y el poder que otorga para influir en vida de los demás, la comunidad espera de los muchos que aspiran a la primera magistratura de la nación demuestren, en las palabras y en los hechos, que se merecen el cargo al que aspiran, aunque uno de ellos haya dicho que "las segundas partes nunca son buenas".

Utilidades de las Isapres: ¿Dónde está el beneficio para los cotizantes?

Esta semana se informó que las utilidades de las Isapres aumentaron 42% respecto del año anterior producto del alza de la prima del GES, que se comenzó a aplicar en julio de este año.

Una muy buena noticia, sin duda, para el sistema, que demuestra una rentabilidad imbatible. Una información recibida con no demasiado agrado por los cotizantes que han visto aumentar el costo de sus planes, pero no así de sus beneficios.

La combinación alza de precio de los planes de salud y bajo uso del Auge, por cierto, que no es muy feliz para el sistema en su conjunto, donde solo 1 cotizante cada 4 utiliza el Auge, ya sea por falta de proactividad, información o facilidades para incorporarse a éste.

Según la Superintendencia de Salud por cada \$2,7 de recaudación por concepto de prima GES, sólo se gasta \$1 peso en GES. Ese excedente de \$1,7 por persona no se utiliza. ¿Quién es el responsable de esta situación? Por una parte, muchas veces las personas no se informan adecuadamente de las patologías incluidas en el AUGE y, a la vez, las Isapres, organismos llamados a informar permanentemente a sus afiliados, no lo hacen de manera tan proactiva como debieran.

A ello se suman los trámites administrativos para incorporarse al Auge que el prestador de salud define y que por falta muchas veces de tiempo el usuario no realiza. Adicionalmente, el sistema de salud privado suele ofrecer redes



Dr. Patricio Silva Rojas

Decano Facultad de Ciencias de la Salud Universidad Central

de prestadores AUGE demasiado acotadas, que no satisfacen y no dan confianza a los pacientes.

Frente a este escenario, el primer llamado es a que las personas se informen y ejerzan los derechos que garantizan su salud como

Las Isapres tienen el deber de realizar una campaña comunicacional permanente sobre el acceso y uso del GES a sus usuarios. Sólo de esa manera aparece justificable un alza de la prima y de los planes.

el GES. Lo segundo es que las Isapres deben mejorar y ampliar significativamente sus convenios con centros prestadores para las patologías

GES y farmacias para la compra de medicamentos asociados, de tal manera de satisfacer la demanda de sus usuarios. Lo tercero, es imperioso simplificar el trámite para que las personas haga el uso del GES, aumentando los puntos de atención y las facilidades. Finalmente, las Isapres tienen el deber de realizar una campaña comunicacional permanente sobre el acceso y uso del GES a sus usuarios. Sólo de esa manera aparece justificable un alza de la prima y de los planes. Porque junto con obtener ganancias, la principal preocupación de las Isapres debe ser atender la salud de sus usuarios.

CARTA ABIERTA

Día Mundial de la Diabetes 2016: Ojo con la Diabetes

Lidia Pino Muñoz

Enfermera Supervisora
C.C. Atención
Ambulatoria del Adulto



El Día Mundial de la Diabetes se celebra el día 14 de noviembre de cada año, por ser el aniversario del nacimiento de Frederick Banting quien, junto a Charles Best, se consideran los descubridores de la insulina. Fue creado en 1991 por la Federación Internacional de Diabetes (FID) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) en respuesta a la creciente preocupación sobre la cada vez mayor amenaza que representaba la diabetes. Es la campaña de sensi-

bilización sobre diabetes más grande del mundo, que reúne a millones de personas de más de 160 países. La campaña llama la atención sobre distintos temas de gran importancia en el mundo de la diabetes, y la mantiene firmemente en el centro de la atención pública y política.

La campaña está representada por un logo en forma de círculo azul que fue adoptado en 2007 tras la aprobación de la Resolución de la ONU sobre diabetes.

Cada año, el Día Mundial de la Diabetes se centra en un tema relacionado con esta enfermedad, el tema de este año es "Ojo con la Diabetes", por lo cual las actividades y materiales del año se centran en la importancia de la detección para asegurar el diagnóstico precoz de la diabetes tipo 2 y su tratamiento para reducir el riesgo de complicaciones graves, en especial la retinopatía diabética, una de las complicaciones oculares más graves que sufren los diabéticos y que es la principal causa de pérdida de visión entre los adultos en edad laboral.

Según cifras de la Federación Internacional de Diabetes, hay 415 millones de diabéticos en el mundo, cifra que aumentará a 640 millones en el año 2040. En Chile, según la última Encuesta Nacional de Salud (año 2010), hay 1.200.000 diabéticos, con una prevalencia de aproximadamente 10% en la población adulta, sin embargo sólo el 34% de las personas con diabetes logra la meta terapéutica. Además, el 46% de las personas con diabetes no están diagnosticadas, lo cual quiere decir que 1 de cada 2 personas con diabetes no saben que la padecen.

De acuerdo a la Academia Americana de Oftalmología,

se estima que a nivel global hay 93 millones de diabéticos afectados por diversos grados de retinopatía. En nuestro país, la Sociedad Chilena de Oftalmología (Sochiof) estima que 400.000 diabéticos padecen retinopatía diabética, lo que equivale a que 1 de cada 3 personas con diabetes presentan esta complicación.

La Retinopatía diabética es una patología producida por la glicemia alta mantenida, que no causa síntomas en sus etapas tempranas.

El oftalmólogo a través de un examen llamado Fondo de Ojo puede detectar precozmente la presencia y severidad de la retinopatía diabética, por lo cual en términos generales está indicado realizar este examen al diagnóstico y luego anualmente en personas con Diabetes tipo 2, a los 5 años del diagnóstico y luego anualmente en el caso de Diabetes tipo 1, lo cual está contemplado dentro de las Garantías Explícitas en Salud (GES). El tratamiento de la retinopatía diabética puede requerir la fotocoagulación con láser y tratamiento quirúrgico (vitrectomía).

Prevención retinopatía diabética:

- Mantener un buen control de la diabetes, Hemoglobina glicosilada HbA1c <7%

“ En Chile, según la última Encuesta Nacional de Salud (año 2010), hay 1.200.000 diabéticos. ”

- Mantener un buen control de la presión arterial y colesterol.

- Suspender el consumo de alcohol ya que es un factor de riesgo para aparición y avance de la retinopatía diabética.

- También es recomendable suspender el hábito tabáquico (no fumar).

- Realizarse los exámenes indicados por su médico en forma periódica, especialmente el fondo de ojo.

- En diabéticas embarazadas se debe realizar controles oftalmológicos más frecuentes ya que se puede producir una rápida progresión de la retinopatía diabética

En el Complejo Asistencial Dr. Víctor Ríos Ruiz se realiza cada año diversas actividades para conmemorar el Día Mundial de la Diabetes. Este año podemos destacar el taller de Retinopatía diabética realizado el 4 de noviembre para nuestros usuarios, dictado por el oftalmólogo Dr. Carlos Villarroel, y la implementa-

ción en la web del Complejo www.hospitallosangeles.cl del acceso al Test2Prevent, que es una evaluación del riesgo de Diabetes en línea creado por la IDE, cuyo objetivo es predecir el riesgo de un individuo de desarrollar diabetes tipo 2 en los próximos diez años.

Como conclusión, como Unidad de Diabetes queremos transmitir el mensaje del Día Mundial de la Diabetes 2016: prevenir la Diabetes tipo 2 a través de los factores de riesgo modificables como una alimentación balanceada y actividad física regular, especialmente en nuestros niños para que desde pequeños adquieran estilos de vida saludables, realizarse los exámenes de salud preventivos en su Cesfam, y en el caso de las personas que ya están diagnosticadas con esta condición mantener un buen control de la glicemia y otros factores mencionados para prevenir la retinopatía y otras complicaciones crónicas.

LA VOZ DE LA PROVINCIA**Las campanas de oro en Rere:
un lugar histórico digno de conocer**

@Carolina Riquelme: Me imagino que debe ser muy lindo el lugar y su historia, pero con tanta delincuencia, después de esta publicación, no me extrañaría nada que un día de estos aparezca en las noticias, así que a cuidar esas campanas.

@Diego Jardo: Es un largo viaje... no hay donde comerse un sándwich... no hay ni un guía que cuente la historia de las campanas. Son bonitas, pero el medio viaje para ver un campanario. Crítica constructiva, inviertan un poquito en Rere, los vecinos y turistas lo agradecerán.

@Ariel Inostroza: Muy linda historia.

@Jaime González: Es mi pueblo y siempre lo recuerdo.

Comenta en nuestra web www.latribuna.cl
o en www.facebook.com/diariolatribuna

[@latribunacl](https://twitter.com/latribunacl) | [f diariolatribuna](https://www.facebook.com/diariolatribuna) | www.latribuna.cl

FRASE DEL DÍA

“Fue un líder que tuvo la dignidad de poner los temas de la justicia social y la distribución en un primer plano. Ahora, la parte oscura de la política es el tema de los derechos humanos”.



Ricardo Lagos,
sobre Fidel Castro.

Ño Panta

Qué, ¿ya empezó la
campaña sucia?

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**Ricardo Lagos, cada día
se pierde más**

Aún falta mucho tiempo para definir quién será el líder del Estado por los próximos cuatro años, pero está claro que si las elecciones fueran este domingo, el ex presidente no tiene ninguna opción.

No cabe duda que el ex presidente Ricardo Lagos es sindicado por un grupo importante de la sociedad como la carta más preparada de la Nueva Mayoría para enfrentar la elección presidencial. Lo mismo se puede pensar de José Miguel Insulza quien tiene un vasto currículum en materia nacional e internacional.

Sin embargo, algo está ocurriendo y es necesario admitirlo, reconocerlo y buscarle una salida. La campaña del ex mandatario de la Concertación, no despega.

La encuesta Cadem entregada el día de ayer, le dan un lejano 4% a la intención de voto por Lagos, frente a otros contendores, como Alejandro Guillier, quien tiene actualmente 17%.

Lo mismo ocurre con la pregunta ¿quién cree que será el próximo presidente de Chile? Mientras Piñera de la coalición de centro derecha obtiene un 44% de las respuestas, Alejandro Guillier tiene un 14% y el mandatario alcanza sólo el 7%.

Claramente, al interior de su equipo de trabajo deben analizar el contexto y las causas que están llevando al desmoronamiento de la campaña del ex mandatario.

Es sabido que Chile muchas veces se deja llevar por el populismo o las caras amigables que

por los proyectos país por los cuales lucha cada conglomerado. Es cosa de ver algunos sectores de la Nueva Mayoría que ni siquiera leyeron con detención el programa de gobierno al cual se estaban adscribiendo.

Ante esta situación, la cúpula laguista debe hacerse la pregunta ¿tiene Lagos la opción de empatizar con la ciudadanía del 2016, su juventud y las nuevas generaciones? ¿Se ve como un político anticuado o moderno?

Aún falta mucho tiempo para definir quién será el líder del Estado por los próximos cuatro años, pero está claro que si las elecciones fueran este domingo, el ex presidente no tiene ninguna opción.

Hoy Sebastián Piñera está golpeado por los supuestos vínculos entre sus negocios durante la disputa marítima con Perú. Perdió cuatro puntos en la intención de voto, pero sin embargo, sigue liderando las encuestas, sin siquiera anunciar que será candidato.

Por su parte, Guillier cada día avanza con más fuerza y la entrada de Insulza, podría generar un efecto más negativo.

Y usted, ¿cree que Ricardo Lagos tenga opciones de ser el próximo presidente?

En doble fila no sirve

Muchas veces se ha cuestionado a la locomoción colectiva por detenerse en lugares no habilitados para recoger pasajeros, pero es hora de que nos centremos en el común de los mortales que transita a diario por las arterias angélicas.

Si se han percatado, en la capital provincial de Bío Bío, casi a diario, se produce un accidente vehicular, lo que debería ser un llamado de alerta por el estilo de conducción que existe.

No puede ser que gran cantidad de conductores se estacione en doble fila en calles que -con suerte- están hechas para que se circule por solo dos vías, y una de ellas esté copada por estacionamientos.

Sin duda alguna, los conductores locales deberían tener un poco más de criterio, entendiendo que las calles no están construidas para que se hagan las cosas con irresponsabilidad. Basta con transitar por calle Almagro, para darse cuenta de todas estas problemáticas. Sólo esa calle podría reflejar lo que ocurre

-evidentemente- en otros sectores de la comuna.

Si vamos a poner sobre la mesa la irresponsabilidad de algunos conductores, entonces que sea la de todos aquellos que, sabiendo que no deben cometer dichas infracciones -porque al ser sorprendidos por carabineros deberán ser multados- actúan de mala forma, sin importar el resto, como si manejaran solos por las calles.

Los accidentes se producen por muchos factores, y hay tantas razones por las cuales se podrían reducir las cifras, que partiendo por ser más responsables, de seguro permitirá a nuestra comunidad, vivir en un lugar más tranquilo. La calidad de vida no pasa simplemente por tener un hogar, quizá un auto, sino que -como en todo orden de cosas- se hagan las cosas bien, de forma responsable, en buena línea, sin truculencias, y en este caso en particular, conduciendo a la defensiva y pensando en que hay más personas transitando a nuestro lado, incluso los peatones.



La Tribuna

EL DIARIO DE LA PROVINCIA DE BÍO BÍO

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 Prensa: **Nicolás Iribarra Iribarra**
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

MUERTE DE UN DICTADOR

Señor Director:

Que lamentable y degradante resulta ver como cambia la moralidad de los comunistas y socialistas marxistas, cuando muere un dictador asesino, opresor de su pueblo y despiadado que lavó la mente de su pueblo desde el nacimiento para evitar tener oposición. Piden hacer homenajes en el Parlamento, el gobierno envía una representación de alto rango a rendir pleitesía al asesino, la presidenta habla de un gran líder americano. ¿Realmente estos señores creen que pueden explicarnos a los chilenos qué diferencia hay entre Castro o cualquier otro dictador asesino, opresor del pueblo? Nada, absolutamente nada lava la imagen de este dictador señores marxistas. Ustedes tienen dos discursos diferentes para los mismos crímenes y eso habla de su baja calidad humana, inventan un buen discurso para mantenerse lucrando de la política y engañando al pueblo.

Raúl Jiménez Araya

JOSÉ MIGUEL INSULZA Y LA HAYA

Señor Director:

La renuncia de José Miguel Insulza como agente chileno ante La Haya es una pésima noticia para Chile. No porque sea irremplazable, sino porque si hay algo de lo que puede jactarse nuestro país es de que en materia de relaciones exteriores, siempre han imperado políticas de Estado por sobre las de gobierno.

Las declaraciones del canciller Heraldo Muñoz defendiendo al ex presidente Sebastián Piñera en la última crisis con Perú son una demostración de aquello, como también lo fue la mantención de Felipe Bulnes como agente ante La Haya. También los apoyos transversales que ha recibido la Presidenta Bachelet en cada una de sus decisiones relacionadas con la política exterior.

La renuncia de Insulza para participar en una carrera de primarias presidenciales rompe esta unidad y abre una serie de preguntas relativas al cuándo y por qué tomó la decisión. Más todavía: genera un fuerte cuestionamiento en torno a su idoneidad para el cargo de Presidente. ¿Puede asumir la máxima magistratura una persona que privilegia los intereses particulares y de partido, por sobre los del Estado?

Gonzalo Serrano

ENSEÑAR INGLÉS EN INGLÉS

Señor Director:

Una vez más las estadísticas nos recuerdan el bajo nivel de inglés de los chilenos. Durante los últimos años se han impulsado varias iniciativas para mejorar el aprendizaje del inglés, por ejemplo, aumentar las horas en los colegios, comenzar la enseñanza a edad temprana e incentivar las becas al extranjero para los docentes, entre otras.

Sin embargo, la mayor responsabilidad en esta gran tarea recae en los profesores que deben considerar una obligación el enseñar inglés en inglés en el

aula. La exposición constante a la lengua extranjera no sólo incrementa el desarrollo de la habilidad lingüística, sino también la motivación intrínseca por el aprendizaje de ésta. Debemos tener presente que el aprendizaje de un idioma sólo se logra con la práctica constante. No podemos olvidar que las lenguas se enseñan en la interacción. Por esta razón los estudiantes deben encontrar en el aula una atmósfera adecuada y confortable que les permita tener la confianza necesaria con sus docentes y pares para comunicarse en inglés y desarrollar progresivamente las habilidades receptivas y productivas del idioma.

En el mundo globalizado en el que vivimos los beneficios de hablar inglés no son sólo cognitivos, académicos y culturales sino también económicos, ya que sin duda el campo laboral brinda mejores oportunidades dentro y fuera del país.

Los profesores de inglés no debemos perder las esperanzas. Incentivando la exposición al idioma, proporcionando oportunidades para lograr un aprendizaje significativo, creando variadas situaciones de interacción y por sobre todo preparándonos lingüística y metodológicamente de la mejor manera podemos lograr que los chilenos tengan un nivel de inglés acorde con el crecimiento del país.

Mirsa Beltrán Sanbueza

*Directora de Pedagogía Media en Inglés
Universidad San Sebastián*

EL DOBLE ESTÁNDAR

Señor Director:

Cuando murió el general Pinochet, dictador de derecha y chileno, se le negó el funeral de Estado y nadie del gobierno asistió. Hoy muere un dictador cubano comunista y nuestras autoridades envían una delegación. Ni para uno, ni para otro lado debería haber privilegios o justificaciones. La dictadura es dictadura como sea. Yo estoy en contra de las dos. Realmente no entiendo el doble estándar de nuestra política chilena.

Alejandro Veloso

FIDEL

Señor Director:

Murió Fidel Castro. Y a mí qué. Por qué las noticias quieren hacernos una falsa imagen de un asesino, que torturó y maltrató a su propio pueblo. Me sorprende el doble discurso de los comunistas chilenos. Una vergüenza tener partidos de esta calaña.

Daniel Hernández

INCONCEBIBLE

Señor Director:

Lo presenciado y pronosticado por muchos como desenlace probable del caso de los mártires de carabinero en Coquimbo días atrás, muertos luego de una acción deleznable, arrollados a manos de delincuentes; hechos descontextualizados que terminaron por afectar a los mismos carabineros. Simultáneamente e inconcebiblemente, los antiso-

ciales ya a estas alturas prácticamente premiados o a punto de serlo; producto de los perfeccionismos, tecnicismos, formalismos y otros, que han hecho de la justicia actual, una herramienta garantista que definitivamente no ha contribuido a mejorar la calidad de vida en nuestra comunidad.

Por otro lado, aun entendiendo que la justicia es la última palabra, cualquier ciudadano puede apreciar con sentido común, en conciencia, con moral y criterio un determinado delito y formarse una opinión al respecto, considerando por supuesto el contexto en que se producen los hechos como un factor fundamental; lo demás sería letra muerta pues entonces habría una falla de conceptualización fundamental, lo que se traduce en la práctica en que quien actúe fuera de la ley tiene todas las posibilidades de no recibir sanción alguna y las verdaderas víctimas ser claramente perjudicadas.

Paralelamente y producto de la altísima delincuencia, ya tenemos a cuatro delincuentes muertos en el último tiempo y dos de ellos en horas recientes, producto todos de legítima defensa, aun cuando la justicia muestra regularmente estar más preocupada por el tipo de reacción de la víctima y si ésta aplicó un llamado exceso o desproporción como respuesta a la agresión delictual. Ello no es otra cosa que una señal clara de un sistema inoperante y mal conceptualizado que debe invitarnos a reflexionar y reaccionar. Algo o más de algo está mal concebido.

Aquellos nuevos conceptos como la presunción de inocencia o la abundancia de derechos ausentes de deberes para una sociedad inmadura o inculta no han arrojado una mejor convivencia y entendimiento entre las personas y por el contrario se ha empeorado día a día; y lo que es peor aún es observar como nuestra justicia no muestra la madurez y capacidad de reacción a la par de los nuevos marcos de acción en los cuales se desarrolla la sociedad chilena mostrando desde un punto de vista en muchos casos resoluciones erradas; generando una pérdida de confianza irremediable en éste poder del Estado, que muestra incongruencia como pilar fundamental para dirimir entre lo que es y lo que debe ser en una sociedad que busca y quiere la paz. Todos, síntomas de una sociedad y un sistema democrático en franco deterioro, por leyes mal conceptualizadas, mal interpretadas y peor aplicadas.

Por ello, lo ocurrido con carabineros en Coquimbo es un caso emblemático que dice mucho de nuestra justicia actual así como la autodefensa y muerte de delincuentes como resultado probable en un asalto; entregando de paso y cada vez en forma muy clara la señal inequívoca a nuestro pueblo; que hay que considerar la posibilidad de defenderse personalmente y tomar en muchos casos no sólo la justicia sino la seguridad por nuestras manos... lamentable.

José M. Caerols

CESANTÍA

Señor Director:

Después de ver que los dentistas van a andar dejando currículums por ahí me pregunto ¿qué queda para el resto?

Manuel Vera



Tu opinión nos importa. Envíanos tus cartas al director o foto denuncia a director@latribuna.cl

MEDIDAS DE PRODUCTIVIDAD

El embarque aéreo: lo que potenciará los procesos de exportación en Biobío

Existe un gran potencial para aprovechar la capacidad del aeropuerto Carriel Sur, para aumentar los envíos desde la región hacia el exterior, y también para la llegada de productos.

En el año 2016 el Gobierno de la Presidenta Bachelet, a través del Comité de Productividad, lanzó 22 medidas a nivel país, las cuales fueron trabajadas en la región del Biobío en base a la producción local, levantándose 13 de estas para la zona. Dentro de las cuales, una de ellas tenía que ver con optimizar los procesos de exportación.

Fue así como, después de más de cuatro meses, en un trabajo mancomunado con aduana, seremi de Economía y Hacienda, empresas privadas, entre otros, hace una semana se llevó a cabo el primer embarque desde Biobío a España.

OPTIMIZAR EL TIEMPO

Una de las grandes ventajas para el Biobío, es el poco tiempo en el que los productos exportados llegan a desti-

no. En 24 horas los productos están puestos en este gran mercado de distribución.

“Ahora son productos frescos lo que están saliendo de nuestra región. Antes normalmente no se enviaban contenedor de productos congelados, los que se demoraban entre 20 a 30 días llegar a España, y hoy vía aérea llegan en menos de 24 horas”, manifestó el seremi de Economía.

A ello, agregó que “creemos que es una gran oportunidad para los exportadores locales, consumidores en España y de una u otra forma nosotros lograr este procedimiento logístico, lograr este proceso levantando algunas barreras administrativas, lo que optimiza el proceso de exportación”.

ATREVERSE A EXPORTAR

“Hoy estamos en conversaciones con otras empresas

que se atreven a exportar productos, como en este caso frutas u otros que provengan de la agricultura, los que perfectamente pueden estar llegando a cualquier continente, haciendo todos los tramites desde Carriel Sur”, enfatizó Iván Valenzuela.

De tal manera, aclaró que se está avanzando para hacer los procesos de importación, donde, además, se encuentran trabajando en la instalación de oficinas en el aeropuerto, para que se encarguen ambos procesos (exportación e importación).

BENEFICIO PARA PYMES LOCALES

Exportar por vía aérea tiene importancia para ciertos envíos muy específicos, en particular para alimentos frescos y perecibles, como pescado fresco y fruta fresca, además de lácteos y flores, que gracias a las ventajas que ofrece la conexión aérea pueden estar en los mercados de destino en 48 horas o menos.

En esta línea, la directora regional de ProChile, Sandra Ibáñez, explicó que “casi totalidad de las exportaciones de bienes que se realizan desde la región del Biobío se hacen



UNO DE LOS FACTORES relevantes es el tiempo en el que los productos llegan al mercado de destino.

por vía marítima, debido a los volúmenes que alcanzan los productos regionales, principalmente forestales, madereros, agroindustriales y productos del mar. Sin embargo, existe un gran potencial para aprovechar la capacidad del aeropuerto Carriel Sur, para aumentar los envíos desde la región del Biobío y otras regiones del sur de Chile, hacia el exterior”.

A su vez, y consultada sobre las oportunidades

de utilizar este medio para las pequeñas y medianas empresas existentes en Biobío, Sandra Ibáñez, expuso que “las pymes tienen muy buenas oportunidades para aprovechar no sólo las ventajas logísticas que ofrece nuestra región, con buenas autopistas, redes ferroviarias, terminales portuarias y aeropuertos, sino también la cercanía con el mundo que nos ofrece internet y las nuevas tecnologías”.

De este modo la directora regional de ProChile, acentuó que “el mensaje que entregamos a las Pymes es que si disponen de un producto o servicio de excelente calidad, las oportunidades de vender en el exterior están abiertas y que para recibir gratuitamente la asesoría y apoyo que su empresa requiere, la invitación es que se acerquen a su oficina de ProChile más cercana, en Concepción o en Chillán”, concluyó.

FECHA DE MAYOR VENTA Y ENDEUDAMIENTO

Consejos para que esta Navidad no se convierta en el inicio de las ‘famosas’ deudas



ACADÉMICA DE INGENIERÍA Comercial entregó tips a la comunidad.

La época navideña ha pasado a ser sinónimo de mayor consumo y gastos extras, y cuando no existe la planificación adecuada, se transforma en un aumento del endeudamiento.

Centros comerciales, tiendas por departamento y comercio en general aprovechan esta temporada, pues constituye el mes de mayor venta del año.

Algunas cuentan con crédito directo para sus clientes, y cuando esto no ocurre, los bancos y financieras están siempre dispuestos a entregar créditos de consumo para cubrir el mayor gasto.

Antes de usarlas es necesario tener en cuenta algunas recomendaciones. En esta línea, Karin Bravo Fray, Académica de Ingeniería Comercial de la Universidad San Sebastián, explicó que existen varias ventajas en el uso de las tarjetas de crédito, por lo que lo importante es que el consumidor evalúe algunos elementos.

En primer lugar, manifestó que existen promociones de las casas comerciales y bancos en que ofrecen sistemas con 3 cuotas precio contado, o 6 cuotas sin interés. Si bien, el interés efectivamente no se aplica, sí procede el cobro de los costos de mantención y otros seguros, según corresponda.

“Cuando ofrecen el pago de un “monto mínimo”, el saldo impago de la cuota generará intereses”, expresó Karin Bravo.

Del mismo modo, agregó que es común observar las promociones y regalos al utilizar las tarjetas de crédito, pero en algunos casos el regalo se termina pagando en el valor cuota.

“Se debe concentrar el uso de las tarjetas de crédito en una o un par de ellas”. Esto debido a que cuando utiliza muchas de las tarjetas, cada una le cobrará sus propios costos de mantención, aumentando el monto total a pagar por este concepto, y

así también se puede aprovechar los beneficios de fidelización que ofrecen, generalmente reflejado en canje de puntos, que se transforma en pesos para rebajarlos en otro producto, o alternativas de canje similares.

Por otra parte, la ingeniera Comercial, aconseja aprovechar los beneficios de comprar en una cuota, ya que esta opción no cobra intereses.

LÍNEAS DE CRÉDITO

En el caso de las líneas de crédito, la académica de USS, dijo que idealmente hay que tratar de evitar su utilización y, en el caso de caer en ellas, dependiendo del monto, evaluar posibilidades de solicitar algún crédito de consumo a una cantidad de meses no tan alta, y cubrir dicha línea de crédito.

“Celebremos compartiendo, quizás visitando a algún familiar ya olvidado, apoyando a una familia de menos recursos o apadrinando a algún niño que no recibirá regalos. Que esta Navidad no se transforme en un mal recuerdo de pagar muchas cuotas por lo consumido, sino que sea la instancia de celebrar en familia”, concluyó Karin Bravo Fray.

SOSTUVIERON QUE NO ADMITEN QUE TENGAN LAS MISMAS CONDICIONES

Agrupaciones de DD.HH se muestran contrarios a apoyar reparación de ex conscriptos

Pese a ello, solidarizaron con el drama humano, reconociendo que los hechos pudieron darse -efectivamente- en el contexto del régimen militar.

Marcos Sarmiento
prensa@latribuna.cl

Tras la nota de prensa del presidente de la Agrupación de Ex Conscriptos de Biobío, Juan Díaz, asegurando la ocurrencia de abusos sexuales al interior de los cuarteles de la zona durante el régimen militar, diversos dirigentes de agrupaciones de derechos humanos de la zona, se mostraron contrarios a apoyar la reparación económica de los -otrora- jóvenes soldados.

El primero de ellos fue el presidente de la Agrupación de Derechos Humanos de la comuna de Cabrero, Ernesto Quichiyao, quien pese a entender su situación, rechazó un trato similar de los conscriptos con las víctimas de violencia del Estado.

“Para nosotros no nos interesa el tema, pues si se los propongo en la asamblea de mi agrupación, me van a decir no, por qué van a tener que tener las mismas condiciones, si fueron ellos quienes violaron nuestros derechos”, enfatizó.

Pese a ello, Quichiyao, reconoció que ha recogido la petición de algunos ex soldados, sin embargo, sostuvo que legalmente no hay mucho por hacer.

“Yo entiendo su problema, como también comprendo a quienes me han venido a plantear el tema. (...) Pues he tenido colegas en dicha situación. Pero no hay ninguna disposi-

ción legal que yo les pueda decir que se acojan”, comentó.

Pese a ello, se le invitó a precisar si como dirigente apoyaría una reparación de los ex conscriptos, si se lo solicitan como apoyo para presentarlo en la futura Subsecretaría de Derechos Humanos, sosteniendo lo siguiente.

“Como persona sí solidarizo, como soldados que ellos fueron, no puedo. (...) Yo entiendo lo que ellos debieron haber pasado, pues yo sé que la cosa fue así, ya que también hubo malos tratos y duros castigos del otro lado. (...) Pero no puedo apoyar algo por el estilo, pues estaría traicionando mis principios”, precisó.

Buscando otro representante del mundo de los derechos humanos, La Tribuna se contactó con el jefe del equipo Prais del Complejo Asistencial Víctor Ríos Ruiz, Gabriel Melo, quien entregó una respuesta más técnica al respecto, sin embargo, también se mostró en contra de una reparación.

“Hay que hacer un alcance, hace un año o año y medio atrás, se hizo una especie de acuerdo en la Cámara de Diputados, de proponer alguna ley que pudiera permitir que estas personas fueran beneficiadas con ley de reparación e -incluso- ser atendidos en Prais, sin embargo, en esa oportunidad las agrupaciones con quienes trabajamos y nosotros los profesionales de Prais, nos opusimos de manera categórica a esa posibilidad”, recordó.



JEFE DEL EQUIPO PRAIS del hospital angelino, Gabriel Melo, reconoció que algunos ex conscriptos son acogidos por la entidad.

Pese a ello, Melo, reconoció que algunos ex conscriptos de la provincia son atendidos en el Prais local.

“No te podría dar el dato preciso, pero yo sí sé que tenemos personas, que hicieron el servicio militar por un tiempo y hoy son beneficiados del programa. Pero lo que yo he visto, que en estas agrupaciones de conscriptos hay un gran número de personas, que no son las que nosotros atendemos”, aclaró.

Por último, el jefe local de Prais expuso que pese a entender que muchos ex conscriptos fueron obligados a cometer actos contra su voluntad, no ha existido un proceso de arrepentimiento público.

“Uno entiende que hubo solda-

dos, sobre todo los más jóvenes, que estuvieron en situación de obligación, es decir, amenazados de muerte si no lo hacían, pero también uno ha visto algunos conscriptos que no

demuestran una visión crítica de su función, pidiendo -básicamente- que se les reintegre dineros relacionados con las imposiciones que no les pagaron esos años”, concluyó.



“Para nosotros no nos interesa el tema, pues si se los propongo en la asamblea de mi agrupación, me van a decir no, por qué van a tener que tener los mismos privilegios, si fueron ellos quienes violaron nuestros derechos”.

Ernesto Quichiyao,
presidente de la Agrupación de DD.HH. de la comuna de Cabrero.



AUTORIDAD REGIONAL del IPS anunció que desde enero se podrá hacer efectivo el aumento.

Una buena noticia para todos los pensionados del Instituto de Previsión Social se concretó la jornada de ayer, luego que se promulgara la ley que dispuso un aumento en un 10% de pensiones

asistenciales.

Recordemos que la medida se tramitaba en el Congreso Nacional, siendo aprobada en los últimos días por la Comisión de Hacienda del Senado, situación que permitió -en

LEY SE PROMULGÓ EL DÍA DE AYER

Pensiones asistenciales aumentarán en un 10% a partir de enero

definitiva- que el reajuste se convirtiera en ley de la república.

Con este incremento los beneficiarios de las Pensiones Básicas Solidarias (PBS) y Aporte Previsional Solidario (APS) pasarán de recibir \$93.543 a 102.897 pesos, reajuste que tan sólo en la región se asignará a 220 mil personas.

Este aumento no pondrá en peligro el reajuste ordinario anual de las pensiones, que cada mes de julio se aplica de

acuerdo al índice al precio al consumidor, IPC, como lo establece la reforma previsional.

La directora del Instituto de Previsión Social, Patricia Saldías, resaltó la medida, enfatizando que el 2017 se registrará un incremento doble de las pensiones.

“Durante el 2017 los pensionados van a tener 2 aumentos de sus pensiones, partiendo con el reajuste del 10%, con la iniciativa legal

recientemente promulgada, y en julio con el aumento anual, que es lo corriente cada año”, detalló.

Este aumento será exigible a partir del 1 de enero del 2017, mediante el cobro mensual de las pensiones en los respectivos centros de pago del IPS y Caja Los Héroes, sin necesidad de hacer otro trámite aparte.

Este beneficio se aplicará también a las Pensiones Básicas de Invalidez (PBI), situación que fue enfatizada por la

directora regional del Senadis, Sandra Narváez.

“Sin duda estos recursos van impactar positivamente en la calidad de vida y acceso a otros recursos, que con los montos actuales no tenían. (...) Hoy día estamos hablando de casi 100 mil pesos el aporte del Estado, para muchos este aumento puede parecer poco significativo, pero para las personas que no generan un recurso propio, es un impacto importante”, resaltó.

LA SEMANA PASADA JURADO DIRIMIÓ LA MEJOR PROPUESTA

Museo de la Memoria y Derechos Humanos de la región ya tiene ganador

El jefe del equipo Prais del hospital angelino, Gabriel Melo, destacó que edificio sea pronto una realidad.

Tras una semana de trabajo del jurado constituido por representantes de distintos ministerios, la Intendencia regional, el Colegio de Arquitectos, los propios concursantes y la Corporación Regional por la Memoria y los DD.HH, se definió la semana pasada la propuesta ganadora del diseño del Museo de la Memoria y Derechos Humanos de la región.

El vencedor de la instancia, quien destacó de las 30 propuestas que se presentaron para desarrollar este importante proyecto regional, fue el equipo del arquitecto Miguel Casassus.

El encargado de anunciar el nombre fue el director

regional de Arquitectura del Ministerio de Obras Públicas y presidente del jurado, Julián Corbett, quien también entregó los detalles los llevaron a inclinarse por la propuesta ganadora.

“Principalmente esta estructura tiene relación con el entorno, relación con el memorial y como el contexto del objeto arquitectónico puede desarrollar esta temática de buena forma. Creemos que la propuesta será un tremendo aporte para la ciudad de Concepción y la región”, explicó.

En la provincia de Biobío también destacaron el hecho, centrándose –principalmente– en la importancia de contar con un recinto que aborde la

mencionada temática en la región, como comentó el jefe del equipo Prais del hospital angelino, Gabriel Melo.

“El museo de la Memoria y DD.HH es un proyecto largamente anhelado por organizaciones del mundo civil y también públicas que trabajan en la temática en nuestra región. Para nosotros es la oportunidad de que el relato de lo acontecido en dictadura pueda ser puesto a disposición de la comunidad pero con una mirada desde lo local, dando espacio a las particularidades de la represión política ejercida en nuestra zona”.

CONSTRUCCIÓN Y PLAZOS

Finalmente el director regional, Julián Corbett, también contó detalles del proyecto, diciendo que este museo actualmente cuenta con el financiamiento de la Direc-



REGISTRO DEL ARQUITECTO vencedor de la propuesta, junto al seremi de Obras Públicas, René Carvajal.

ción de Arquitectura para el desarrollo del diseño, por un monto de \$65 millones.

De igual modo, Corbett adelantó los plazos de edificación, sosteniendo que durante 2017 se desarrollará la etapa de diseño, para luego en el 2018 iniciar las obras del museo.

“El museo de la Memoria y DD.HH es un proyecto largamente anhelado por organizaciones del mundo civil y también públicas que trabajan en la temática en nuestra región. Para nosotros es la oportunidad de que el relato de lo acontecido en dictadura pueda ser puesto a disposición de la comunidad”.

Gabriel Melo, jefe del equipo Prais del hospital angelino.

La Araucana | RED MÉDICA & DENTAL

Próximamente **NUEVO**
Pabellón Implantología Dental
Centro Médico y Dental La Araucana Los Ángeles

📍 Lautaro N° 695, piso 3

🕒 **Horarios de atención:**
Lunes a Viernes de 8:30 a 20:00 hrs
y Sábado de 09:00 a 13:00 hrs

Conozca más promociones en
www.laaraucanasalud.cl



Reserve hora de atención al

📞 **FONO SALUD (43) 2 347704**

Atención para todo PÚBLICO

NUNCA ES TARDE

Entérese de la historia de la angelina que rindió la PSU a los 52 años

Con casi toda una vida dedicada al comercio, y que por uno u otro motivo no pudo seguir estudiando, hoy es parte de los cientos de personas que rinden esta prueba. Sueña con ser administradora de empresas.

Ocho de la mañana de este lunes 29 de noviembre, centenares de alumnos angelinos listos para rendir la PSU 2017, y a la espera, también se encontraba María Regina Salazar, una mujer de 52 años que decidió cumplir uno de sus sueños postergados: seguir estudiando.

Ayer comenzó el proceso de rendición de la PSU, prueba que, si bien en la mayoría de los casos es dada por alumnos recién egresados de cuarto medio, existen casos como el de María Regina que son dignos de destacar, donde por uno u otro motivo se vieron en la obligación de postergar esta etapa de sus vidas.

María Regina, contó a La Tribuna, que desde muy joven tuvo que comenzar a trabajar, por lo que se vio imposibilitada de seguir estudiando, y ahora con sus hijos ya grandes y con más tiempo, se dio la oportunidad de cumplir uno de sus sueños. “No lo pude hacer cuando era joven por diferentes motivos, me crié con mis abuelos y toda la vida tuve que trabajar. Ahora que ya todos mis hijos están grandes, me queda más tiempo, aunque igual sigo trabajando, hoy pude hacerlo”, comentó.

A ello, agregó que la decisión de dar la PSU, se dio luego de abrirse

la oportunidad de terminar su enseñanza media.

“Este año terminé mi tercero y cuarto medio, y ahí decidí darla, creo que por lo que sabía y tenía guardado en mí, me fue bien, saqué un 67, siempre tuve la ilusión de seguir estudiando, por lo que me decidí a dar la prueba. Y la verdad es que si tuviese la oportunidad de estudiar algo, me gustaría que fuera Administración de Empresas”, indicó.

Esta mujer angelina, lleva 45 años dedicada al comercio, con un local en el terminal pesquero de Los Ángeles, donde trabaja con su marido, y un minimarket en su casa, negocio que ella atiende.

“Con la ayuda de Dios y mi esposo tenemos dos negocios, uno de pescados y mariscos, y otro que es un típico negocio de barrio. Mi vida ha sido en torno al comercio, por lo que me gustaría saber administrarlos de mejor forma. Únicamente lo hago en base a lo que voy aprendiendo, pero no tengo los conocimientos, y eso es lo que más quiero ahora, y rendir la PSU es el primer paso para lograrlo”, manifestó Rivera.

SÍ SE PUEDE

María Regina, no está sola en esto,



ESTE AÑO LOGRÓ terminar su tercero y cuarto medio. Y eso fue el empujón para seguir con esta etapa, por años postergada.

su familia fue un gran apoyo para dar este paso, “mi familia está muy contenta, de mis hijos ninguno de ellos nunca lo pudo hacer, mi hija mayor no pudo terminar sus estudios, y mi tercer hijo que tiene 25 años sólo llegó hasta tercero medio”, explicó la comerciante angelina.

Del mismo modo, añadió que “entonces ellos están muy orgullosos, porque la mamá les está demostrando que se puede, que tienen que terminar y que nunca es tarde para concluir sus estudios, y que pueden sacar una carrera”.

Finalmente, María Regina, desta-

có que “en este momento me siento muy feliz y emocionada, porque estoy viviendo a esta edad lo que debería haber hecho cuando joven, y nunca pude. Nunca es tarde para lograr lo que uno quiere, y nunca voy a olvidar las palabras que dicen: querer es poder. Y yo sí quiero”.

LLAMAN A INFORMARSE

Sernac y PDI alertan sobre empresas financieras no reguladas



CAMPAÑA SE DENOMINA “Que no te cuenten”, y busca informar a la población en estas fechas, próximas a Navidad.

Muchas de estas instituciones muestran atractivos créditos, con ofertas que sobrepasan lo real.

Ya comienza uno de los meses en que las personas realizan un gasto mayor que lo acostumbrado, en una de las fechas en que el “consumismo” se apodera de ellos, para esperar Navidad con una rica comida y el mejor de los regalos.

Y es aquí cuando aparece una de las más temidas palabras, el endeudamiento, y junto con ello miles de instituciones financieras “bombardeando” de oportunidades

para aliviar su bolsillo, lo que muchas veces puede convertirse en un gran dolor de cabeza para los consumidores.

En este sentido, nace la campaña “Que No Te Cuenten”, iniciativa que busca alertar a los consumidores sobre empresas financieras que se encuentran al límite de la legalidad.

La iniciativa, lanzada por Sernac y PDI, surge con el propósito de reforzar el conocimiento que tienen los

consumidores al momento de buscar un alivio económico a las deudas. Entregando recomendaciones al momento de tener la necesidad de pedir un crédito, ya que no todos los proveedores financieros se encuentran regulados y algunos funcionan al margen de la ley.

Desde el Sernac, explican que existen muchas ofertas que aparentan dar un alivio al bolsillo familiar en forma rápida y fácil, sin embargo muchas de ellas esconden condiciones abusivas que se transforman en deudas que no se acaban.

Por lo que el servicio perseguirá judicialmente a estas empresas para proteger a los consumidores que se sientan afectados, y reiteró el llamado a los ciudadanos a reclamar a quienes se sientan perjudicados.

Algunos de estos presta-

distas podrían incluso cometer delitos económicos. Por ello el trabajo del Servicio es en conjunto con la PDI, institución clave en la investigación de estos delitos cuando los consumidores tengan sospecha de estafa o fraude.

La idea base es evitar gestionar créditos a través del mercado informal, además de ser eventuales víctimas de usura o del delito de estafa, podrían verse involucradas en una red de lavado de dinero, lo cual podría ocasionarles graves consecuencias, no sólo penales, sino que personales en la pérdida de su patrimonio.

Finalmente, se recomienda buscar si el proveedor cuenta con algo tan básico como una dirección comercial, ya que si no entregan esa información es una alerta de que el proveedor no es formal y podría ser víctima de un fraude.

SE TEME CONFLICTO DE INTERÉS A FUTURO

Polémica en Laja: empresa del hermano de Vladimir Fica se adjudica licitación

Según el actual jefe comunal, debieron forzosamente inclinarse por la compañía, luego de la evaluación favorable de la comisión revisora.

Marcos Sarmiento
prensa@latribuna.cl

Con polémica culminó la licitación del futuro anfiteatro de Laja, luego que las autoridades comunales debieran decidir -prácticamente- sin mayores opciones, por la empresa del hermano del alcalde electo por la comuna, Vladimir Fica.

La situación se generó luego que la comisión revisora del proyecto, perteneciente al mismo municipio lajino, resolviera que la mejor compañía para quedarse con el proyecto era la Constructora Figuz.

Esta información fue entregada al actual alcalde lajino, José Pinto, quien llevó a votación el asunto en el último Concejo Comunal, resolviéndose -en definitiva- a favor de la citada compañía.

Si bien como se señala, José Pinto tuvo que seguir con el proceso de licitación, debido a las garantías presentadas por las empresas oferentes, en conversación con La Tribuna, no disimuló su temor que se genere un conflicto de interés.

“Esa es la duda que siempre hemos tenido, no obstante, para no caer en un vacío legal, yo prácticamente me vi en la necesidad de entregar las obras, porque me podían deman-

dar las otras empresas por demorar la decisión, pues estaban corriendo las boletas de garantía”, explicó.

Con base a la respuesta, y para no dar margen a dudas, se le volvió a consultar si existirá un conflicto de interés, ya que el encargado de fiscalizar y recibir las obras será el mismo municipio, quien dependerá -en ese entonces- de Vladimir Fica.

“De todas maneras, pero no hay mal que por bien no venga, pues van a estar más obligados a cumplir fielmente el mandato, ya que vamos a estar todos mirando”, argumentó Pinto.

Con los antecedentes sobre la mesa, La Tribuna intentó comunicarse con el alcalde electo por Laja, Vladimir Fica, para consultarle -principalmente- el posible conflicto de interés, sin embargo, tras varias llamadas y mensajes a su teléfono móvil, no se pudo concretar el contacto antes del cierre de la edición.

OFERTA MÁS CARA

Fuera de lo anterior, la licitación de Figuz tiene un condimento igual o aún más controvertido, en razón que la oferta presentada es la más cara de todas, incluso, echando mano al 10% que se dispone -por lo general- a contingencias que ocurren en el desarrollo de los trabajos.

En este aspecto, el alcalde en ejer-



RECORDEMOS QUE EL ALCALDE ELECTO, Vladimir Fica, asume su mandato el próximo 6 de diciembre (Imagen de Facebook).

cicio por Laja también presentó sus reparos.

“Para mí ese 10% es para cubrir emergencias, como por ejemplo si en el proyecto quedó algún detalle, o haya que mejorar la obra misma. Porque este monto no es para hacer otras cosas. Pero el Gobierno Regional dice que sí se puede colocar en la licitación, sosteniendo que de acuerdo a las bases se puede aumentar, al presupuesto general, hasta un 10% más de la obra”, relató.

De igual modo el diario de la provincia buscó conocer la aclaración o contextualización del Gobierno Regional, con respecto al 8% extra de

“Esa es la duda que siempre hemos tenido, no obstante, para no caer en un vacío legal, yo prácticamente me vi en la necesidad de entregar las obras, porque me podían demandar las otras empresas por demorar la decisión, pues estaban corriendo las boletas de garantía”.

José Pinto, alcalde en ejercicio.

recursos permitido para la licitación de Figuz, no obstante, no pudieron generar la respuesta antes del cierre de la nota. Por último, cabe destacar que las obras del futuro anfiteatro

costarán más de 2 mil 818 millones de pesos, costeados con recursos del FNDR 2%, superando con creces al costo inicial de la licitación, que era de 2 mil 8 millones de pesos.

EXIGEN LA INSTAURACIÓN DE UN SEGURO DE VIDA

Angelinos marcharon pidiendo mayor protección a funcionarios de Carabineros



Más de medio centenar de personas marchó el pasado fin de semana por la comuna de Los Ángeles, plegándose a la convocatoria nacional del “Movimiento No Más Muer-

tes”, que exige una mayor protección social a los funcionarios de Carabineros.

Los manifestantes, que se congregaron a las 12:00 PM del sábado en la Plaza de

Armas angelina, recorrieron las principales calles del centro de la comuna; portando globos negros, pancartas y gritando alusiones, específicamente, a detener más muertes

de funcionarios policiales.

Recordemos que la medida se planificó tras el fallecimiento de dos efectivos policiales en Coquimbo, quienes fueron arrollados, al intentar bloquear un vehículo que escapaba de la policía.

Durante la protesta los organizadores recordaron el principal fin de su manifestación, que es que el Congreso Nacional recoja la solicitud de legislar sobre un seguro de vida para los

uniformados, orientado -principalmente- a los carabineros más jóvenes, que fallecen o resultan gravemente heridos en actos de servicio.

La marcha por Los Ángeles sirvió también para recoger impresiones entre los mismos marchantes, muchos de ellos familiares de efectivos policiales, llegándose a la conclusión que en la zona también los carabineros sufren agresiones a diario, como relató uno de los organizadores de la marcha y presidente del Círculo de Carabineros en Retiro, Filidor Aburto.

“Yo me he entrevistado con varios antes de la marcha, siendo un número no menor familiares de uniformados

que han sido lesionados en la comuna. Tras ello, me di cuenta que la cifra no es poca y que queda -simplemente- en silencio, debido a que no sale en la prensa o medios de comunicación”, puntualizó.

Por último, el dirigente contextualizó la razón que Los Ángeles se haya sumado a la iniciativa, incluso, antes que Concepción.

“Previo a estas muertes en Coquimbo, dos de los cinco últimos carabineros fallecidos eran de la comuna, quienes fueron trasladados a la región Metropolitana a cumplir con sus servicios. Por ende, el tema está muy cercano a Los Ángeles, pues -incluso- hay viudas en la zona”, sentenció.

SIAT INVESTIGA LAS CAUSAS QUE LO ORIGINARON

Motociclista muere en accidente de tránsito camino a Nacimiento



A CONSECUENCIA de las graves lesiones sufridas, el joven de 25 años falleció en el lugar. (Fotografía de @Nacimantanocl)

El hecho ocurrió cerca de las 13:40 horas, a la altura del kilómetro 104,8 de la ruta 156, que conecta las localidades de Nacimiento y Concepción.

Un joven de 25 años perdió la vida tras verse involucrado en un accidente de tránsito ocurrido la tarde de este lunes, en la comuna de Nacimiento.

El hecho ocurrió cerca de las 13:40 horas, a la altura del kilómetro 104,8 de la ruta 156, que conecta las localidades de Nacimiento y Concepción. Por causas que se investigan, el conductor de la motocicleta habría colisionado con un camión. Al momento de ocurrido el hecho, ambas personas se desplazaban por la Ruta 156 desde Coihue en dirección a Nacimiento.

Preliminarmente, este accidente de tránsito se habría originado cuando el conductor del camión iba a realizar un viraje hacia un camino rural, ubicado en el sector de Tralpene.

Fue al abrirse hacia el costado izquierdo para ingresar a dicho camino cuando fue colisionado por la motocicleta.

Producto del impacto, quien conducía este último vehículo falleció en el lugar. La víctima fue identificada como Sebastián Pino Cabas, de 25 años, y su cuerpo fue remitido al

Servicio Médico Legal.

Por instrucción del fiscal de turno, en el lugar se constituyó personal de la Sección Investigadora de Accidentes en el Tránsito (SIAT) de Carabineros de Biobío, a fin de indagar en las causas que originaron este trágico incidente.

Las diligencias efectuadas en el sitio del suceso apuntaron a "levantar algún tipo de evidencia existente en el lugar, como también empadronar algún testigo del hecho para verificar cuáles fueron las características de este accidente", relató el teniente de la SIAT de Carabineros de Biobío, Raúl Carrasco.

Por lo pronto, están trabajando con el objetivo de verificar la responsabilidad de cada uno de los conductores que protagonizaron este accidente de tránsito.

El oficial llamó a quienes conducen a adoptar medidas preventivas al momento de desplazarse por las rutas a bordo de un vehículo.

Recordó hacerlo siempre a una velocidad razonable y prudente, y mantener la distancia adecuada con el vehículo que lo antecede.

POBLACIÓN ALTOS DEL LAJA

Arrestan a mujer que vendía droga a metros de jardín infantil

Una mujer detenida por el delito de microtráfico y 92 dosis de droga incautada fue el saldo que arrojó un operativo realizado en la comuna de Laja.

Las diligencias fueron encabezadas por detectives de la Brigada de Investigación Criminal (Bicrim) de la Policía de Investigaciones de Cabrero.

Éstas se originaron en virtud de una orden de investigar emanada del Ministerio Público en torno a información anónima entregada a través de la plataforma "Denuncia Seguro".

Fue así que oficiales del grupo Microtráfico Cero (MT0) de la PDI de Cabrero, realizaron un levantamiento de información respecto de posibles focos de venta de droga.

De esta forma, lograron establecer que en la población Altos del Laja, una mujer se estaba dedicando a la comercialización de sustancias ilícitas.

Previo coordinación con el Ministerio Público de Yumbel, los detectives de esta unidad policial obtuvieron una



LA DROGA DECOMISADA fue evaluada en un monto cercano a los 350 mil pesos. (Imagen de contexto)

orden de entrada y registro del domicilio, el cual se encontraba a unos cien metros de un jardín infantil.

El operativo culminó con la incautación de 92 dosis de cocaína base en estado de secado, y el decomiso de 125 mil pesos de dinero en efectivo, obtenido -presumiblemente- de la venta de estupefacientes.

"La iniciativa Denuncia Seguro, impulsada por el Gobierno, pone a disposición de las personas un número telefónico (600 400 01 01), al cual la comunidad puede llamar y entregar información sobre los delitos de los que haya sido testigo. En este caso, los vecinos entregaron antece-

ditos sobre el microtráfico de drogas en un inmueble, terminando nuestros detectives con esa actividad", relató el jefe de la Bicrim de Cabrero, subprefecto Sanín Arancibia.

El oficial de la policía civil explicó, además, que el plan MT0 apunta a generar mayor seguridad en la ciudadanía y que, en este caso, permitió arrestar a una mujer de 28 años, imputada por la venta de drogas en las inmediaciones de un jardín infantil de Laja.

Esta persona, identificada como N.A.D.M., fue puesta a disposición del Juzgado de Garantía de Letras de la comuna del papel para su respectivo control de detención.

SE CONSUMIÓ POR COMPLETO

Tres personas damnificadas deja incendio en sector rural de Los Ángeles

Tres personas damnificadas y una vivienda completamente destruida por las llamas, fue el saldo que arrojó un incendio ocurrido en la comuna de Los Ángeles.

El siniestro se originó poco antes de las 16 horas y afectó a una vivienda emplazada en la villa Las Delicias, ubicada en el sector de Duqueco, al sur de la capital provincial de Biobío.

El segundo comandante del Cuerpo de Bomberos de Los Ángeles, Luis Zenteno, detalló que -al lugar-

concurrieron tres unidades y que, adicionalmente, se despachó un camión cisterna para abastecimiento y apoyo logístico. Un total de 25 voluntarios acudieron al sector a fin de combatir la emergencia. Sin embargo, y pese a los esfuerzos, la vivienda de material ligero resultó completamente dañada por el accionar de las llamas. Respecto a las personas damnificadas, todas son mayores de edad; dos de ellos, adultos mayores.

La distancia entre la ciudad

y el lugar donde ocurrió esta emergencia fue una de las mayores complejidades al momento de combatirla. Al estar fuera del radio urbano, la lejanía juega en contra.

Pese a que las causas que originaron este voraz incendio están siendo investigadas, Zenteno llamó a la comunidad a adoptar las medidas preventivas dentro de sus viviendas.

Entre ellas, hacer una mantención periódica, tanto del sistema eléctrico de la casa, como de la calefacción.



UN TOTAL DE 25 VOLUNTARIOS trabajaron en la emergencia que afectó a una vivienda en villa Las Delicias.

FORMALIZACIÓN DURANTE LA JORNADA DE AYER LUNES

Decretan prisión preventiva para hombres que habrían dado muerte a adulto mayor

Las dos personas habrían golpeado a la víctima con objetos contundentes y cortantes, como un hacha, un palo y una pala, dejándola con heridas que le causaron la muerte.

En prisión preventiva quedaron los dos hombres sindicados de dar muerte a un adulto mayor en el sector rural de La Puntilla, en Santa Bárbara.

La audiencia de formalización de cargos se realizó durante la mañana de este lunes en el Juzgado de Garantía de la comuna de la miel, tras reunirse los antecedentes suficientes como para que el Ministerio Público cumpliera con dicho objetivo.

El fiscal jefe de Los Ángeles, Jorge Sandoval, expresó que ambos hombres fueron formalizados por el delito de robo con homicidio.

El persecutor relató que los hechos ocurrieron entre la noche del sábado 19 y la madrugada del domingo 20 de noviembre pasado, cuando ambos individuos concurrieron hasta el sector rural de La Puntilla, donde tiene domicilio la víctima.

Una vez en el lugar, intentaron abrir la puerta, y al no poder hacerlo, quebraron el vidrio de una de las ventanas de la casa e ingresaron a la vivienda.

“Golpearon a la víctima con objetos contundentes y cortantes como lo son un hacha, un palo y

una pala y, con ello, causaron una serie de lesiones a la víctima”, relató Sandoval.

Fracturas en su cabeza y costillas fueron las heridas con las cuales resultó afectado el adulto mayor. Fueron las primeras las que le causaron la muerte por un traumatismo complicado.

Después de golpearlo, agregó el fiscal jefe, los antisociales sustrajeron dos casacas que la víctima tenía al interior de su casa, además de una serie de monedas que el hombre guardaba en una caja.

Algunas de las monedas fueron desparramadas por el lugar, mientras estas personas huían por la misma ventana por la que entraron. Las chaquetas las dejaron afuera de la casa.

“Gracias a las diligencias efectuadas por la Policía de Investigaciones, específicamente la Brigada de Homicidios, se logra dar con ambos imputados y ser detenidos y se formaliza hoy (ayer) la investigación”, relató Sandoval.

Recordemos que la muerte de Elías Villanueva Seguel, de 86 años, quedó al descubierto durante la jornada del lunes 21 de noviembre



AUDIENCIA DE FORMALIZACIÓN se cumplió durante la mañana de este lunes, en el Juzgado de Garantía de Santa Bárbara.

pasado.

Una vecina de la víctima fue a visitarlo ya que hacía varios días que no sabía de él, encontrando el cuerpo sin vida de Villanueva al interior de su vivienda.

AUDIENCIA DE FORMALIZACIÓN

La audiencia de formalización se

realizó cerca de las 10 de la mañana de este lunes, en el Juzgado de Garantía de Santa Bárbara por el delito de robo con homicidio.

Durante la jornada, el Ministerio Público solicitó la prisión preventiva para ambos imputados, medida cautelar que fue acogida por el tribunal.

Asimismo, se ordenó la internación de ambas personas en lugares

distintos en atención a “que amos tienen declaración que son incompatibles una con la otra”, puntualizó el persecutor.

El tribunal, además, concedió un plazo de cuatro meses para desarrollar la investigación.

En torno a los dos detenidos, sólo uno registra antecedentes policiales que dicen relación con otras lesiones.

EMPLAZADO EN EL SECTOR DE BAJO MININCO

Detienen a dos hombres que robaron local comercial en Santa Bárbara

Premunidos de un objeto contundente, los antisociales habrían quebrado una ventana de 50 x 40 centímetros, para luego entrar por ese lugar y sustraer las especies.

Dos personas arrestadas por robo en lugar no habitado fue el saldo que arrojó un operativo efectuado en la comuna de Santa Bárbara.

Las diligencias fueron encabezadas por Carabine-

ros y se originaron durante la madrugada de este domingo, en el sector de Bajo Mininco.

Fue cerca de las 02:20 horas cuando se recepción un llamado telefónico al nivel 133, que alertaba de la presencia

de unas personas que ingresaban a un local comercial ubicado en dicha zona, distante a unos dos kilómetros de la ciudad de Santa Bárbara. El subcomisario de los servicios de Carabineros de Santa Bárbara, capitán Pablo Urrutia, relató que personal policial que venía desde Alto Biobío iba pasando justamente por dicho lugar cuando recibieron el comunicado. Fue así que adoptaron las diligencias y se constituyeron en el lugar, sorprendiendo in fraganti a

dos personas con especies en sus manos y con otras apiladas en un sector cercano para, posteriormente, llevárselas.

Para ingresar al local, y premunidos de un objeto contundente, los antisociales habrían quebrado una ventana de 50 x 40 centímetros para luego entrar por ese lugar y sustraer las especies. En torno a los detenidos, se trató de un menor de 16 años y un hombre mayor de edad, los cuales –conforme a la instrucción del fiscal de turno– quedaron apercibidos bajo el artículo 26 del Código Procesal Penal. Esto es, en espera de citación por parte del Ministerio Público.

Ninguna de las dos personas mantenía antecedentes por delitos cometidos con anterioridad.



DILIGENCIAS CULMINARON con la incautación de las especies que los antisociales sustrajeron desde el negocio.

FLOR DE GREZ

Fin de semana de exposición y ventas de piezas de cerámica en Los Ángeles

El pasado viernes, sábado y domingo, se desarrolló una exposición y venta del trabajo que realizan doce personas en el taller de cerámica Grez Maca Guzmán.

Esto se realizó en dependencias de Mall Plaza Los Ángeles, empresa que apoyó con algo más que sólo el espacio a cada uno de los integrantes del taller.

El año pasado, en el mismo lugar, se permitió una muestra de características más navideñas, pero únicamente este año utilizaron el nombre Flor de Grez, porque participó el Club de Jardines de Los Ángeles. Cada cierta hora realizaron muestras de arreglos florales, misma situación de las piezas de cerámica.



Alejandra Rivera y Héctor Sepúlveda.



Daniela Villarroel y Ricardo Vallejo.



Susy Nagelschmitz, Martina Sepúlveda, Elizabeth Fellay y Marcela Carmona.



Daniel Villagrán y Carla Quintana.



Carolina Robles, María José Vivianni y Paola Hormann.



Viviana Valenzuela, Gabriela Novoa y Josefa Fernández.



Pablo Pérez, Paola Urrutia y Pablo Pérez Urrutia.



Macarena Quilodrán, Daniela Guzmán y Patricia Pozo.



Descubre en AIEP todas las oportunidades que tienes para estudiar

- Continuidad de Estudios en la Universidad Andrés Bello gracias a la Beca AIEP.*
- PEV®: Programa Ejecutivo Vespertino Presencial y Semipresencial, para estudiar sin sacrificar trabajo ni familia.
- Carreras 100% online para estudiar dónde y cuándo quieras.
- Apoyo académico para estudiantes que requieran reforzar su avance en los estudios.
- Múltiples alternativas de becas y financiamiento.
- Carreras Técnicas y Profesionales articuladas.



AIEP Los Angeles



Soledad Bacarreza
Directora Escuela de Deporte



Pabellones de Práctica



Rodrigo Herrera
Director Escuela de Tecnologías de la Información y Comunicaciones



Biblioteca



Hernán Garfias
Director Escuela de Diseño, Arte y Comunicación



AIEP San Joaquín



Sebastián Ferrer
Director Escuela de Estética Integral



Taller de Gastronomía



Fernando de la Fuente
Director Escuela de Gastronomía, Hotelería y Turismo



Taller de Mecánica



Karim Lela Mora
Director Carrera de Teatro



AIEP Bellavista

Escuela de Salud

- Técnico en Odontología**
- Técnico en Enfermería mención Ginecobstetricia**
- Técnico en Enfermería mención Pediatría**
- Técnico en Enfermería mención Urgencia**
- Técnico en Enfermería mención Geriátrica**
- Técnico en Enfermería mención Oncología**
- Técnico en Enfermería mención Anestesiología**
- Técnico en Enfermería mención Salud Mental
- Técnico en Enfermería e Instrumentación Quirúrgica**
- Técnico en Imagenología
- Laboratorista Dental
- Técnico en Laboratorio Clínico y Banco de Sangre**
- Podología Clínica**

Escuela de Construcción y Obras Civiles

- Ingeniería en Prevención de Riesgos**
- Técnico en Prevención de Riesgos**
- Construcción Civil**
- Técnico en Construcción**
- Técnico en Dibujo de Arquitectura y Obras Civiles**
- Técnico en Topografía**

Escuela de Negocios

- Ingeniería de Ejec. en Admin. de Empresas mención Marketing**
- Técnico en Admin. de Empresas mención Marketing**
- Ingeniería de Ejec. en Admin. de Empresas mención Recursos Humanos**
- Técnico en Admin. de Empresas mención Recursos Humanos**
- Ingeniería de Ejec. en Admin. de Empresas mención Finanzas**
- Técnico en Admin. de Empresas mención Finanzas**
- Técnico en Admin. de Empresas mención Logística
- Técnico en Admin. de Empresas mención Comercio Exterior**
- Auditoría
- Técnico en Contabilidad General**
- Técnico en Admin. de la Producción Agropecuaria y Agroindustrial

Escuela de Tecnologías de la Información y Comunicaciones

- Ingeniería de Ejec. en Informática mención Desarrollo de Sistemas**
- Técnico en Programación y Análisis de Sistemas**
- Técnico en Programación Computacional**
- Ingeniería de Ejec. en Administración de Redes
- Técnico en Instalación y Mantenimiento de Redes**

Escuela de Gastronomía, Hotelería y Turismo

- Gastronomía Internacional**
- Administración Hotelera y Resorts Internacional
- Técnico en Turismo

Escuela de Desarrollo Social

- Psicopedagogía**
- Asistente de Párvulos**
- Técnico Asistente en Educación Especial**
- Técnico en Trabajo Social**
- Técnico Jurídico**

Escuela de Diseño, Arte y Comunicación

- Relaciones Públicas Corporativas
- Técnico en Comunicación y Relaciones Públicas**
- Diseño Gráfico**
- Técnico en Diseño Gráfico**
- Publicidad
- Teatro**
- Técnico en Arte y Gestión Cultural**
- Técnico en Diseño de Espacios y Equipamientos

Escuela de Sonido, Televisión y Locución

- Ingeniería de Ejec. en Sonido**
- Técnico en Sonido**
- Técnico en Producción Audiovisual
- Técnico en Locución y Conducción de Radio y Televisión**

Escuela de Estética Integral

- Estética Profesional**
- Técnico en Cosmetología**
- Técnico en Peluquería**
- Técnico en Masoterapia**

Escuela de Diseño de Vestuario

- Diseño de Vestuario mención Alta Costura**
- Técnico en Diseño de Vestuario

Escuela de Deporte

- Técnico Deportivo**
- Personal Trainer**

Escuela de Ingeniería

- Ingeniería en Mecánica Automotriz y Autotrónica
- Técnico en Mecánica Automotriz y Autotrónica**
- Técnico en Minería
- Técnico en Electricidad y Electrónica
- Técnico en Mecánica Automotriz en Maquinaria Pesada
- Técnico en Mantenimiento Mecánico

CALAMA • ANTOFAGASTA • LA SERENA • SAN FELIPE • VIÑA DEL MAR • VALPARAÍSO • SANTIAGO NORTE
PROVIDENCIA • BELLAVISTA • BARRIO UNIVERSITARIO • SAN JOAQUÍN • MAIPÚ • RANCAGUA • SAN FERNANDO
CURICÓ • TALCA • CONCEPCIÓN • LOS ÁNGELES • TEMUCO • OSORNO • PUERTO MONTT

EXCELENCIA ACADÉMICA DURANTE MÁS DE 50 AÑOS

aiep.cl

admisión@aiep.cl

600 450 1500

fb.com/aiep.estudiantes

twitter.com/AIEP

INSTITUCIÓN ACREDITADA

Instituto Profesional Acreditado
3 años
Gestión Institucional
y Docencia de Pregrado
Hasta octubre de 2017

Certified



ADMISIÓN 2017

*Infórmese sobre el proceso y requisitos de postulación para continuidad de estudios en la UNAB. Continuidad sujeta a plan de convalidación de estudios y a cupos disponibles por parte de UNAB. Más información en www.aiep.cl

**Carreras Acreditadas. Ver agencia, sedes, modalidades y jornadas en www.cnachile.cl

LA TRIBUNA DATOS

Conozca los beneficios que entrega comer lentamente

Expertos recomiendan destinar, al menos 30 minutos, para cada comida del día.

Tras la nueva Ley de Etiquetado, que señala qué alimentos son altos en azúcares, en calorías, en grasas saturadas y en sodio, podemos conocer cuáles de ellos son más saludables. Sin embargo, esto debemos complementarlo con algunos hábitos alimenticios que produzcan beneficios para nuestro organismo. Especialmente, porque la provincia de Biobío mantiene preocupantes cifras de sobrepeso en la población y especialmente en los menores de 6 años, donde el 12,7% está con obesidad.

Con lo anterior, no nos referimos sólo a elegir o preparar adecuadamente nuestras comidas y colaciones, sino en darnos el tiempo y espacio suficientes para disfrutarlas.

Incorporar a nuestra rutina diaria el hábito de comer lentamente trae importantes beneficios para nuestro organismo, ayudándonos, por ejemplo, con nuestra digestión, a absorber correctamente los nutrientes que nos entregan los alimentos, reducir el apetito y sentirnos más saciados, e incluso, ayuda a bajar de peso.

Al respecto, Paulina Hernández, nutricionista y jefa del programa "Vivir Bien" de Sodexo, conversó con La Tribuna y destacó que "después de comer, el intestino suprime una hormona que controla el hambre llamada Grelina, para luego liberar otro tipo de hormonas "anti-ham-

bre" que transmiten al cerebro la señal que indica que la persona ya se ha alimentado y que los nutrientes ya fueron absorbidos. Este proceso dura alrededor de 20 minutos".

Beneficios de una alimentación sin prisa:

1. Mayor saciedad: nos permite quedar con una sensación de haber comido más, por lo que no dan ganas de consumir alimentos entre horas, más allá de las colaciones a media mañana y en la tarde. Es necesario masticar bien y tomar conciencia de que alimentarse es un placer.

2. Control en el peso: comer más lento regula nuestro peso, ya que nos permite ingerir una cantidad adecuada de alimentos según nuestras necesidades y no quedar con hambre, así evitamos los cuadros ansiosos y comer en exceso.

3. Digestión eficiente: masticar es esencial en este proceso. Cuando tragamos alimentos de mayor tamaño, obligamos al estómago a esforzarse más en ejecutar la digestión, segregando más jugos gástricos. Este punto afecta directamente a quienes tienen problemas de gastritis y úlceras gástricas.

4. Mejoras a la salud en general: ayuda a cuidar la salud dental, evitando las caries; permite que los nutrientes de los alimentos se sinteticen mejor, y mejora nuestro ánimo



34% DE LOS HABITANTES de la provincia de Biobío tiene sobrepeso.

permitiendo un estado de calma.

"La clave fundamental para hacer efectivo este hábito alimenticio es masticar bien los alimentos antes de tragarlos. Esto nos permite reducir la ingesta de calorías y a la vez nos ayuda a adelgazar", señala Hernández.

Otras recomendaciones

- Evita ayunos prolongados, procurando alimentarte cada 3 a 4 horas.
- Toma al menos 8 vasos de agua al día.
- Evita comer con distracciones (televisión, teléfono, entre otras).
- Sé consciente de lo que comes.

SECTORES CON BUENAS PRÁCTICAS LABORALES EN CHILE



EMPRESAS QUE MÁS se inclinan por participar de este tipo de ránking son por lo general multinacionales o compañías de gran tamaño.

Las industrias o segmentos que se caracterizan por tener las mejores prácticas de Recursos Humanos son las industrias de Minería, las de Consumo Masivo, Farmacéuticas y Laboratorios. Esto, porque según los expertos de PageGroup, compañía especializada en reclutamiento,

estas industrias poseen procesos definidos y se preocupan de obtener feedback de sus empleados con el objetivo de: evaluar el clima laboral, el lugar de trabajo y compararse con sus empresas referentes en el mercado.

Para Juan Ignacio Silva, gerente de RRHH de Page-

Group, la tendencia es que las organizaciones cambien su foco en pos de la fuerza laboral. "Actualmente las empresas valoran cada vez más a sus empleados, y estos a su vez, comienzan a privilegiar otro tipo de beneficios en las compañías como por ejemplo: flexibilidad laboral

Mejores rubros para trabajar: sector minero, farmacéutico y de consumo masivo

(trabajo remoto, día de cumpleaños, otros), convenios/alianzas con otras empresas como: descuentos en gimnasio, bonos por locomoción, alimentación, subvención de bencina, que la organización cuente con estacionamientos para los colaboradores, capacitaciones y/o entrenamientos constantes, actividades fuera de la oficina de team building, entre otras".

Es por esto, según explica Silva, que ránking como "Great Place to Work", que elabora y publica las listas de las mejores empresas para trabajar (basado en el estudio de clima organizacional de cada una de las empresas participantes), han tomado

gran relevancia en el último tiempo ya que "actualmente los colaboradores valoran las compañías en las que el departamento de RR.HH se enfoca y otorga prioridad a las personas como centro de una organización, sin importar si esta ofrece productos y/o servicios", agregando que "el factor monetario, hoy ya no es prioritario en la búsqueda de empleo."

El GPTW evalúa cada año a más de 10 millones de empleados sondeando distintos factores como: integración, infraestructura, procesos de capacitación y programas de talento. Información que hoy en día es muy valiosa para las organizaciones. "Las

empresas que más se inclinan por participar de este tipo de ránking son por lo general multinacionales o compañías de gran tamaño en el mercado local, cuyo objetivo por generar buenas prácticas va ligado a fidelizar a sus colaboradores, de este modo reducen la tasa de rotación, mejorando la percepción de marca branding hacia el público. Beneficios de estar presentes en este tipo de ránking son varios, entre los cuales se encuentran: ser una marca empleadora reconocida a nivel local y global, lo que impacta directamente en la productividad, mejorando así el Roi de empleabilidad interno, reduciendo el ausentismo" aseguró Silva.

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




Valdivia
Nuevo Destino

www.busesbiobio.cl

NUEVOS HORARIOS
Los Ángeles - Concepción: 6:30 - 7:00 - 7:30 - 8:00 - 8:30 - 9:00 - 9:30 - 10:00 - 10:15 - 11:00 - 11:40 - 12:20 - 13:05 - 13:25 - 14:00 - 14:45 - 15:15 - 15:40 - 16:00 - 16:30 - 17:00 - 17:45 - 18:30 - 19:00 - 19:30 - 20:00 - 20:30 - 21:20 - 22:10 - 22:45.
Consulte Promociones a los fonos:
043 - 2534690 - 2534699




PRESERVI S.A.
PRESTACION DE SERVICIOS INDUSTRIALES

SERVICIO DE ASEO INTEGRAL A EMPRESAS, INSTITUCIONES Y PARTICULARES. PRESENCIA DESDE CHILLÁN A PUERTO MONTT

COMUNÍQUESE CON NOSOTROS

Valdivia N° 1179
Fono: 533200 Mesa Central Fax: 533207



SANTA MARTA
CENTRO DENTAL
"Buenas razones para sonreír"

Telefonos: 2342420
O'Higgins 234 Los Ángeles

Presupuesto dental con radiografía **GRATIS.**
Todas las radiografías necesarias en su tratamiento **GRATIS.**
Crédito dental inmediato hasta 15 meses, sin intereses.
Garantía dental por un año, incluye limpieza dental **GRATIS.**
Convenio con empresas, instituciones y descuentos a FONASA.

INCREIBLES BENEFICIOS DENTALES

Pollonas y Braseros



Restaurant EL ALERO
...el mágico sabor y atención del sur

Cenas y Eventos
Menús ejecutivos
Viernes y Sábados:
Música en vivo
Karaoke yailable
Reservas al fono 43-2320058



Colo Colo 235 Los Ángeles



Coopere con el Hogar de Ancianos Don Orione
www.hogardonorione.cl

Haga su depósito en la cuenta N°68059710
Banco Crédito e Inversiones, a nombre de
Congregación Pequeña Obra de la Divina Providencia
Gentileza: Diario La Tribuna
Coronas de Caridad en:

Hogar de ancianos DON ORIONE	Néstor del Río 500	F. 2362164
Parroquia Ntra. Señora del P. Socorro	Colón 1226	F. 2233343
Diario La Tribuna	Colo Colo 464	F. 2311040
Margarita Pocolobba	Almagro 1120	F. 2362382



ALEXIDER GONZÁLEZ
OFICINA GRATUITA PARA LA COMUNIDAD DE ENTREGA DE INFORMACIÓN Y ORIENTACIÓN

Rengo 436 Los Ángeles.
alexider.gonzalez@hotmail.com

Te tenemos un regalo...
¡ GRATIS !

BAJA NUESTRA APP Y RECORRE LOS ANGELES. SU HISTORIA. SUS LUGARES TURISTICOS. Y SUS SERVICIOS.

PASEOS RESTAURANTES CAFES MOTELES RESTOBARES SERVICIOS CASINOS PUBS

DELIVERY'S

¡ No necesitas estar conectado a INTERNET todo el rato!

LOS ANGELES CHILE



friotermica
El Clima lo Maneja Usted

ESTUFAS Y CALDERAS A PELLETS

CALEFACCIÓN CENTRAL AIRE ACONDICIONADO ENERGÍA SOLAR

LIENTUR 368 - FONO(43) 2323348 - friotermicaltda@gmail.com
www.friotermicaltda.cl



Amaco
SERVICIOS AMBIENTALES
www.Amaco.cl

LIMPIEZA DE FOSAS SÉPTICAS Y ARRIENDO BAÑOS QUÍMICOS

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

Los Angeles: Calle 3 Lote 35 El Maitén Fono: 962194284-96677851
Concepción: Luis Acevedo No. 45 Chiguayante Fono: (41) 2357632
Chillán: Lote 11 Fundo Chiquimávida s/n Fono: (42) 2971375

Atención transportistas Astillas, Río Claro Logística Ltda., requiere contratar camiones piso caminante y tradicionales para el transporte de astillas combustibles en la VII y VIII región. Pago Semanal.
Contacto: +56957696582 lunes a viernes 8 a 18 hrs.

Bases: <http://www.rioclaro.siterranova.cl/transporte>.

VENDO PUB RESTAURANT

Traspaso derecho de llaves de pub, restaurant, bar, cantina y cabaret en pleno centro de Los Ángeles, con terraza para fumadores, incluye todo el mobiliario.


Patente de alcoholes al día y sin multas (incluye clase C,D,E)
Precio venta: \$45.000.000.-
F: 993509758



ESTE ESPACIO PODRÍA SER TUYO

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

Así se paga hoy! VISA MasterCard MAGNA American Express Red compra



¡¡¡VIAJA GRATIS Y SEGURO!!!

Descarga en tu celular la app de **UBER** desde Google play o App store, haz una cuenta, en la barra menú pinchar **PAGO** luego en **AGREGAR CÓDIGO/PROMO**, ingresa el código **PAMELAVICTORIA** y obtendrás **3 VIAJES GRATIS DE HASTA 6.000 c/u**. Sólo nuevos usuarios. #UBERPARATODOS



ESTE ESPACIO PODRÍA SER TUYO

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

Así se paga hoy! VISA MasterCard MAGNA American Express Red compra



ESTE ESPACIO PODRÍA SER TUYO

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

Así se paga hoy! VISA MasterCard MAGNA American Express Red compra



ESTE ESPACIO PODRÍA SER TUYO

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

Así se paga hoy! VISA MasterCard MAGNA American Express Red compra



ESTE ESPACIO PODRÍA SER TUYO

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

Así se paga hoy! VISA MasterCard MAGNA American Express Red compra

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

10 Vehículos

Vendo auto Suzuki Alto 2012, excelente \$3.200.000 F: 977716973

20.1 Propiedades Venden

Fundito de agrado, 18 hectáreas, precordillera, casa patronal amoblada, en muy buen estado, orilla de río, bosques nativos, vertientes, lugar hermoso \$115.000.000, Francisco Lavanderos F: 998260094

Sitios en Los Tilos \$3.100.000 F: 951586602

Casa Villa Los Ríos, 160 m², ampliación con reglamento \$35.000.000 F: 951586602

Vendo local comercial con casa habitación, Almagro 1120

20.2 Propiedades Arriendan

Arriendo casa Lynch 469 3 dormitorios, 3 baños, estacionamiento \$400.000 Fono: 98470899

50.2 Empleos Buscan

OFRECE ENFERMERA para cuidados de personas, adulto mayor F: 978669910

SE OFRECE SEÑOR con motosierra para cortar árboles y hacer leña. F: 952245328

SE OFRECE SEÑORA para trabajar como asesora del hogar. F: 964201774

OFRECE EDUCADORA de párvulos para trabajar, en jardín o cuidado de niños, como niñera, disponibilidad inmediata. F: 992808445

OFRECE EDUCADORA de párvulos para trabajar en jardín o cuidado de niños. F: 967140295

SE OFRECE SEÑORA para hacer aseo por medio día de 2 de la tarde hasta las 5, urgente. F: 962243494

SE OFRECE SEÑORA para trabajar por medio día de lunes a viernes. F: 973180502

SE OFRECE MAESTRO en cerámica, porcelanato, piedra laja, piedra pizarra, piso flotante. F: 981935632-93706303

SE OFRECE PERSONA para trabajos en restorán o casa particular, con experiencia. F: 973932556

SE OFRECE GÁSFITER para realizar instalaciones reparaciones modificaciones en PPR, termofusión, cobre, plata, pvc, cpvc, mantención calefont, equipos a gas, otros. F: 983903944

SE OFRECE SEÑORITA como ayudante de cocina y/o atención al cliente. F: 990206372

SE OFRECE SEÑORA para trabajar en casa particular, planchar, lavar o cuidar persona de la 3ra edad. F: 984126040

SE OFRECE JOVEN para trabajar en empresa de aseo, construcción, para cuidar vehículos en eventos con experiencia en varias áreas. F: 968964436

SE OFRECE SEÑORA por medio día o por días a la semana F: 990960103

SE OFRECE SEÑORA para trabajar de ayudante de cocina o casa particular, disponibilidad. F: 993732556

SE OFRECE SEÑORA para el cuidado de adulto mayor, tres veces a la semana. F: 994469863

SE OFRECE JOVEN para trabajar en Los Ángeles con experiencia en ventas, atención al cliente, reponeador, entre otros. Diponibilidad inmediata, full time. F: 976926483

SE OFRECE JOVEN para trabajar en empresa de aseo o como jornal, en cualquier rubro, como cuidador de vehículos en eventos. F: 996894436

SE OFRECE COMO mucama con experiencia. F: 979604681

SE OFRECE SEÑORITA para trabajar como ayudante de cocina o para hacer aseo en oficinas, disponibilidad inmediata. F: 986658705

SE OFRECE JOVEN para trabajar en aseo de empresa o construcción como jornal, disponibilidad inmediata. F: 979291144

SE OFRECE MUJER con experiencia en ventas, atención de público y labores administrativas. F: 946956177

SE OFRECE SEÑORA para realizar labores de casa, aseo, planchado, para trabajar desde las 2 de la tarde. F: 963188917

SE OFRECE JOVEN para trabajar empresa o particulares de ayudante jornal, disponibilidad inmediata. F: 979291144

SE OFRECE SEÑORA para cuidar enfermos, de lunes a viernes. F: 942776656

SE OFRECE SEÑORITA para trabajar de cajera o ayudante de local de lunes a viernes, con experiencia, disponibilidad inmediata. F: 9975184740

SE OFRECE MAESTRO soldador, calificado para todo tipo de estructura y carpintería, dentro o fuera de la ciudad. F: 973815164

SE OFRECE SEÑORA para cuidado enfermos, con experiencia y recomendaciones. F: 973485080

SE OFRECE CUIDADOR para parcela, dentro o fuera de Los Angeles. F: 975218169

SE OFRECE SEÑORA responsable para asesora del hogar sin planchado o aseo en oficina de lunes a viernes, de 9 a 2 de la tarde, disponibilidad inmediata. F: 987144982

SE OFRECE SEÑORA como asesora de hogar, con recomendaciones. F: 979604681

95 Varios

SE VENDE BICICLETA aro 24 de mujer, fabricación chilena con ruedas de respuesto \$15.000 F: 968031432

SE BUSCA URGENTE perrita cocker café, se llama Luna, tiene su pelo cortito y orejitas largas, se ofrece recompensa. F: 97097792

SE VENDE SAUNA infraroja, caseta de madera eléctrica, valor \$700.000 medidas 120x105x194, F: 991314467

SE VENDE CAMILLA tipo maleta, con ruedas, valor: \$60.000, F: 991314467

SE VENDE PAVAS cluecas con huevos, \$20.000 y \$800 cada huevo. F: 955189394

VENDO REFRIGERADOR Mademsa, dos puertas, funcionando, valor \$25.000 F: 97717924

SE VENDE ENVASES de bebidas y cervezas, a \$2.500 la caja. F: 965864419

SE VENDE BANCA para hacer ejercicios, trabajo de piernas, brazos y pecho, incluye mancuernas, 4 discos de 1k, 4 discos de 1,5k y dos discos de 5K, más barra Z, buen estado, valor \$30.000 F: 97717924

VENDO COMPUTADOR Olidata Intel Pentium 4 2.26 Ghz., memoria 1G, disco duro 80 GB, monitor 17" \$50.000. F: 954010537

SE VENDE UNA TAZA de baño con estanque, un lavatorio con llaves más pedestal, una tina de baño enlozada de 1mt x 66 de ancho x 42 alto, valor \$80.000.- F: 43-2360410

¡OFERTA! SE VENDE Frutillas congeladas, 13 kilos a \$18.000 \$2000 pesos por kilo. F: 985750470

SE VENDE FARDOS a \$1.500.- C: 966760208

VENDO GALLINETAS \$15.000 c/u fono: 955189394

SE VENDE TROMPO concretero de 320 lts. o permuto por auto similar valor \$1.000.000.-, vendiendo 4 neumáticos, aro 16 \$35.000 c/u, conversable. F: 997245717

SE VENDE CEBOLLA morada a \$10.000, el metro y cebolla valenciana a \$8.000 el metro, tratar en Villa Las Quintas, Los Pomelos #841, F: 963081097

SE VENDE CÚPULA de camioneta con parrilla (Chevrolet, Toyota o Nissan) \$350.000 conversable, Mulchén. F: 956413628

SE VENDE HORNO Artesanal excelente estado, valor \$270.000 F: 971755533 - 432490823

SE VENDE TETERA Antigua de plaqué y porcelana \$45.000. F: 968031432

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.

CUPÓN AVISOS

Tratar:

MARTES 29 DE NOVIEMBRE DE 2016

DATOS PERSONALES

Nombre:

R.U.N.:

Fono:

Dirección:

Ciudad:

§ Avisos Económicos

Notificaciones

NOTIFICACIÓN: JUZGADO DE LETRAS Y GARANTÍA DE CABRERO, LAS DELICIAS 55, EN AUTOS ROL 297-2013 CARATULADOS "COOPERATIVA DEL PERSONAL DE LA UNIVERSIDAD DE CHILE CON HINOSTROZA MORAGA, JAIME EVARISTO", JUICIO ORDINARIO DE MENOR CUANTÍA, COMPARECE DON JOSÉ IGNACIO MÁRQUEZ ESPINOSA, ABOGADO, EN REPRESENTACIÓN DEL DEMANDANTE, COOPERATIVA DEL PERSONAL DE LA UNIVERSIDAD DE CHILE, COPEUCH LIMITADA, INTERPONE DEMANDA ORDINARIA DE MENOR CUANTÍA, MATERIA DE COBRO DE PESOS EN CONTRA DE DON JAIME EVARISTO HINOSTROZA MORAGA, IGNORANDO PROFESIÓN Y OFICIO, DOMICILIADO EN PSJE. LOS PERALES N°267, JARDINES DEL ALTO, CABRERO. FUNDA DEMANDA EN QUE DEMANDADA SUSCRIBIÓ CON FECHA 16 DE FEBRERO DE 2005 ESCRITURA PÚBLICA CONTRATO DE COMPRAVENTA, MUTUO E HIPOTECAMUTUO O CUOTAS MENSUALES, VENCIDAS Y SUCESIVAS 239 POR 2,9302 UF Y LA ÚLTIMA POR 9,9411 CON UNA TASA DE INTERÉS REAL, ANUAL Y VENCIDA DE 7,3%, QUE SE DEVENGARÁ DESDE EL DÍA 01 DE ABRIL DE 2005. EL DEUDOR SE ENCUENTRA EN MORA DESDE EL 01 DE AGOSTO DE 2006. ADEUDANDO A LA FECHA 380.6192 U.F., EQUIVALENTE EN PESOS AL 16 DE OCTUBRE DE 2013 A \$8.804.072.-, MÁS INTERESES PENALES, CON

COSTAS. POR TANTO, EN MÉRITO DE LO EXPUESTO EN LOS ARTÍCULOS 1545 Y SIGUIENTES, Y, 2196 DEL CÓDIGO CIVIL, ASÍ COMO LOS ARTÍCULOS 254 Y SIGUIENTES Y 698 DEL CÓDIGO DE PROCEDIMIENTO CIVIL, TÉNGASE POR INTERPUESTA DEMANDA DE COBRO DE PESOS EN JUICIO ORDINARIO DE MENOR CUANTÍA, EN CONTRA DE DON JAIME EVARISTO HINOSTROZA MORAGA, YA INDIVIDUALIZADO, CONDENANDO AL DEMANDADO A PAGAR A MI REPRESENTADA LA SUMA DE 380.6192 UF, EQUIVALENTES AL 16 DE OCTUBRE DE 2013 A LA SUMA DE \$8.804.072 MÁS INTERESES PENALES, CON COSTAS. PRIMER OTROSÍ: SÍRVASE S.S. TENER POR ACOMPAÑADO EL SIGUIENTE DOCUMENTO CON CITACIÓN DE LA CONTRARIA: ESCRITURA PÚBLICA DE CONTRATO DE COMPRAVENTA, MUTUO E HIPOTECA MUTUO OTORGADA CON FECHA DE 16 DE FEBRERO DE 2005, ANTE DOÑA MARÍA ANTONIETA CARRILLO FLORES, NOTARIO TITULAR DE LOS ANGELES. SEGUNDO OTROSÍ: ACREDITA PERSONERÍA MEDIANTE ESCRITURA PÚBLICA DE FECHA 30 DE JULIO DE 2013, OTORGADA ANTE NOTARIO PÚBLICO DE SANTIAGO MARÍA SOLEDAD SANTOS MUÑOZ, CUYA COPIA SE ENCUENTRA EN CUSTODIA EN EL TRIBUNAL. TERCER OTROSÍ: PATROCINIO Y PODER A JOSÉ IGNACIO MÁRQUEZ ESPINOSA, DOMICILIADO EN CALLE COLO COLO 456, OFICINA 312, COMUNA Y CIUDAD DE LOS ANGELES. PROVEÍDA FS. 13: A LO PRINCIPAL: TRASLADO. AL PRIMER OTROSÍ: POR

ACOMPAÑADOS LOS DOCUMENTOS EN LA FORMA SOLICITADA EN CUANTO A LA CUSTODIA, NO HA LUGAR POR INNECESARIO; AL SEGUNDO Y TERCER OTROSÍ, TÉNGASE PRESENTE. PROVEYÓ DON JUAN LUIS ARELLANO VAILLANT, JUEZ SUBROGANTE DEL JUZGADO CIVIL DE CABRERO. A FOJAS 41 DEMANDANTE SOLICITA EN LO PRINCIPAL: NOTIFICACIÓN POR AVISOS, EN EL OTROSÍ OFICIOS. RESOLUCIÓN FS. 43. A LO PRINCIPAL Y OTROSÍ, COMO SE PIDE, PREVIAMENTE, OFÍCIASE EN LA FORMA SOLICITADA. TRAMITADOS OFICIOS. ANTE IMPOSIBILIDAD DE UBICAR A DEMANDADA, PESE A DILIGENCIAS PRACTICADAS EN AUTOS EJECUTANTE SOLICITA NOTIFICACIÓN POR AVISOS A FOJAS 124, PROVEÍDO, COMO SE PIDE NOTIFIQUESE POR AVISOS, MEDIANTE EXTRACTOS REDACTADOS POR LA SEÑORA SECRETARIA DEL TRIBUNAL Y PUBLICADOS TRES VECES EN DIARIO DE CIRCULACIÓN NACIONAL, SIN PERJUICIO DEL CORRESPONDIENTE EN EL DIARIO OFICIAL. SECRETARIA SUBROGANTE. (24263)

Documentos

CHEQUES ROBADOS: N° 4988253 al 4988261 CTA. CTE. N° 54900001889, Banco Estado, oficina Laja. Queda nulo y sin valor por haberse dado el aviso correspondiente. (24264)

CHEQUES EXTRAVIADOS: N° 95 CTA. CTE. N° 103500086743, Banco Falabella, oficina Los Ángeles. Queda nulo y sin valor por haberse dado el aviso

correspondiente. (24270)

TALONARIO CHEQUES EXTRAVIADOS: N° 5270750 al 5270775 CTA. CTE. N° 0207297933, Banco Itaú, oficina Los Ángeles. Queda nulo y sin valor por haberse dado el aviso correspondiente. (24272)

CHEQUE EXTRAVIADO: N° 7076201 CTA. CTE. N° 0203905645, Banco Itaú, oficina Los Ángeles. Queda nulo y sin valor por haberse dado el aviso correspondiente. (24274)

CHEQUE EXTRAVIADO: N° 19870 por \$78.003.- CTA. CTE. N° 54909006328, Banco Estado, oficina Laja. Queda nulo y sin valor por haberse dado el aviso correspondiente. (24273)

Remates

REMATE: 1° JUZGADO DE LETRAS DE LOS ANGELES, Valdivia N° 123, Los Ángeles, Rol C-1577-2016, causa Cooperativa de Ahorro y Crédito Oriente Limitada con Puschel Romero, ejecutivo, se rematará día 15 diciembre 2016, 11.00 horas, inmueble ubicado en Avenida Ricardo Vicuña N° 524, de la comuna de Los Ángeles. Propiedad inscrita a nombre de la ejecutada NINA MARGARITA PUSCHEL ROMERO, a fojas 3313, N° 1757 Registro Propiedad Conservador Bienes Raíces Los Ángeles año 2011. Mínimo: \$75.436.167.- Precio pagadero contado dentro 5° día hábil siguiente remate. Interesados deberán rendir caución equivalente 10% mínimo fijado, mediante vale vista a orden Tribunal. Bases y antecedentes Secretaría Tribunal. La Secretaria. (24276)



Indicadores

UTM - UTA - IPC

	UTM (1)	UTA (2)	Índice de Precios al Consumidor (IPC)	Variación Porcentual		
				Valor en puntos (6)	Mensual (3)	Acumulado 2015 (4)
2015						
Noviembre	44.776	537.312	110,86	0,0	4,4	3,9
Diciembre	44.955	539.460	110,87	0,0	4,4	4,4
2016						
Enero	44.955	539.460	111,39	0,5	0,5	4,8
Febrero	44.955	539.460	111,70	0,3	0,7	4,7
Marzo	45.180	542.160	112,13	0,4	1,1	4,5
Abril	45.316	543.792	112,49	0,3	1,5	4,2
Mayo	45.497	545.964	112,75	0,2	1,7	4,2
Junio	45.633	547.596	113,25	0,4	2,1	4,2
Julio	45.724	548.688	113,53	0,2	2,4	4,0
Agosto	45.907	550.884	113,58	0,0	2,4	3,4
Septiembre	45.999	551.988	113,86	0,2	2,7	3,1
Octubre	45.999	551.988	114,05	0,2	2,9	2,8
Noviembre	46.091	553.092				
Diciembre	46.183	554.196				

- (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 2015: Corresponde a la acumulada a la fecha respecto del mes de Diciembre del año anterior.
- (5) Variación Últimos 12 meses: Corresponde a la variación de los últimos doce meses.



U.F. - I.V.P.

Los siguientes valores de la Unidad de Fomento (U.F.) y del Índice de Valor Promedio (I.V.P.) desde el 1 de Noviembre de 2016 hasta el 9 de Diciembre de 2016, de acuerdo a tabla proporcionada por el Banco Central.

FECHA	U.F.	I.V.P.
NOVIEMBRE 2016		
01-11-2016	26.263,20	27.309,96
02-11-2016	26.264,90	27.312,25
03-11-2016	26.266,59	27.314,53
04-11-2016	26.268,28	27.316,82
05-11-2016	26.269,98	27.319,10
06-11-2016	26.271,67	27.321,39
07-11-2016	26.273,36	27.323,67
08-11-2016	26.275,06	27.325,96
09-11-2016	26.276,75	27.328,25
10-11-2016	26.278,50	27.330,30
11-11-2016	26.280,25	27.332,34
12-11-2016	26.282,00	27.334,39
13-11-2016	26.283,75	27.336,43
14-11-2016	26.285,50	27.338,48
15-11-2016	26.287,25	27.340,53
16-11-2016	26.289,00	27.342,57
17-11-2016	26.290,75	27.344,62
18-11-2016	26.292,51	27.346,67
19-11-2016	26.294,26	27.348,71
20-11-2016	26.296,01	27.350,76
21-11-2016	26.297,76	27.352,81
22-11-2016	26.299,51	27.354,86
23-11-2016	26.301,26	27.356,90
24-11-2016	26.303,01	27.358,95
25-11-2016	26.304,77	27.361,00
26-11-2016	26.306,52	27.363,05
27-11-2016	26.308,27	27.365,09
28-11-2016	26.310,02	27.367,14
29-11-2016	26.311,77	27.369,19
30-11-2016	26.313,53	27.371,24

DICIEMBRE 2016

01-12-2016	26.315,28	27.373,29
02-12-2016	26.317,03	27.375,34
03-12-2016	26.318,78	27.377,39
04-12-2016	26.320,54	27.379,44
05-12-2016	26.322,29	27.381,49
06-12-2016	26.324,04	27.383,54
07-12-2016	26.325,80	27.385,59
08-12-2016	26.327,55	27.387,64
09-12-2016	26.329,30	27.389,69

MONEDA

Dólar Observado	677,56	Pesos
Euro	715,33	Pesos
Índice de Tipo de Cambio Multilateral	107,40	Índice

AHORA PUBLICAR TUS AVISOS LEGALES ES MÁS FACIL

Ingresar a nuestro sitio web

www.latribuna.cl

y publica desde la comodidad de tu casa u oficina.

Aquí se paga hoy!



Paga online. Para consultas llama al 2311040

Remates

Citaciones

Documentos

Extractos judiciales



“CUENTOS MÁGICOS PARA NIÑOS MÁGICOS”

En escuela especial La Esperanza lanzan libro de cuentos

Con el objetivo de fomentar la lectura como instrumento indispensable en el desarrollo integral de niños y niñas, la semana pasada, en la escuela especial La Esperanza de Los Ángeles, se llevó a cabo el lanzamiento del libro “Cuentos mágicos para niños mágicos”, de Ivonne Navarrete.

El libro consiste en un compilado de 23 cuentos para niños que los invitan a imaginar y sentir la magia de la vida. Durante la ceremonia algunos de los estudiantes de la escuela efectuaron una lectura de fragmentos de una de estas historias.

Además, en la ocasión la directora del establecimien-

to educacional, Bernarda López, destacó la importancia que tiene este tipo de actividades para ellos, con el objetivo de acercarse a la lectura de una manera distinta, donde para los alumnos de la escuela les resulta mayormente complejo.

“Este libro nos invita a pensar en la magia que tienen nuestros alumnos y en la magia que generan en sus relaciones con los otros”, sostuvo.

Es así como la autora lajina, cultora de simple escritura ha tomado vivencias, mitos y magia tanto de la realidad de la vida cotidiana como de la fantasía, para llevarlas a estos relatos.



DEPORTES



CRISTIAN OJEDA Y ALESSANDRO PAVEZ disputarán el nacional de pista entre el 8 y 12 de diciembre.

EN ILOCA

Team El Constructor consigue tres pódium en competencia nacional de XCM

Tomás Vargas, Nicolás Reyes y Cristian Ojeda son los deportistas que lograron estar entre los mejores del país -en sus categorías- de esta disciplina de montaña.

Durante el último tiempo, ha sido el Team Constructor el equipo de ciclismo que ha sacado la cara por esta disciplina en Los Ángeles, de hecho, han sido ellos mismos que con humildad y esfuerzo dan a conocer estos logros deportivos, que enorgullecen a toda la provincia biobense.

Cristian Ojeda, Nicolás Reyes y Tomás Vargas son integrantes de este team, y que obtuvieron pódium, el cual los dejó muy conformes por lo realizado.

“Fue una competencia de la modalidad de XCM en Iloca. Fueron 97 kilómetros de ripio, una altimetría muy dura, con un desnivel acumulado de 3 mil metros, al que llegaron 200 deportistas de todo Chile, los mejores. En el cual obtuvimos muy buenos resultados, ya que Nicolás

Reyes obtuvo el segundo lugar en categoría sub 23 y quinto en la general, Tomás Vargas salió tercero en la categoría amateur, y yo primero en amateur, y octavo en la general”, comentó Ojeda.

Además, añadió que “estoy muy contento por lo logrado, y ahora a seguir trabajando para las próximas Copa Chile, el otro nacional que viene, así que bien por lo alcanzado este fin de semana”.

Para Reyes, también ha sido positivo, de hecho, destacó las claves del éxito, señalando que “fueron horas de entrenamiento, una preparación de meses, y se cumplió con el objetivo de acuerdo a lo entrenado. Gracias al apoyo de Cristian, nuestro entrenador, que nos planifica todo, incluso el descanso. Esa fue la clave para obtener estos resultados

en el nacional, ya que llegaron los mejores a demostrar el potencial que tienen”.

En el caso particular de Tomás Vargas, esta competencia tuvo varios aspectos ‘duros’, y que los destacó en base a la altimetría.

“Eran muchas subidas, todos los deportistas iban cansados. Dentro de la carrera te ganabas al lado de un ciclista todo agitado. El nivel era muy alto, todos muy bien preparados, y todos lo hacen para llegar con las mejores piernas a esta carrera. Estamos contentos con los resultados, tenemos medallas nacionales que es lo que queríamos. Disfrutamos la carrera, en un lugar súper bonito, a la orilla de la costa. Estamos bien por el trabajo, disfruto por nuestro trabajo, la hora, entrenamiento, los sacrificios, dan resultado, así que más motivado aún para seguir sacando la cara por Los Ángeles. Agradecer al equipo Team Constructor, porque quizá sin su apoyo no habría sido igual, porque los auspicios dentro del deporte son escasos, creyeron en nuestras pier-

nas”, sostuvo.

Hasta el momento estos son los mejores resultados que la rama de ciclismo ha obtenido en Los Ángeles, de todos modos, fueron varios deportistas, entre los que destacan Juan Pablo Medina, campeón de Chile en categoría junior, y su hermano Joaquín salió cuarto.

LO ÚLTIMO Y BALANCE

Cristian Ojeda, el líder del equipo, en cuanto a lo que resta de 2016 para el ciclismo de montaña, indicó que Iloca fue el término, pero también señaló que “lo último sería el nacional de pista, donde el team constructor igual irá con representantes, que serán dos, quien habla y Alessandro Pavez”.

Vargas, efectuó un balance respecto de esta disciplina, que tiene a todos muy contentos por los interesantes logros alcanzados durante el domingo recién pasado.

“La verdad es que al ser mi primer año en bicicleta fuerte, donde me dediqué a correr, a entrenar,

los resultados se fueron dando de a poco, pero con buen nivel. Entonces, estoy muy contento, mi primer año y teniendo una medalla nacional, estoy muy orgulloso, de mí, mi equipo, de mi entrenador. Me da más motivación para seguir entrenando, disfrutando del deporte”, manifestó.

De todos modos, hay opciones de seguir disfrutando de buenos resultados en el ciclismo, ya que al nivel en que ellos corren pueden pedalear -sin mayor problema- hasta los 42 años, y si fuese por algún club, pagado y compitiendo en el alto nivel (también lo hacen), sería entre los 37 y 38 años.

Por cuanto, Cristian Ojeda tiene 24 años, Nicolás Reyes 22 y Tomás Vargas 23, por lo que quedan entre 15 y 20 años más de triunfos. Por otro lado, los hermanos Medina, son más jóvenes, con 15 y 17 años, por lo que tienen una proyección mucho más alta, ya que mientras menos edad tienen posibilidades de aprender más, con una alta capacidad de recuperación, y una mayor dedicación a practicar esta disciplina.

CLUB OLD MIX

Efectúan quinta versión del festival de hockey angelino



HOCKEY saca cuentas alegres de la competencia en Los Ángeles.

Un año más, esta iniciativa se hizo presente gracias a la organización del colegio Alemán, desde categorías de segundo a cuarto medio participaron del evento deportivo.

Ya son cinco años en que el gran evento de hockey angelino se lleva realizando en nuestra ciudad, con el principal objetivo de poder reunir a la mayor cantidad de equipos provenientes de colegio y clubes de la comuna, además de tener como invitados en esta oportunidad -por segundo año consecutivo- al colegio Saint Joan de Santa Juana, quienes tuvieron una notable participación este año, al igual que Saint George School, colegio Alemán Los Ángeles, Manuel Blanco Encalada, Club de Hockey Old Mix, colegio Camilo Henríquez y San Gabriel.

En esta oportunidad no pudieron asistir tres colegios de la ciudad por razones personales en cada uno, por lo que esperan poder contar con la totalidad de los equipos el próximo año y la idea siempre es seguir sumando más, por lo que desde ya dejaron invitados a todos aquellos que quieran iniciar esta disciplina, que se atrevan a integrarla en sus colegios para poder seguir masificando este hermoso deporte, que año a año toma más fuerza en nuestra ciudad.

La instancia del festival de hockey permitió reunirnos

como cierre de año en conjunto a todas las categorías, tanto de damas como de varones para compartir un día lleno de realidad de juego, recreación y aprendizaje, además esta tradicional actividad ha permitido crear nuevos lazos de amistad, y mejorar sobre todas las cosas el desarrollo local del hockey.

Esta competencia es de suma importancia cada año, ya que refleja un poco el trabajo y trayectoria de lo que es el hockey en nuestra ciudad, es un evento en el cual se puede reunir a la familia del hockey angelino, también crear nuevos lazos de amistad con el fin de seguir formulando actividades en conjunto.

“En general creo que esto año a año ha tomado más forma y fuerza. Partimos hace varios años atrás con ganas de hacer algo nuevo, lo que hoy se ha transformado en una linda historia que no queremos dejar de escribir, y seguir trabajando para seguir generando nuevos logros, actividades y un mejor desarrollo de esta disciplina”, dijo su entrenador, Víctor Castillo.

En esta actividad siempre premia a todos los equipos y jugadores que asisten con el fin de destacar, motivar y sobre todo incentivar a que

sigan practicando hockey, junto con transmitir un mensaje de constancia sobre lo que están haciendo por medio de este evento, que es el reflejo de que se está activo al 100%.

“Este año fue organizado por primera vez en el colegio Alemán -en sus instalaciones- la quinta versión del festival, asimismo los jugadores en esta oportunidad vistieron para su juego disfraces, destacando su creatividad en su confección. La idea de que estos jueguen disfrazados por equipo es poder darle ese sentido de carnaval, de ver a nuestros niños disfrutar y reír en una faceta más recreativa que competitiva, lo que se logró al 100%, ya que todos los equipos cumplieron con la propuesta del disfraz”, manifestó.

Finalmente, destacó sus agradecimientos a la gestión de parte del colegio Alemán y sus apoderados, también al gran apoyo en esta actividad, a los colegas y sus respectivos colegios -representados por los alumnos-, a la gran colaboración de árbitros que es un trabajo notable de quienes lo realizan, y a todos aquellos que siempre están colaborando de forma incondicional -hace muchos años- este deporte desde cuando iniciamos.

PERSONAS EN SITUACIÓN DE DISCAPACIDAD

Agrupación Renaciendo por un sueño obtiene el primer lugar en Boccias

Richard Vidal fue el encargado de informar a La Tribuna del exitoso momento que vive su equipo, sobre todo por lo realizado en la región Metropolitana.

Richard Eladio Vidal Cabezas, representante de la agrupación deportiva para personas en situación de discapacidad “Renaciendo por un Sueño”. Fueron a un campeonato el día viernes por la noche, y regresaron el sábado en la tarde. El torneo se llevó a cabo en la región Metropolitana, en el gimnasio municipal de Las Condes.

Fueron a Santiago un total de 5 personas, ya que algunos otros presentaron dificultades personales que les impidieron viajar, por tanto, en Santiago les tuvieron que prestar un jugador. Con ello, lograron armar dos equipos.

“Eran más de 12 equipos que participaron. Nosotros no sabía-

mos muy bien con qué nos íbamos a encontrar, porque era nuestro primer torneo oficial. Nos sorprendió un poco, pensamos que estaríamos menos preparados, no seríamos tan buena competencia, pero la verdad es que se nos dio bien, estuvimos bien acoplados como equipo, y demostramos que con mucho esfuerzo y pocos recursos se pueden lograr muchas cosas. Nosotros tenemos buen nivel, y los otros equipos plantearon duelos exigentes, aunque supimos estar a la altura”, sostuvo.

El viaje para este torneo costó cerca de \$122 mil pesos, porque uno de los integrantes de la agrupación ofreció su vehículo recién comprado, con el cual pudieron viajar.



PARA CONTACTARSE con ellos, y poder ayudarlos, pueden hacerlo por whatsapp al +56990165322, y hablar con Richard Vidal.

Ellos aceptaron, ya que Las Condes queda lejos del centro de Santiago, lo que hacía difícil su traslado. Con esto, el vehículo fue de gran ayuda, ya que pudieron llegar -sin grandes complicaciones- hasta la puerta del gimnasio.

Lo que viene para la agrupación, según su representante, “quedamos con pocos recursos para poder volver a participar en un campeonato, que será el último de este año, también en Santiago, pero en la comuna de

San Miguel. Nosotros con el equipo estamos viendo la posibilidad de si vamos, lo haríamos en bus desde el terminal. Ahora iremos al terminal a ver el precio de los boletos”.

En cuanto al torneo en Las Condes, en categoría de equipos libres obtuvieron el primer y segundo lugar, así que obtuvieron medallas de bronce -simbolizando la medalla de oro- y la medalla de plata.

Era el 21 torneo de Boccia para-límpica, que era organizado por la

carrera de Terapia Ocupacional de la Universidad Autónoma de Chile.

Finalmente, quiso agradecer a Álvaro García, de la oficina de Deportes; Patricia Morales y Christian Villablanca, y al Diario La Tribuna, por hacer pública su necesidad antes del viaje, por apoyar, y para que la comunidad pueda ver la necesidad. En el mes de enero de 2017 harán otra rifa, para estar más preparados para el torneo que tendrán el próximo año.

RESULTADOS VISIBLES

Conozca estos cinco eficaces ejercicios para perder grasa abdominal

Es muy importante que seamos constantes con estos ejercicios, y que los complementemos con una dieta sana y equilibrada para obtener resultados visibles en menos tiempo.

Una de las partes del cuerpo más tediosas de adelgazar y tonificar es la zona abdominal. Por desgracia, esta también es el área en la que más se nota el exceso de peso y donde tiende a acumularse más grasa como producto de una mala alimentación y otros descuidos.

¿Será que es posible deshacerse de los rollitos en el abdomen sin salir de casa? La respuesta es un sí, siempre y cuando te lo propongas y estés dispuesta a asumir un reto constante.

La manera más eficaz de eliminar la grasa del vientre o de cualquier otra área del cuerpo es mediante la práctica de ejercicios. En este sentido, la mayoría de personas prefieren asistir a los gimnasios, ya que las máquinas potencian los trabajos y ayudan a lograr óptimos resultados.

Sin embargo, quienes no tienen tiempo o dinero para ir a uno, pueden dejar ahora mismo las excusas porque también hay formas eficaces de reducir esa panza sin tener que salir de casa.

Hoy vamos a compartir los 5 ejercicios más recomendados

para trabajar el área abdominal, a la vez que reducimos el peso y tonificamos para moldear la figura.

ABDOMINALES TUMBADOS EN EL SUELO

Los ejercicios abdominales son los más recomendados para reducir la cintura, tonificar el vientre y deshacerse de la grasa localizada en esta área del cuerpo.

Existen diferentes formas de realizarlos, pero a continuación vamos a compartir una variedad que es muy fácil de practicar dentro de la casa.

Sobre una colchoneta o tapete para ejercicios, acuéstate boca arriba, con las piernas flexionadas y los pies apoyados del suelo.

Ahora, con las manos por detrás de la cabeza, eleva un poco el tronco mediante la acción abdominal, manteniendo la columna recta y sin doblar el cuello para evitar lesiones. Realizar 3 series de 10 a 20 repeticiones.

Si quieres aumentar la intensidad, haz el mismo movimiento pero con las piernas un

poco levantadas del suelo.

PLANCHA

La postura en plancha, o también conocida como plank, es un ejercicio que se está haciendo muy popular porque está demostrado que en tan solo unos segundos puede trabajar todo el cuerpo.

Como la idea es realizarlo para perder barriga, es muy importante que al hacerlo mantengas el abdomen contraído.

¿Cómo hacerlo?

Sobre una colchoneta para ejercicios, apóyate boca abajo sobre los antebrazos y las puntas de los pies. Asegúrate de que los codos queden justo por debajo de los hombros y la espalda bien erguida.

Trata de mantener el equilibrio por lo menos 20 segundos y realiza 5 series. Cuando ya tengas más nivel puedes llegar a aguantar hasta 1 minuto.

PATADAS DE RANA

Con este simple ejercicio se trabaja la parte media y superior del abdomen que son áreas más difíciles de tonificar.

Apóyate con los glúteos y las manos en una superficie firme, y coloca las piernas levantadas en el aire con las rodillas un poco flexionadas.

Ahora, mueve las piernas hacia atrás y hacia adelante, al mismo tiempo que haces un movimiento con el pecho para



SIGUE ESTOS CONSEJOS, y podrás ver resultados. Para lograr el objetivo requiere sacrificio.

que ambas zonas se encuentren.

El punto de unión será la pared abdominal donde se podrá sentir toda la tensión del ejercicio. Realiza de 10 a 20 repeticiones.

ELEVACIÓN DE PIERNAS

El truco para que este ejercicio trabaje el vientre es mantenerlo contraído mientras se elevan las piernas.

Acuéstate boca arriba, con los brazos en la zona lumbar y las piernas bien estiradas.

Manteniendo las piernas juntas, empieza a elevarlas hacia arriba, como si un hilo estuviese tirando de ellas para llevarlas hacia el techo.

Trata de mantener las piernas elevadas unos segundos sin perder la postura del resto del cuerpo y bájalas lentamente hasta la posición inicial.

ESTIRAMIENTOS ABDOMINALES

Para terminar con esta rutina de abdominales es bueno hacer estiramientos, enfocados también en esta área.

Su función es la de tonificar, pero también sirve para recuperar el cuerpo después de haber realizado ejercicios de mayor intensidad. Por ello lo ideal es dejarlo para el final. Acuéstate boca abajo con

todo el cuerpo estirado y las manos apoyadas en el suelo.

Ahora, levanta los brazos, de modo que la parte delantera del cuerpo se eleve hacia atrás con el abdomen contraído.

DATOS ADICIONALES

Abrir y cerrar piernas con salto: Colócate de pie con las piernas juntas y los brazos pegados al cuerpo. De un salto abre tus piernas hasta la altura de tus hombros, al mismo tiempo que pones los brazos en cruz. Vuelve a la posición inicial y repite con un ritmo constante.

Giro de cadera y tocar suelo: Haz rotaciones de

tronco, manteniendo los pies inmóviles y las piernas flexionadas, intercalando los giros con el tronco hacia adelante para tocar el suelo con la punta de los dedos. Los movimientos deben ser suaves.

Paso lateral y tocar suelo: Ponte de pie, da un paso hacia un lado y agáchate a tocar el suelo. Vuelve a ponerte de pie y repite lo mismo hacia el otro lado.

Paso talón: Da un paso hacia tu derecha al mismo tiempo que cruzas los brazos por delante de la cara. Después levanta tu talón el talón izquierdo todo lo que puedas, mientras llevas las manos hacia tu cintura. Repite hacia los 2 lados.



HORARIO
Gimnasio Golden GIM

Aeróbica-Step
Lunes a viernes 19:00 a 20:00 hrs.

Zumba-Baile entretenido
Lunes a viernes 20:00 a 21:00 hrs.
(\$1.000 valor hora)

Gimnasia reductiva
Martes a jueves 20:00 a 21:00 hrs.

Gimnasia bajo impacto
Lunes, miércoles
y viernes 8:30 a 9:30 hrs.

Personal trainer- gimnasia localizada.
Sala de musculación-bicicletas spinning a disposición de los alumnos desde las 7:00 hasta las 21:30 horas lunes a viernes.
Convenios con empresas e instituciones de educación.

Lord Cochrane 581 Los Ángeles
Fono: 90034382



Guía Profesional

**PARA QUE TODOS TE VEAN,
PUBLICA CON LA TRIBUNA**

Más información en:
Colo Colo 464 Los Ángeles
Teléfono 43 2311040

DIARIO
La Tribuna
LOS ANGELES

CLÍNICA MÁS VISIÓN

DR. RODRIGO NEIRA NAVARRO
Oftalmólogo
Consultas Médicas
Urgencias Médicas
Cirugías Cataratas
Cirugía para dejar los lentes
Blefaroplastia- Queratocono
Glaucoma - Transplante de Córnea
Retinopatía diabética
Equipos de última tecnología
Fonasa- Isapres- Particular
San Martín 1159, Concepción
Fonos: 41 2241002 - 41 2247486

PSICÓLOGA

MARCELA TRONCOSO ESCOBAR
Psicóloga Clínica,
Psicóloga Jurídica,
Terapeuta familiar
y de pareja

Consulta
Gabriela Mistral Nº79
Fono: 43-2230298

PROFESORA

PROFESORA PEDAGOGÍA EDUCACIÓN BÁSICA

Con especialización en primer ciclo,
con Post Grado y actualmente cursando
Magister, con 10 años de experiencia, busca
empleo dentro de la ciudad de Los Ángeles.

Interesados contactar al correo
profesoranolfasalas@gmail.com

+569 829 353 55
WhatsApp



San Cristóbal
97.5 fm

La Tribuna

Obituario

Expresión de gracias

Geraldo Enrique y Jorge Luis Pinilla Uribe agradecen a todas las personas, amigos y vecinos que con tanto cariño, oraciones, pésames, flores y coronas de caridad, nos acompañaron y compartieron con nosotros el dolor de la partida de nuestra querida madre, señora:

MARÍA ZUNILDA URIBE SOTO

(Q.E.P.D.)

Sus restos fueron sepultados el día 21 de noviembre en la ciudad de Osorno.

Nuestro especial agradecimiento a: Socias del Rosario de Pompella del Perpetuo Socorro, Grupo Adulto Mayor Parroquia Sagrada Familia, Grupo Jesús de la Misericordia Parroquia Santa María, Grupo del Rosario de la Misericordia, Cpech - Los Angeles e Inacap - Los Angeles

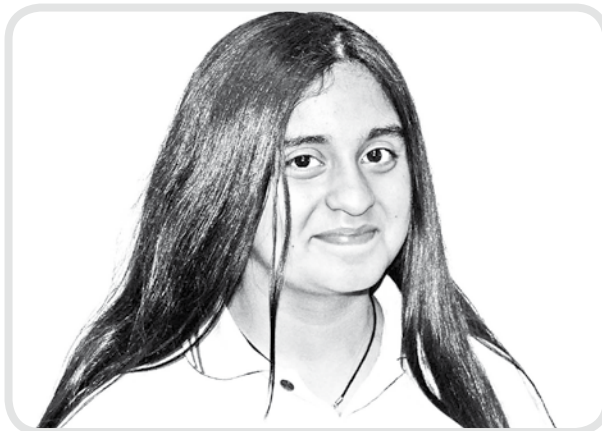
Los Ángeles, 29 de noviembre de 2016.

Foto del día

Fotografía: Sebastian Ortiz Valenzuela.
Skaterapia (Andrés Zurita Hernández).



CANDIDATOS A REYES



Mariana Alejandra Hope Mella, de 13 años, cursa el 7º año C de la Escuela General José de San Martín, que cumple pronto 111 años de vida educando niñas angelinas, representa a la alianza Diosas de Grecia. Ellas tienen su velada de coronación el 13 de diciembre en el mismo colegio.



Sofía Acuña Inostroza, 7 años, cursa el 1ºA de enseñanza básica en la Escuela D-926 General José de San Martín, Los Ángeles. Representa a la alianza Arabia como candidata a Reina.

Santoral

Hoy: Saturnino

Fases de la Luna



MENGUANTE
21 de noviembre



NUEVA
29 de noviembre



CRECIENTE
7 de noviembre



LLENA
14 de noviembre

Sudoku solución 28 noviembre

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

Sudoku

Dificultad: Normal

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

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.

CORPORACIÓN DE MONUMENTOS HISTÓRICOS

Día del Patrimonio Cultural para niños y niñas

La actividad ofreció una oportunidad didáctica de conocer la historia de la ciudad, gracias a personajes históricos interpretados por actores.

Con la participación de niños y niñas, las familias angelinas pudieron disfrutar de una tarde de actividades que los invitaron a reencontrarse con la historia y el patrimonio local en la Celebración del "Día del Patrimonio Cultural Para Niños y Niñas".

Esta iniciativa, organizada por la Corporación de Monumentos Históricos Nacionales de Los Ángeles, fue convocada por el Consejo de Monumentos Nacionales de Chile junto al Consejo Nacional de la Infancia y la UNESCO, y surge en el marco del Día Universal del Niño, para celebrarse el pasado domingo 27 de noviembre 2016, con el objetivo de descubrir, valorar, apreciar y rescatar el patrimonio de la comuna y de las tradiciones culturales de Chile.

La Corporación de Monumentos Históricos Nacionales de Los Ángeles, es una institución sin fines de lucro, que tiene como objetivos la preser-

vación del patrimonio artístico, cultural, arquitectónico e histórico, tanto, de la Comuna de Los Ángeles como de la Provincia del Bío Bío. Además de impulsar todos los valores relacionados con las artes en general y acercar hacia la comunidad y la familia, la historia y tradiciones culturales del país.

En esta oportunidad, las familias angelinas se reunieron desde las 10:30 horas en Plaza de Armas, para realizar un Tour Patrimonial enfocado en los más pequeños, donde descubrieron parte de la historia fundacional de la ciudad. Además se sorprendieron con la presencia de Bernardo O'Higgins, interpretado por un actor, quien interactuó con los niños y relató los sucesos más importantes de su paso por Los Ángeles. Así como también, los asistentes pudieron disfrutar con la presentación de las Cuatro Estaciones, esculturas de Plaza de Armas, y que invitaron a los niños a cuidar parte del patrimonio



artístico de la comuna.

Luego las familias fueron guiadas hasta el edificio del Ex Internado del Liceo de Hombres, en donde en dependencias de la Corporación Cultural Municipal de Los Ángeles, pudieron realizar diferentes actividades que los acercaron a las tradiciones locales, entre las actividades realizadas estuvieron: charla educativa sobre patrimonio y cultura, exposición de trabajo pictórico "Mural de O'Higgins de Don Juan Eduar-

do Castiglione, exposición de la Técnica de Orfebrería Tradicional realizada por la orfebre Lucy Leiva, muestra de Medicina Ancestral por la agrupación "Mujeres del Rüpü (sendero)", entidad dedicada a la recopilación de las tradiciones ancestrales, exposición de fotografías históricas, entre otras.

Además los niños participaron en el concurso de dibujo "Pintando el Patrimonio" y grandes y chicos se divertieron en la zona de juegos tradiciona-

les, así como también pudieron fotografiarse con la representación de personajes históricos.

Maureen Zbinden, miembro de la Corporación de Monumentos Históricos Nacionales de Chile y coordinadora del evento, se manifestó contenta con el resultado de la actividad y agradeció especialmente a quienes "se sumaron con un granito de arena para que esta actividad resultara en una hermosa jornada para grandes y chicos, a todas las instituciones auspiciantes

y voluntarios que colaboraron con el evento", y agregó, "como organizadores de esta celebración, quedamos felices y satisfechos con haber generado un espacio más para la cultura y la historia local, los niños son la semilla que hay que educar, proteger y guiar para que las futuras generaciones tengan arraigado un sentimiento de pertenencia a sus tradiciones y su propia historia, de esta forma construiremos una sociedad con identidad y cultura local", finalizó.

CONSEJO DE LA CULTURA

Lanzan texto que orienta la enseñanza de la alfarería en alumnos de segundo ciclo básico



Un texto diseñado y editado para facilitar actividades y ejercicios curriculares en las áreas de lenguaje, historia, geografía y ciencias sociales, específicamente en torno a la alfarería, es el que lanzó este lunes el Consejo Nacional de la Cultura y las Artes. Se trata del cuaderno pedagógico "Alfa-

rería, de la Tierra a la Mano", que busca involucrar a los docentes de quinto a octavo año básico de nuestro país en el conocimiento y enseñanza de manifestaciones del patrimonio cultural.

Para ello, la publicación dispone de una serie de recursos pedagógicos y herramientas didácticas que permi-

ten abordar esta temática con niños y niñas de segundo ciclo de educación básica. ¿Cómo? A través de los relatos de tres alfareras de diferentes zonas geográficas de nuestro país: Elena Tito (Tesoro Humano Vivo 2015), de Santiago del Río Grande, San Pedro de Atacama, Región de Antofagasta; Gabriela García, miembro de la Unión de Artesanos de Quinchamalí (Tesoro Humano Vivo 2014), Chillán, Región del Biobío; y Dominga Neculmán (Tesoro Humano Vivo 2011), alfarera mapuche de la comunidad Juan Mariqueo de Roble Huacho, Padre Las Casas, Región de la Araucanía.

"A través de este cuaderno podemos rescatar los importantes conocimientos y técnicas, además de la cosmovisión que envuelve la alfarería, gracias a los relatos de dos personas y la representante de una comunidad que han sido reconocidos como Tesoros

Humanos Vivos, contribuyendo así a entregar una nueva herramienta para que esta expresión sea abordada en los establecimientos educacionales de tal forma que se proyecte en los futuros cultores de la alfarería", expresó la directora del Consejo de la Cultura de la Región de Valparaíso, Nélida Pozo.

En sus páginas, la publicación cuenta anécdotas y experiencias de vida a partir de las que las culturas aportan algunos de sus conocimientos sobre alfarería, sobre las técnicas de su oficio y formas de transmisión, la relación con la naturaleza y el territorio.

La presentación, realizada en el Centro de Extensión del CNCA (Centex), en Valparaíso, contó con la presencia de 33 niños y niñas integrantes del Taller Alfareritos de la Escuela de Quinchamalí, en la comuna de Chillán, quienes además mos-

traron a los asistentes algunas de las piezas elaboradas en el taller e hicieron una demostración de la técnica que le ha valido el reconocimiento histórico a las artesanas y artesanos de la localidad a la que representan.

La actividad se enmarcó en la celebración del Día del Patrimonio para Niños y Niñas. Los cuadernos pedagógicos serán repartidos en establecimientos educacionales del país. Además, se podrá descargar su versión digital en <http://www.cultura.gob.cl/publicaciones/cuaderno-pedagogico-pci/>

El material se suma a los títulos "Los Jaivas y la música Latinoamericana", "El potencial educativo de la fotografía" y "Un viaje al cine de Raúl Ruiz", textos de la Colección Mediación elaborada por el Departamento de Educación y Formación en Artes y Cultura del CNCA.


Guía de Utilidad Pública

Teléfonos de Emergencia

Asistencia Pública (Urgencias)	43233600
Ambulancia (SAMU)	131
Cruz Roja	2314057
Hospital (Mesa central)	2336000
Clínica Los Andes	2210256
Clínica Adventista	2524300
Fonasa	2332113
Bomberos	132
Investigaciones	2312008
Carabineros	133
Carabineros (Fono Drogas)	135
Prefectura Bío Bío N° 20	243000
Tenencia Carreteras Bío Bío	2243042
1ra. Comisaría Los Ángeles	2242024
Subcomisaría Paillihue	2243051
Tenencia Centenario	2243047
Retén Cb. Iro. René Sepúlveda Parraguez	2243049
Retén El Álamo	2243058
Retén San Carlos	2243059
Retén Santa Fe	2243045
2da. Comisaría Mulchén	2243061
Retén Quilaco	2243080
Retén Rucalhue	2243082
Retén Loncopangue	2243081
3ra. Comisaría Nacimiento	2243084
Tenencia Negrete	2243103
4ta. Comisaría Santa Bárbara	2243106
Tenencia Antuco (F)	2243127
Tenencia Alto Bío Bío (F)	2243139
Retén Villucura	2243125
Retén Quilleco	2243129
Retén Canteras	2243137
Retén Tucapel	2243133
Retén Polcura	2243136
Retén Trupán	2243135
5ta. Comisaría Yumbel	2243142
Subcomisaría Cabrero	2243168
Subcomisaría Laja	2243178
Retén Monte Águila	2243176
Retén Salto del Laja	2243044
Retén Tomeco	2243175
Retén Río Claro	2243164
Retén San Rosendo	2243162
Retén Rere	2243165
Cementerio Parque del Sur	2315152
Cementerio Parque Santa María	2315152
CGE Distribución S.A.	600-7777777
Abastible	2313147
Enagas	2322498
Essbio	2321151
Fono Sida (N° nacional)	800-202120
Fono Sida (N° local)	2320099
Conaf	130
Incendios Forestales	2322126
Juzgado de Letras N° 1	2312439
Juzgado de Letras N° 2	2321666
Juzgado de Letras N° 3	2321116
SII	2218800
Asistencia a contribuyentes SII	2218813
Telefonograma	2324024
TAXIS	
Radio Taxi Santa María	2321380
Radio Taxi Beeper Andes	2324080
Radio Taxi 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)	2321270
Taxis Tucapel (Colón-Almagro)	2321489
Taxis Hospital (Avda. Ricardo Vicuña)	2318778
Taxis Andes	2314090

BIO PUZZLE

Germán Fuentes



Velerista Mexicana


Jade	Pájaro	Helio	Hielo Ingl.	Crias de León
Ética Ingl.				
Gesto				
Actinio		Cerio Inv.		
Nacio-nal		Trabajo		
Terceto			Cons.	
Gamma	Árbol	Cuba		
		Osos		
Corre Inv.			Cantina	
			Acusa	
Inválido				RHO
				Grande
Cólico		Luego		
		Acudia		
Asomo s/cons.		49	Rosa s/voc.	
		Aro	Novena	
1000	Llanura			Yaro
	Grasa			
Dativo		Roedora		
		Pierna Ingl.		
Egresas			Part.	Ere
			Art.	Neón
Número			Recto	
			Amperio	
Nombre fem.	Vocal			Prep.

Ferías

MARTES
Colo Colo con Av. Padre Hurtado

Farmacia de Turno

FARMACIA AHUMADA
Colón 309 - FONO, 2322365



Yolanda Sultana

Junio	A	Zapato	51	Cinco	Pala
Llanto	C	A	L	C	E
Ciudad	U	T	I	E	L
Nota	M	I	N	P	
Divina	U	C	A	S	E
Problema	L	E	R	A	J
Libra	L	E	R	A	J
Fabril	L	E	R	A	J
Noviembre	U	T	R	E	R
Perseida	I	R	A	N	I
Societar	S	A	T	R	A
Mila	A	R	R	A	R
Miro	V	E	O	I	N
Noviembre	I	R	M	A	O
Sigla	D	A	O	T	A
Cont. Foto	A	L	P	A	N

Horóscopo

- ♈ ARIES (21 DE MARZO AL 20 DE ABRIL)**
AMOR: Sea más romántico/a en su relación, haga sentir especial a su pareja y esta le retribuirá sus acciones. SALUD: Debe poner más cuidado. Controle un poco sus malas costumbres. DINERO: Haga nuevos planes junto a su familia. Le funcionará. COLOR: Lila. NÚMERO: 5.
- ♉ TAURO (21 DE ABRIL AL 20 DE MAYO)**
AMOR: Los triángulos sentimentales son un grave problema. Trate de evitarlos. SALUD: Tenga mucho cuidado con sus oídos y su cabeza, habrá alguna molestia. DINERO: No haga apuestas, ya que perderá todo lo que juegue. Ordene un poco sus cuentas. COLOR: Marengo. NÚMERO: 32.
- ♊ GEMINIS (21 DE MAYO AL 21 DE JUNIO)**
AMOR: Cuidado con arruinar el buen momento por el que pasa su relación, sea prudente. SALUD: Todo nace en su cabeza. Si está relajado su salud estará mejor cada día. DINERO: Va a tener un viaje que le transformará su vida. Haga lo que tiene que hacer. COLOR: Burdeos. NÚMERO: 1.
- ♋ CÁNCER (22 DE JUNIO AL 22 DE JULIO)**
AMOR: El amor llega cuando usted menos lo espera y con la persona que menos se imagina. Espere. SALUD: Aun le pueden afectar infecciones respiratorias, cuidado. DINERO: Cuide sus ahorros, ya que se aproximan importantes gastos de índole familiar. COLOR: Celeste. NÚMERO: 10.
- ♌ LEO (23 DE JULIO AL 22 DE AGOSTO)**
AMOR: Debe dejar atrás a esas personas, sólo le ha traído desdicha a su vida. Usted merece alguien mejor y que de todo por usted. SALUD: Debe consultar a un médico por sus molestias. DINERO: Debe pensar dos veces las cosas, no se confíe al hacer negocios. COLOR: Fucsia. NÚMERO: 8.
- ♍ VIRGO (23 DE AGOSTO AL 22 DE SEPTIEMBRE)**
AMOR: A veces es necesario dejar un poco de lado otros asuntos para preocuparnos más por nuestra pareja. SALUD: Cuidado con los accidentes de autos, maneje con precaución. DINERO: Deje pasar el tiempo y su dinero irá aumentando poco a poco. COLOR: Azul. NÚMERO: 9.
- ♎ LIBRA (23 DE SEPTIEMBRE AL 22 DE OCTUBRE)**
AMOR: Es momento de tomar el toro por los cuernos y hacer las cosas por usted. SALUD: Debe hacer más ejercicios. Deje de comer masas y alimentos ricos pero dañinos. DINERO: No se desespere, ya encontrará ese trabajo que tanto ha buscado. COLOR: Púrpura. NÚMERO: 21.
- ♏ ESCORPIÓN (23 DE OCTUBRE AL 22 DE NOVIEMBRE)**
AMOR: En este momento no sabe lo que realmente quiere, está confundido/a. Debe aclarar sus sentimientos ya que está haciendo sufrir a otras personas. SALUD: Debe descansar para tener las pilas recargadas. DINERO: Cuida tu dinero estos últimos días de noviembre. COLOR: Blanco. NÚMERO: 23.
- ♐ SAGITARIO (23 DE NOVIEMBRE AL 20 DE DICIEMBRE)**
AMOR: Tanta desconfianza sin motivos generará un daño irreparable a su relación de pareja. SALUD: Está a punto de caer en una depresión. Viva la vida, disfrute cada momento. DINERO: Todo lo que ha planificado le va a funcionar. No se rinda. COLOR: Plomo. NÚMERO: 4.
- ♑ CAPRICORNIO (21 DE DICIEMBRE AL 20 DE ENERO)**
AMOR: Hoy es un día perfecto para iniciar un romance. Prepárese, ya que no se arrepentirá. SALUD: No termine con el ánimo por el suelo estos días que quedan de noviembre. DINERO: Tendrá algún trabajo extra que le ayudará mucho. COLOR: Negro. NÚMERO: 19.
- ♒ ACUARIO (21 DE ENERO AL 19 DE FEBRERO)**
AMOR: Sea fiel a esa relación. No caiga en tentaciones que después lo/a harán arrepentirse. SALUD: Debe llevar una vida más entretenida y así no tendrá tantos enredos como ahora. DINERO: Gaste su dinero de la mejor forma posible. COLOR: Anaranjado. NÚMERO: 12.
- ♓ PISCIS (20 DE FEBRERO AL 20 DE MARZO)**
AMOR: Sea realista ya que vivir de ilusiones, caprichos y expectativas sin base, no lo/a llevarán a ningún lado. SALUD: Debe poner atención a las molestias que siente. DINERO: Tendrá un cambio de trabajo que le cambiará su bienestar económico. COLOR: Celeste. NÚMERO: 7.

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



EL ABRAZO DE CHILE

2 Y 3 DE DICIEMBRE

Teletón

La Tribuna
Los Ángeles

Cuando se rehabilita un niño, nos rehabilitamos todos.