LUNES 26 DE FEBRERO DE 2018 - PROVINCIA DE BÍO BÍO, CHILE

AÑO LX, N° 17.932

60 ANIVERSARIO 1958 - 2018

La Tribuna

EL DIARIO DE LA PROVINCIA DE BÍO BÍO

Fundado el 27 de junio de 1958

www.latribuna.cl

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

COMUNAS, 5

En Charrúa reciben 427 millones para mejoramiento urbano

La localidad ubicada en Cabrero podrá pavimentar sus dos calles principales.

POLICIAL, 8

Empresario ofrece un millón de pesos por datos de maquinaria robada

Constructora afectada realiza mejoramiento de espacio público en Nacimiento.

Forenses de Santiago analizarán cráneos hallados en Los Ángeles

Profesionales del Servicio Médico Legal de la región Metropolitana retirarán los restos encontrados en el ex Internado del Liceo de Hombres de la capital provincial.

Mientras, Carabineros está a cargo de la custodia del sitio donde fueron descubiertas las osamentas humanas, en plena faena de construcción de un centro cultural.

POLICIAL, 8

DESTACADAS

DEPORTES, 19

Core Stretch: el entrenamiento que llegó para quedarse

El nuevo estilo de ejercicio que irrumpió en Los Ángeles mejora la agilidad, resistencia y flexibilidad.

ECONOMÍA, 11

Alternativas para elegir su Crédito Hipotecario

En Chile existe un alza en la demanda de este beneficio crucial para el sueño de la casa propia.

7 804664 130003 >

DESARROLLO, 6

Quinta Newka: un emprendimiento que ha viajado en el tiempo

El popular restobar angelino es considerado un 'bastión cultural' por algunos artistas de la ciudad

POLÍTICA, 4

Candidata reconoció contactos para ocupar cargo de gobernadora

Teresa Browne: "Recibí un llamado para saber si estaba disponible y yo acepté"

HOY
Máxima 29°
MÍN 14°

MAÑANA
Máxima 28°
MÍN 14°

Más de la mitad de los estudiantes con gratuidad en la región provienen de la Educación Pública

Mónica Colin Aravena, Jefa Provincial de Educación Biobío.

Durante la semana recién pasada conocimos a través del Ministerio de Educación, la asignación de gratuidad, becas y del crédito del Fondo Solidario 2018, lo que arrojó resultados que nos llenan de alegría y orgullo, al ver cómo se va haciendo realidad el compromiso de la Presidenta Michelle Bachelet, de permitir que más estudiantes y sus familias puedan acceder a estudios superiores de forma gratuita.

Son más de 97.400 los estudiantes, que accedieron a Gratuidad, por lo que podrán cursar o continuar su carrera en la Educación Superior sin tener que pagar ni matrícula ni arancel. A quienes se suman las 52.860 becas de arancel y 4.340 créditos del Fondo Solidario.

Son más de 97.400 los estudiantes, que accedieron a Gratuidad, por lo que podrán cursar o continuar su carrera en la Educación Superior sin tener que pagar ni matrícula ni arancel. A quienes se suman las 52.860 becas de arancel y 4.340 créditos del Fondo Solidario.

Cifras que en la región del Biobío, superan los 12 mil estudiantes con gratuidad, de los cuales más de la mitad corresponde a establecimientos municipales (54%), llegando así plenamente a los sectores que históricamente más complicado han visto su ingreso a la educación superior o bien obligados a endeudarse para acceder a ésta.

Otras cifras que nos llenan de orgullo son las referentes a la cantidad de mujeres que fueron asignadas con gratuidad, las que superan el 52%, lo que permite ir observando cómo vamos acortando brechas de acceso.

Durante el proceso de este año además se incorporó el sexto decil, lo que en la región permitió que más de 1.407 estudiantes, hoy puedan ser parte de la gratuidad, y que sin este incremento en la cobertura no hubiese sido posible.

Proceso que no termina con esta asignación ya que actualmente se encuentra en marcha el segundo proceso de inscripción al formulario FUAS para optar a Gratuidad y beneficios estudiantiles. La convocatoria, que se extenderá hasta el viernes 16 de marzo, está dirigida a todos aquellos alumnos nuevos y antiguos sin beneficios, que NO enviaron dicho formulario durante el proceso realizado entre octubre y noviembre de 2017. Completando el FUAS, estos jóvenes podrán optar tanto a Gratuidad, como a becas de arancel, al crédito del Fondo Solidario o al Crédito con Garantía Estatal (CAE). La inscripción se realiza en línea, a través de los sitios del Mineduc *www.gratuidad.cl, www.beneficiosestudiantiles.cl* y *www.fuas.cl.*

Cómo integrar las nuevas tecnologías de la información en los procesos educativos

Por Claudio Torres, gerente general de D-Link en Chile.

Uno de los principales desafíos de hoy es integrar las tecnologías, que son parte de la vida diaria de las personas, en los procesos educativos de una manera simple, segura y a un costo accesible.

Con el comienzo del periodo escolar ad portas, la posibilidad de acceder a contenido en línea de una manera rápida y clara supone un reto a las instituciones educacionales para encontrar la mejor manera de que estudiantes y profesores colaboren entre sí. Sin embargo, al mismo tiempo, la inversión necesaria debe ser posible de implementar para que no obligue a postergarla, ya que esto sólo profundizará la brecha educacional hoy existente.

En las salas de clases, los estudiantes, profesores y funcionarios llevan sus dispositivos móviles como smartphones, tablets o notebooks a todas partes, por lo que resulta natural que las aulas se digitalicen. Es por eso que el primer paso para esta implementación es contar con una infraestructura de red WiFi acorde a la cantidad de usuarios, consumo de banda ancha necesaria y seguridad, que garantice el trabajo colaborativo e ininterrumpido entre profesores y alumnos.

En las salas de clases, los estudiantes, profesores y funcionarios llevan sus dispositivos móviles como smartphones, tablets o notebooks a todas partes, por lo que resulta natural que las aulas se digitalicen.

La gran mayoría de las instituciones en Chile se han planteado este desafío como algo urgente. Un ejemplo de ello es la integración de soluciones inalámbricas en los colegios, como el proyecto "Iluminación WiFi a establecimientos educacionales". Éste es impulsado por el Ministerio de Educación desde hace tres años, con el objetivo de iluminar con WiFi diferentes centros educativos, dando prioridad a laboratorios, bibliotecas y salas de clases.

La propuesta se centra en la integración de las computadoras al aula como parte del proceso de aprendizaje de los niños, promoviendo su utilización en grupos pequeños y/o individualmente, con o sin la participación del docente. El aprendizaje con nuevas tecnologías en educación potencia el desarrollo de los niños y las niñas, abriendo las puertas a nuevas maneras de aprender, más cercanas al descubrimiento, invención, autonomía, construcción conjunta y a la libertad.

Para concluir las expectativas de los establecimientos educacionales están aumentando y el 2018 será el año donde aquellas demandas deben ser cumplidas. Afortunadamente, la mayoría ya cuentan con las herramientas que necesitan para implementarlas y que los ayude a lograr este desafío adaptándose a los cambios.

Las personas: el activo más importante de la empresa

Por Ruben Belluomo, gerente comercial de Infor Cono Sur

En el mundo corporativo generalmente existe una pugna entre quienes afirman que la información es el activo más importante de una empresa y aquellos que abogan por el valor de las personas como su componente esencial. Otros, a quienes llamaremos los CEOs estándar, no tienen reparos en afirmar que el foco está en el producto y las ganancias.

En una concepción moderna, el valor intangible de las organizaciones, en mayor parte el capital humano, ha aumentado en importancia en los últimos años. Cualquiera sea el tamaño de la compañía, cantidad de recursos o sector productivo, son los empleados quienes la hacen latir. Sin embargo, la actitud de los CEOs sobre la importancia del personal es variable. Los inteligentes se focalizan en brindar oportunidades adecuadas para tener éxito en el ambiente correcto.

En la actualidad, muchas organizaciones encuentran esto casi imposible. El resultado es lo que Peter Drucker describe como: "Mucho de los que llamamos gerenciar consiste en hacer que sea difícil para la gente trabajar". Para vencer esas limitaciones, un camino es reflexionar ante preguntas como: ¿Están los profesionales en los puestos adecuados?, ¿cuentan con el conocimiento necesario para desarrollarse a medida que evoluciona el trabajo?, ¿cuál es el rol adecuado para ellos?, ¿la empresa ofrece visibilidad y transparencia para el futuro del colaborador dentro de la organización?

Un mito que debemos derribar inicialmente es que no todo es responsabilidad de Recursos Humanos. Cada vez más las empresas inteligentes están destruyendo los silos entre áreas para trabajar juntos en estos temas. Y de las preguntas anteriormente expuestas, la más cercana a RR.HH. es probablemente la primera. Aquí no hablamos sólo si cuentan con conocimiento para el puesto actual, porque seguramente han sido bien reclutados y están técnicamente preparados, pero se debe transparentar al empleado hasta dónde los puede llevar su conocimiento, incluso todo el recorrido hasta el CEO.

Para saber si el perfil de comportamiento es adecuado para su labor, es crucial contar con el Perfil del Performance del Rol de aquellos que han tenido éxito en ese puesto. Muchas organizaciones los desarrollan y utilizan para hacer un match entre expectativas y desempeño. Los CEOs que se toman en serio el valor de las personas y

En la actualidad, muchas organizaciones encuentran esto casi imposible. El resultado es lo que Peter Drucker describe como: "Mucho de lo que llamamos gerenciar consiste en hacer que sea difícil para la gente trabajar".

que invierten en ellas, saben cuál es la mejor manera de reconocer y optimizar el talento, priorizan ubicarlas en los puestos correctos, desde que llegan a la organización hasta cuando se van.

Una forma de ser exitosos en este proceso, es compartir datos de toda la organización para que los reclutadores internos busquen el mejor candidato posible, al mirar los perfiles de comportamiento de toda la empresa. Esta práctica, permite, además, chequear otros que frecuentemente están alojados en silos diferentes, como información de su performance, desarrollo personal e historial de empleo.

Las personas son recursos inteligentes y sustentables que pueden realizar cosas sorprendentes si se les cuida y se les permite contribuir. La mejor cultura corporativa incentiva la "liquidez del talento", o el movimiento del talento interno entre roles, departamentos o divisiones. Esto no es tan duro como parece. Muchas empresas han podido definir sus requisitos de habilidades y métricas de performance hasta el nivel del rol, agregar la concordancia de comportamiento es la pieza para lograr mayor probabilidad de éxito, y de esta manera confianza que el talento no solo consigue más productividad, sino mejores resultados.

EDITORIAL

No sabemos lo que puede pasar: todo puede cambiar en cualquier momento

Lo importante es recordar que en cada uno de estos procesos alternativos de sucesos, lo más importante va a ser siempre la unidad, y por supuesto entendiendo que todos los individuos merecen dignidad.

Un 26 de febrero, hace 8 años, íbamos a terminar el día como cualquier otro, donde todo está bien, preparándonos para dormir como una normal jornada de fin de verano.

Nuestro país avanzaba con ímpetu. Al igual que hoy, los medios de comunicación ponían su atención en el festival de Viña, y por ende, también lo hacía la población.

Estábamos en una fuerte carrera hacia la modernización total de todos los procesos de nuestra cotidianeidad, existiendo un crecimiento económico mirado con buenos ojos en la región latinoamericana.

Había una manifestación social en crecimiento, donde destacaban movimientos estudiantiles transversales en el país y también la irrupción de personajes jóvenes y desconocidos dentro de las facciones políticas.

Muchos de los secretos negocios entre las esferas de poder comenzaban a salir a la luz, y con ellos los primeros escándalos de corrupción que no cesan de afectar a una serie de instituciones y empresas del país en la actualidad.

En general, el desarrollo podía palparse en Chile, con una democracia creciente y asimismo también la participación ciudadana, de la mano con la baja credibilidad de ciertos conglomerados políticos, lo que provocó una renovación de los actores y las agendas.

La generación de jóvenes nacidos en los años finales de la dictadura, eran quienes estaban egresando de las universidades e impulsando innovadores proyectos en diferentes áreas, sobre todo en el ámbito social y de la tecnología.

Pero ese día, mientras algunos ya dormían, y muchos otros aún no lo hacían, nos encontraríamos con el mayor terremoto chileno en 50 años y el tercero más grande de la historia.

Aquello también desnudó muchas de nuestras carencias. Quizás no éramos los mejores, y a nivel estructural estábamos lejos de serlo. Nos dimos cuenta que nuestros sistemas y oficinas de emergencias eran precarias, cuyas ineficiencias costaron la vida de decenas de personas, considerando que la mayoría de las víctimas fatales perecieron debido al tsunami, en zonas donde se desconsideró una alarma pertinente.

Igualmente, eso también nos hizo ver lo mejor del espíritu combativo chileno, que cuando las cosas estaban pies para arriba, más se veía la unión de la gente en todos lados, en todos los grupos.

Inclusive ante ciertas proliferaciones de vandalismo, en la sociedad se generó un rechazo y un repudio fuerte y claro. Allí mostrábamos un gran nivel de desarrollo como sociedad, basado principalmente en una solidaridad que también es reconocida en otras naciones y sus autoridades.

Ya han pasado varios años, hemos crecido en otras cosas. Seguimos estando en constante modernización, con una generación de jóvenes que todo lo ha hecho electrónica y digitalmente, lo que nos hará avanzar aún más en tecnología.

Claramente todo puede cambiar, y en cualquier momento. Estamos en un país donde las vicisitudes de la vida y la naturaleza se dejan notar constantemente.

Lo importante es recordar que en cada uno de estos procesos alternativos de sucesos, lo más importante va a ser siempre la unidad, y por supuesto entendiendo que todos los individuos merecen dignidad, para que ante cualquier suceso inesperado, todos tengamos la oportunidad y el derecho de resguardo, unidad y pertenencia.

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 Repr. Legal: Enrique Ramírez Acevedo

Director: Gabriel Hernández Veloso
Jefe de Prensa: Víctor Contreras Castillo
Director de Arte: Francisco Cárdenas Vilchez

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.

ÑO PANTA

–Tío Panta, como el Ministerio de Educación eliminó la repitencia automática decidí tomarme un año sabático.

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

CARTAS AL DIRECTOR

MIGRACIÓN

Señor director:

Para nadie es un misterio que Chile se ha convertido en el lugar escogido por venezolanos, haitianos, colombianos, ecuatorianos, bolivianos y peruanos como uno de los destinos predilectos en la búsqueda del denominado "sueño sudamericano". Y es que, a pesar de lo malos que han sido estos 4 años de gobierno, lo cierto es que los sólidos cimientos institucionales de nuestra nación nos posicionan en mucho mejor pie que el resto de los países en la región. Sin ir más lejos, y sólo comparativamente con Venezuela, Bolivia y Ecuardor (todos bajo regímenes de izquierda) Chile se presenta como el oasis en medio del desierto.

Sin embargo, y valorando esta libertad de mezclarse y vincularse, es necesario también comenzar a definir criterios y parámetros que resguarden la integridad, los espacios y el desarrollo de las chilenas y chilenos quienes, ciertamente, han visto a ratos mermadas sus opciones, por ejemplo laborales, debido a los migrantes que están dispuestos a aceptar cualquier trabajo, a cualquier remuneración y bajo cualquier condición. Quienes llegan a nuestras tierras deben también entender que son ellos quienes deben adaptarse a nuestra realidad y entorno, no al revés. Por ende el respeto a lo nacional, a nuestra cultura e identidad debe primar.

El tema de la migración será parte de la discusión social en los próximos años. ¿Qué tipo de sociedad estamos construyendo? ¿Dónde y cómo queremos vivir? ¿Cómo vamos a establecer criterios de inclusión que no desfavorezcan ni dejen en la indefensión a nuestros connacionales? Son sólo algunos de los temas que se tomarán la agenda de un Chile que progresa, que avanza, que se vuelve atractivo como tierra fértil de oportunidades pero que, no debemos olvidar nunca, la solidaridad, las mejoras y las condiciones favorables para alcanzar la realización tanto colectiva como individual comienza, ciertamente, por casa.

Rodrigo Durán Guzmán

FONDO MADERERO

Señor director:

A través de su prestigioso medio, con sorpresa nos hemos enterado, del nuevo programa de CORFO para el "Financiamiento a Fondos de Inversión de Capital de Riesgo para el Fomento Forestal y Maderero", cuyo fin es fomentar la creación de fondos de inversión que permitan el financiamiento y desarrollo de proyectos de forestación en terrenos de aptitud preferentemente forestal, no sólo en aquellas áreas afectadas por los incendios forestales, como menciona la nota, sino que también para proyectos de recuperación productiva y ambiental de bosques en tierras indígenas, en bosque nativo susceptible de recuperación; y en las Zonas de Rezago que defina el Ministerio del Interior. Las principales características de este fondo son que los créditos podrán ser pagados hasta en treinta años y que devengarán intereses a la tasa de interés anual de 2,5% en dólares estadounidenses.

Ganaderos y agricultores de la zona centro sur, desde hace años hemos solicitado al Estado instrumentos de este tipo, que permitan capitalizar a las pequeñas y medianas empresas agropecuarias invirtiendo en los suelos y otros recursos productivos para aumentar la competitividad de rubros como la ganadería de carne y leche, los cereales, u otros que requieren de fuentes de financiamiento de largo plazo, pues la naturaleza propia de sus ciclos productivos y de precios, hacen poco atractiva las inversiones con plazos de uno a dos años, por el riesgo que llevan asociados.

Muchos habitantes rurales han ido siendo desplazados de sus lugares de origen, porque la proliferación desregulada de plantaciones forestales en suelos eminentemente agrícolas, ha disminuido las fuentes de trabajo agropecuario y también porque se ha perdido el interés de las familias en seguir viviendo en un entorno poco atractivo desde el punto de laboral y cada vez más complicado para el desarrollo personal y familiar.

Esperamos que el futuro gobierno y particularmente su nuevo Ministro de Agricultura, don Antonio Walker, tenga como uno de los ejes principales de su gestión el apoyo a la agricultura tradicional y a la ganadería de carne y leche, pues la mayoría de los agricultores de nuestro país maneja uno o más de estos rubros, que hoy están pasando por momentos críticos, lo que está hipotecando su continuidad y también una forma de vida de miles de familias.

Carlos González Mufdi
Presidente de Fedecarne F.G.

HABLÓ CANDIDATA A GOBERNADORA POR BIOBÍO

“Recibí un llamado desde Santiago para saber si estaba disponible y yo acepté”

Teresa Browne, cercana a Cristóbal Urruticoechea, reconoció contactos para asumir eventualmente la Gobernación Provincial.

Esta semana, Sebastián Piñera daría a conocer los nombres de los intendentes regionales y gobernadores que lo acompañarán en su nuevo gobierno a contar del 11 de marzo próximo.

En este contexto, fuentes al interior de Chile Vamos en la provincia de Biobío dieron luces de los candidatos que correrían con ventaja para asumir en la Gobernación de Biobío.

Las alternativas que barajaría el Presidente electo para designar a su representante en la Provincia se reducirían a dos que fueron presentadas por Renovación Nacional, la del ex seremi de Vivienda durante el primer mandato de Piñera, el arquitecto Rodrigo Saavedra, y María Teresa Browne, hermana del diputado en ejercicio por Santiago, el RN Pedro Browne.

Ésta última, cercana al electo diputado por la zona Cristóbal Urruticoechea, conversó con La Tribuna y confirmó que hace algunas semanas recibió un llamado de Santiago para saber si estaba disponible para asumir en el cargo.

“Entiendo que estoy dentro de una nómina de personas que son igualmente competentes para el tema. Del minuto que me lo propusieron dije que estaba disponible, pero no me han dicho absolutamente nada, no hay nada confirmado”, señaló.

“Me hicieron un llamado desde Santiago para saber si estaba disponible para el cargo y yo acepté. Eso es todo lo que yo manejo hasta el momento”, agregó, revelando que el llamado recibido fue del equipo de Sebastián Piñera.

INTENDENTE REGIONAL

El otro cargo que se conocería esta semana –trascendió que este lunes el Presidente daría a conocer los nombres- es el del intendente del Biobío y según trascendidos de último minuto, finalmente estaría casi confirmado en el puesto el diputado UDI Jorge Ulloa, quien no resultó reelecto en las pasadas elecciones parlamentarias, aunque tampoco se descarta la designación de la consejera regional por Arauco, la también gremialista Flor Weisse.

Más lejana se ve la posibilidad de que el nombramiento recaiga en el independiente pro Evópoli Sergio Giacaman o en el actual alcalde de Los Álamos, el UDI Jorge Fuentes, según fue revelado.

ESTA SEMANA SE CONOCERÍA el nombre del futuro gobernador o gobernadora de Biobío.

EN NACIMIENTO

Alcalde presiona por recursos para reconstruir puente que tuvo que ser desmantelado

EN EL LUGAR SE HABILITÓ de manera temporal un puente peatonal, a la espera de una solución definitiva por parte del MOP.

Hugo Inostroza reiteró ante el director regional de Vialidad, la necesidad de reponer cuanto antes el puente Collileo, en el sector rural El Cardal.

Optimista y esperanzado se mostró el alcalde de Nacimiento, Hugo Inostroza, luego de una reunión reciente con el director regional de Vialidad, Carlos Sepúlveda, a quien le expuso la necesidad de obtener los recursos que permitan concretar la construcción definitiva del puente Collileo en el sector rural El Cardal.

Como se recordará, a mediados del año pasado, la antigua estructura que existía en el lugar debió ser desmantelada debido al precario estado en que se encontraba. En su lugar, el municipio habilitó un puente peatonal, asumiendo el compromiso de trabajar en la búsqueda de recursos para una solución definitiva, con un viaducto que permita el paso tanto de peatones como de vehículos.

Al respecto, el edil nacimentano señaló que desde el MOP se le indicó que “el puente Collileo está programado para este 2018, ya que lo contempló la Dirección Regional de Vialidad en su proceso de conservación periódica. Sin embargo, la destinación de recursos dependerá del presupuesto considerado para el segundo semestre”, advirtió.

El alcalde recordó que este proyecto “tiene diseño y los estudios de ingeniería respectivos. Por lo tanto, lo que falta solo es el recurso, que se estima en 500 millones de pesos, una inversión alta pero que esperamos conseguir este año para poder construir el puente”, señaló.

Finalmente, el jefe comunal reiteró que el municipio, en un esfuerzo con Vialidad, construyó en 2017 una pasarela peatonal con personal municipal, estructura que está plenamente operativa. Además, para los vehículos existe otra alternativa de paso, lo que ha permitido no dejar aisladas a las familias del lugar.

PROYECTO HISTÓRICO

Dirigentes de Charrúa reciben 427 millones para pavimentar sus dos primeras calles

Una de las vías favorecidas es Alfonso Olea, ya que allí se encuentran la posta de salud, la escuela hogar y la nueva sede social.

UN MOMENTO EMOTIVO vivieron los dirigentes de Charrúa que asistieron a la ceremonia.

El alcalde de Cabrero Mario Gierke y dirigentes de la localidad de Charrúa, asistieron a la firma de convenios para traspaso de recursos para Biobío ya que el proyecto de pavimentación de las dos primeras calles para su localidad fue favorecido.

Rodrigo Díaz –quien asistió junto a consejeros regionales- firmó los convenios de traspasos de recursos para iniciativas de 22 comunas de las regiones del Biobío y Ñuble. Con estos fondos, la Municipalidad quedará en condiciones para efectuar la licitación del proyecto.

Significativo fue el instante en que intendente y alcalde invitaron a los vecinos a la testera, donde acompañaron la firma de los documentos, que traspasan 427 millones de pesos para la pavimentación de las calles Alfonso Olea y Francisco Ferrada.

José Soto vecino de Charrúa, reconocido en diciembre pasado como ciudadano destacado de la comuna, fue quien recibió el convenio en sus manos, testimoniando así que Charrúa comienza con este primer proyecto a mejorar la calidad de vida de sus habitantes a través de la pavimentación de sus calles.

Gierke recordó en esta oportunidad que el municipio también postuló 72 millones de pesos para el diseño de ingeniería de pavimentación de otras calles que vendría a complementar a los traspasados en esta oportunidad.

Felices estaban también los dirigentes sociales Amadeo Silva, presidente del club de adulto mayor Nuevo Amanecer; y de la junta de vecinos de Charrúa -su secretaria Nancy Machuca y su tesorera Mabel Guerrero- quienes dijeron que este es el primer paso histórico, después de tantos años en que jugaron y transitaron solo en calles de tierra. Agradecieron la gestión y esperan se siga adelante con más pavimentaciones.

SECTOR BUREO

Casi 10 mil m2 serán convertidos en gran plaza de localidad cercana a Mulchén

Ya se dio inicio a la construcción de megaproyectos de áreas verdes, con una inversión de más de mil millones de pesos y que beneficia a vecinos de toda la comuna.

VECINOS del sector Bureo de Mulchén asistieron al inicio de las obras de la anhelada plaza.

Autoridades y familias de Mulchén se reunieron en el sector Bureo para poner la primera piedra de la construcción de la plaza que se construirá en el lugar. Junto con la primera piedra se soterró una cápsula del tiempo, la cual contiene una fotografía actual del lugar, un plano de la obra y una carta firmada por algunas personas presentes que han sido parte importante de este avance.

En la oportunidad, la ceremonia estuvo dirigida por el alcalde Jorge Rivas y se hizo presente la diputada electa, Joanna Pérez; además de concejales y otras autoridades locales, quienes estuvieron compartiendo con los vecinos y vecinas del sector.

Es importante señalar que las familias del sector, durante años han estado esperando que se haga algo con un terreno baldío de 9.654 metros cuadrados, el cual hasta la fecha era foco de delincuencia.

El proyecto que fue postulado por el Municipio al Gobierno Regional y adjudicado el 2015, por un monto de 1.487 millones de pesos, considera máquinas de ejercicios, juegos infantiles, una plaza de agua, escaños, basureros, áreas verdes, un proyecto de riego, red de alumbrado, equipamiento y mucho más.

Rivas sostuvo que "con este proyecto las familias del sector Bureo, tendrán las mismas posibilidades de una familia del centro de la comuna, quienes pueden disfrutar de áreas verdes, que sus hijos disfruten de juegos y los adultos mayores realicen ejercicios en máquinas, entre tantas cosas más".

Por otro lado, la presidenta del sector, Flor Constanzo, hizo un llamado a sus vecinos, señalando que "debemos unirnos, mirar cada progreso y cada paso que damos en favor de nuestras familias. Sintámonos orgullosos de nuestra población, ya que tendremos un espacio hermoso como ningún otro".

Finalmente, la diputada electa, Joanna Pérez, recordó que la aprobación de este proyecto se dio en octubre del 2015, cuando el Consejo Regional estuvo sesionando en Mulchén y fueron aprobados 2 mil millones para la comuna, siendo ella secretaria ejecutiva y ministro de fe del mismo en aquel tiempo. Asimismo sostuvo que "el alcalde y su administración están haciendo las cosas bien y ello se refleja en el desarrollo de proyectos que no sólo son para el centro de la comuna, sino también para las zonas más periféricas de la ciudad y que habían sido olvidadas por mucho tiempo, allí muy pronto también se levantarán importantes proyectos que están en proceso de licitación o en postulación".

BOHEMIA ANGELINA

Quinta Newka: un emprendimiento que ha viajado en el tiempo

Carlos Soto Valenzuela, dueño de este populoso bar restorán angelino, conversó con La Tribuna y contó el origen y evolución de su local, hoy considerado incluso por artistas que lo han visitado como un "bastión cultural"

Por Juan Pablo Vergara

CARLOS SOTO, EL "CACO" posa junto a todo su equipo de trabajo del Newka.

Para quienes gustan disfrutar de noche de tragos, comida y música, una de las atracciones que ofrece la bohemia angelina es el Quinta Newka, un local que se ha consolidado no sólo como un lugar para ir a compartir en grupo después del trabajo o durante el fin de semana, sino que también en un espacio cultural.

Ubicado en calle Caupolicán, entre Villagrán y José Manso de Velasco, en este bar restorán no sólo tienen cabida las juntas de amigos, también artistas que, semana a semana, hacen de este establecimiento un lugar diferente donde ir y pasarla bien en Los Ángeles.

HISTORIA DE UN CONCEPTO

La historia de este local, curiosamente, parte muy lejos de la capital provincial, específicamente, en Colina, Santiago, de donde es oriundo su dueño, Carlos Soto Valenzuela, más conocido como "Caco".

"Allá participaba de una agrupación y en una quinta de recreo empezamos a hacer actividades culturales como recitales de poesía, fiestas alternativas, fondas. Ese lugar se llamaba Quinta de Recreo El Caribe, y cuando empecé a ver que la cosa funcionaba súper bien me decidí a arrendar el sitio. Ahí nació el local y le puse El Nuevo Caribe", contó.

Fue aquel primer nombre que usó para bautizar su local el que, finalmente, mutó hacia lo que hoy se convirtió en su marca registrada, explicó Carlos.

"Con el tiempo la gente empezó a decir que iban al New Caribbean, después espontáneamente comenzaron a acortarlo hasta que, de repente, todos andaban diciendo que iban al Newka", recordó el "Caco".

NUEVOS RUMBOS

Con esta idea y concepto de local un día decidió dejar atrás su natal Colina para ir en busca de nuevos horizontes y cual "pirata" desembarcó primero en Pichilemu con su emprendimiento, luego en Talca, hasta finalmente varar hace 11 años en Los Ángeles con su "Newka".

"Partí en un local chiquitito en la Avenida Alemania, ahí vendíamos solamente colaciones y por las noches abríamos para hacer actividades culturales (...) Después de funcionar casi como clandestino tuve que cerrar ese local. Luego encontré otro en Villagrán y ahí también estuve haciendo Newka como cuatro años. Más adelante vimos la posibilidad de hacer el local acá donde estamos, en un espacio mucho más grande, con patio y terraza", relató.

En su actual emplazamiento es donde el emprendimiento del "Caco" ha alcanzado su máxima madurez, convirtiéndose en un circuito obligado para solistas, bandas y otros artistas, lo cual le ha dado a la "Quinta Newka" un renombre tanto dentro como fuera de Los Ángeles.

"Cada vez uno se motiva más a hacer cosas, presentar diferentes iniciativas, desde la decoración a los artistas que invitamos a tocar, creo que aquí se consagra la idea de un local con este estilo, como el que alguna vez soñé", expresó el dueño del Newka.

"BASTIÓN CULTURAL"

"La otra vez que vino Juanito Ayala, un cantante, él estaba súper entusiasmado por la idea de tener un local así, incluso lo dijo cuando estaba cantando, que le parecía que esto era un bastión cultural y yo considero que esa es la idea y la propuesta que ofrecemos", agregó el empresario.

Comentó también que, actualmente, su negocio en periodos normales genera trabajo para 14 a 16 personas, número que puede aumentar hasta 20 cuando la afluencia de público así lo exige.

"Yo sé que Los Ángeles tiene su historia con otras iniciativas o propuestas en el ámbito cultural que se produjeron en algún momento, pero pienso que Newka ha abierto una ventana mucho más grande para el arte", manifestó "Caco".

"Igual siento que está como hecha la 'pega' y ahora siento que es el momento de disfrutarla. En esa 'pará' estoy ahora", concluyó.

UNIVERSITARIOS Y ADULTOS JÓVENES han hecho de este local su punto de encuentro favorito en Los Ángeles.

> "La gente empezó a decir que iban al New Caribbean, después espontáneamente comenzaron a acortarlo hasta que, de repente, todos andaban diciendo que iban al Newka".
>
> Carlos Soto, dueño del local.

¡YA COMENZÓ!

TODO TODO%

Salcobrand

Lo que más te gusta con los **mejores descuentos**

FARMACIAS sb SALCOBRAND

tu bienestar es hoy

3X2

TODOS LOS PAÑALES INFANTILES

ORGANIX
Toda la línea Argan Oil of Morocco

30% dcto.

(Excluye packs, bonus y travel size)

Todas las CREMAS Y SOLARES DERMOCOSMÉTICA ROSTRO

40% dcto. 2da Unidad*
De la misma marca de igual o menor valor

60% dcto. 2da Unidad*
EXCLUSIVO TARJETA SALCOBRAND

Todo NIDO ETAPAS

40% dcto. 2da Unidad*
De la misma marca de igual o menor valor

Todos los OMEGA VitaminLife

20% dcto.

30% dcto.
EXCLUSIVO TARJETA SALCOBRAND

¡Hasta el 04 de marzo!

Compra también en: 600 360 6000

Salcobrand.cl

***La segunda unidad de la misma marca y línea, descripción o categoría de producto, de igual o menor valor.**
Oferta de productos y códigos asociados, válida desde el 26 de febrero al 04 de marzo de 2018, ambas fechas inclusive. Válida con todo medio de pago. En caso de que se utilice Tarjeta Salcobrand como medio de pago, accederá a descuento adicional indicado en el producto señalado. No aplica a compras con factura. Se excluye local de Juan Fernández e Isla de Pascua. Máximo 4 unidades de cualquiera de los productos, por boleta de compra. Se excluyen packs y estuches. No acumulable con otras ofertas, promociones o descuentos. Bases y mayor información en salcobrand.cl

DESCUBRIMIENTO EN OBRAS DE CONSTRUCCIÓN

Forenses de Santiago analizarán cráneos humanos encontrados en Los Ángeles

Profesionales del Servicio Médico Legal de la región Metropolitana retirarán los restos encontrados en el ex Internado del Liceo de Hombres. Carabineros está a cargo de la custodia del sitio.

Este viernes fueron encontradas osamentas humanas mientras se realizaban trabajos correspondientes a la primera etapa de la construcción del próximo Centro Cultural de Los Ángeles.

El hallazgo fue realizado por los mismos obreros quienes se encontraban cavando la tierra, con pala en mano, para en esos puntos instalar vigas que permitieran levantar las nuevas estructuras.

Cuando llevaban aproximadamente dos metros de profundidad se encontraron con huesos y cráneos. Inmediatamente paralizaron la faena y dieron aviso a sus superiores. Estos a los pocos minutos, tras corroborar lo que los empleados descubrieron, comunicaron sobre el hallazgo a carabineros.

El Ministerio Público, mediante la fiscalía local, encargó a la Brigada de Homicidios de la Policía de Investigaciones de Los Ángeles que se aproximara al lugar para efectuar las primeras indagatorias. A partir de ese momento ya se confirmaba oficialmente que se trataba de cráneos y "huesos largos".

A medio día fue realizado el hallazgo. Pasadas las 14 horas la Brigada de Homicidios ratificaba que los restos eran osamentas humanas. Luego el fiscal de Los Ángeles, Juan Fernando Acevedo daba a conocer que con las primeras diligencias se podía concluir que se trataban de "de restos óseos de antigua data".

Por ello, el fiscal Fernando Acevedo, informó al Servicio Médico Legal para que esta entidad retire las osamentas. Durante el día viernes desde el Ministerio Público se dio a conocer que esta diligencia se realizaría durante los próximos días.

RESGUARDO DE LAS OSAMENTAS

Las obras en el Ex Liceo de Hombres se encuentran parcialmente paralizadas. Trabajadores desempeñan faenas en distintos niveles del edificio no así en el lugar en el que fueron hallados los restos humanos.

Aquella es zona de resguardo por parte de funcionarios de Carabineros quienes durante todo el fin de semana, día y noche, han cumplido con la tarea de custodiar el sitio encomendada por el Ministerio Público.

Se espera que durante las próximas horas profesionales del departamento forense del Servicio Médico Legal de la Región Metropolitana lleguen a Los Ángeles para retirar las osamentas como parte del proceso investigativo llevado a cabo en coordinación con el Ministerio Público.

Posterior a ello con los análisis correspondientes se busca determinar con exactitud científica la datación de los cráneos y huesos encontrados por los trabajadores.

CARABINEROS CUSTODIA día y noche el lugar en el que fueron encontradas las osamentas.

EL HALLAZGO SE REALIZÓ en las obras de calle Lautaro y Valdivia. Primera etapa del Centro Cultural.

HACE UN MES QUE OCURRIÓ EL HURTO

Empresario ofrece 1 millón de pesos a cambio de información por retroexcavadora robada

La constructora afectada es la que está a cargo del proyecto de mejoramiento del espacio público en la avenida Julio Hemmelmann de Nacimiento.

LA EMPRESA MZF trabaja en el mejoramiento del espacio público en Nacimiento.

El domingo 28 de enero un desconocido habría ingresado a las bodegas de la constructora MZF para robar una retroexcavadora avaluada en cerca de 32 millones de pesos, según comentó Marcos Zenteno Figueroa, representante legal de la empresa.

"Esa máquina no estaba asegurada por lo tanto es una pérdida total, es una máquina JCB año 2012".

La empresa de Marcos Zenteno trabaja en el proyecto de mejoramiento del espacio público en la avenida Julio Hemmelmann de Nacimiento que contempla entre otras cosas luminarias nuevas, reparación de veredas y un parque urbano para la comuna.

RETROEXCAVADORA ROBADA avaluada en cerca de 32 millones de pesos.

Hace casi un mes sufrieron el robo de la maquinaria. Desde aquel entonces por sus propios medios han recorrido lugares cercanos a las bodegas pero sin resultados. A la fecha de hoy Zenteno refiere conocer cómo ocurrió el hecho gracias al testimonio que pudo recoger de una vecina.

"Buenas tardes vecina", le habría dicho el sujeto, pasando totalmente desapercibido en su faena de acometer el millonario robo de la maquinaria.

"Una persona ingresó caracterizada como obrero, con overol y zapatos de seguridad. Forzó el portón de acceso a la bodega cortando cadenas y candados", recordó Zenteno Figueroa.

Sin obstáculos, el desconocido hizo arrancar la máquina y se dio a la fuga. El empresario reconoce que no cuentan con guardias ni con cámaras de seguridad porque debido a que trabajan en obras de pocos meses de duración lo que implica constantes cambios de ciudad.

"Él sabía que a todas las retroexcavadoras le hacen la misma llave de partida y obviamente sabía acerca de la conducción de estas máquinas porque como todos sabemos no es lo mismo que manejar un vehículo particular. Tiene su ciencia. Por lo tanto el tipo sabía manejar retroexcavadoras", agregó el representante legal de MZF.

RECOMPENSA

A través de redes sociales la empresa comenzó a divulgar fotografías de la retroexcavadora robada junto con un aviso de recompensa para quien tenga información verdadera acerca del lugar en el que podría encontrarse la máquina.

"Cualquier dato que nos pueda hacer llegar alguna persona nosotros habíamos pensado en 500 mil pesos pero podemos ofrecer hasta 1 millón de pesos por la información certera de dónde pudiese estar la retroexcavadora", dijo Zenteno.

EN LA PROVINCIA DE BIOBÍO

Casi 4 mil millones mensuales se distribuyen por concepto de pensiones y previsión

Algunos beneficios otorgados por el Gobierno se incrementan a partir del monto del ingreso mínimo que se fija cada año, mientras que otros aumentan según el IPC. Se espera que para este 2018 los valores superen a la inversión del año 2017.

APORTE FAMILIAR Permanente este año equivale a $45.212 por carga familiar y será pagado en marzo.

A través del Instituto de Previsión Social (IPS) se distribuye el pago de una serie de beneficios previsionales y de protección social que entrega el Estado a la población más vulnerable. Actualmente, cerca de 2 millones 300 mil beneficios previsionales y sociales son pagados mensualmente por el IPS, en todo Chile.

Este 2018 el Ingreso Mínimo Mensual quedó fijado en $276.000; de acuerdo a este valor corresponde reajustar los beneficios, así lo indicó Patricia Saldías, directora regional del IPS.

"La mayoría de los beneficios que cancela el Estado a través de la plataforma de pago del Instituto de Previsión Social, IPS, son reajustados de manera anual de acuerdo a algunos factores, como por ejemplo, la variación que registra el Índice de Precios al Consumidor IPC, o también dependiendo del reajuste que puede experimentar el Ingreso Mínimo Mensual", detalló Saldías.

La autoridad regional del IPS agregó que "bajo este contexto, desde el 1 de julio de 2017 la Pensión Básica Solidaria, tanto de Vejez como de Invalidez, tiene un valor a pago de $104.646 para nuestros usuarios que se cancelan mes a mes a través de nuestra red de pago."

Patricia Saldías destaca el escenario para este año "para este 2018 son: el Aporte Familiar Permanente, que se paga el próximo mes de marzo, con un valor de 45 mil 212 pesos; el Bono Invierno, que recibirán en mayo nuestro adultos mayores con un monto definido de 60 mil 668 pesos; también están definidos los montos de los aguinaldos de septiembre y navidad para nuestros beneficiarios y beneficiarias, los que serán de $18 mil 874 pesos y $21 mil 693, respectivamente, entre otros muchos beneficios que pagamos mes a mes".

APORTE FAMILIAR PERMANENTE EN BIOBÍO

Solo en la provincia, por concepto de pago de las Pensiones Básicas Solidarias de Invalidez y de Vejez más Aporte Previsional Solidario de Vejez y de Invalidez, son beneficiadas mensualmente más de 43 mil personas con 3 mil 774 millones de pesos.

Por concepto del Aporte Familiar Permanente -antiguo Bono Marzo- que para este 2018 será de $45.212 por carga familiar acreditada el 31 de diciembre de 2017, se invirtió durante el 2017 en Biobío 4 mil 439 millones de pesos; 1 mil 833 millones por concepto del Bono de Invierno; y más de 2 mil millones por pago del aguinaldo de fiestas patrias y navidad.

"Esperamos que el número de beneficiarios tanto del Aporte Familiar Permanente, Bono Invierno y aguinaldos, para el 2018 sean una cifra similar al año anterior" señaló la directora Saldias.

Se destaca que en la provincia el IPS cuanta con siete centros de atención ubicados en las comunas de Los Ángeles, Santa Bárbara, Nacimiento, Laja, Yumbel y Mulchén, más una oficina móvil que recorre varias comunas de la provincia.

"Todos los usuarios y usuarias IPS pueden utilizar nuestra moderna plataforma virtual www.ips.gob.cl o www.chileatiende.cl, donde entregamos una atención en línea y también inclusiva. Además pueden llamar nuestro call center 600 440 0040 o al 101. En el IPS siempre encontrarán una atención de calidad y con calidez, donde nos preocupamos de atender de la mejor manera a todos quienes nos visitan, con plataformas inclusivas y funcionarios y funcionarias altamente capacitados", expresó la autoridad.

PATRICIA SALDÍAS, directora regional del IPS indicó que se espera que para este 2018 aumente el número de beneficiarios en Biobío.

CRÍTICA DE CINE

★ Mala ★★ Regular ★★★ Buena ★★★★ Muy buena ★★★★★ Obra maestra

LA CURA SINIESTRA (2017)

“Detrás de la calma y pasividad, puede ocultarse un oscuro secreto”

Por Leonardo A. Ramiro Reyes
doxacine.blogspot.cl
@leoramiro

FICHA TÉCNICA:

Dirección: Gore Verbinski
Guión: Justin Haythe
País: EE.UU.
Duración: 146 min.

SINOPSIS:

Un ejecutivo joven y ambicioso llamado Lockhart, interpretado por Dane DeHaan (Valerian and the City of a Thousand Planets, 2017) es enviado a un remoto lugar en los Alpes suizos. Su objetivo es traer de vuelta al director de su compañía, el cual se encuentra en un centro de bienestar. Pero este centro terapéutico, que a primera vista parece idílico, resulta muy misterioso. Las sospechas del joven, pronto le harán descubrir que los milagrosos tratamientos del spa no son lo que parecen. Y es que, los propósitos del director de la instalación son mucho más siniestros que el simple servicio de las necesidades y atenciones de sus pacientes.

ANÁLISIS:

Dirigida por el norteamericano Gore Verbinski (Piratas del Caribe: en el fin del mundo, 2007) se trata de un film de suspenso y terror con una estructura fílmica bastante sólida, la cual descansa en un guión intrépido y bien logrado, mediante avanza la película, podemos adentrarnos en una misteriosa trama que mantiene al espectador sumido en su desenlace, sin embargo ya finalizando pierde su fuerza. Aún así es una película buena, que recuerda a Drácula o Frankenstein en sus mejores versiones, al amalgamar dos tiempos distintos en el mismo film, todo un logro. Con actuaciones correctas en un montaje de fotografía increíble, contando con escenas muy bien logradas, “la cura siniestra” cuenta con todo, menos un desenlace adecuado a tamaña obra.

VALORACIÓN:

Una increíble película de suspenso y terror, para una noche de verano. Del todo recomendada.

ENTRADA LIBERADA

“Una mujer fantástica” se exhibirá en Los Ángeles

Este martes 27 de febrero se presentará de forma gratuita el largometraje chileno nominado a los premios Oscar.

La cinta del realizador chileno Sebastián Lelio, “Una mujer fantástica”, se presentará el martes 27 de febrero, a las 20 horas; en la sala teatro ubicada en Colo Colo 484, en Los Ángeles y de forma totalmente gratuita; solo para mayores de 14 años.

Este largometraje chileno fue seleccionado para competir por el Oso de Oro en el Festival Internacional de Cine de Berlín. Asimismo, fue nominado al Oscar, en la categoría mejor película de habla no inglesa. Además fue la ganadora del Premio Goya en la categoría de mejor película iberoamericana.

Su protagonista la actriz Daniela Vega, interpreta a Marina una joven trans que debe luchar contra los prejuicios y sobrevivir a la muerte de su pareja.

El ingreso a la sala se hará hasta completar la capacidad de butacas del teatro por orden de llegada.

CASA PROPIA

¿Cuál es la mejor alternativa para elegir el Crédito Hipotecario?

Según informes emanados de instituciones bancarias, apoyo al consumidor y desde las mismas inmobiliarias, todo indica que Chile ha experimentado un alza en la demanda de Créditos Hipotecarios, lo que ha diversificado notablemente la oferta.

QUIENES han entrado a competir a paso firme en el mercado de créditos hipotecarios son las compañías de seguros

Debido a la gran cantidad de solicitudes de crédito Hipotecario que registran las empresas financieras y entidades bancarias han aparecido muchos productos relacionados con las necesidades de los clientes. De esta forma, han aparecido nuevos tipos de crédito Hipotecario, cada uno con sus debilidades, fortalezas y su público de interés.

Un crédito Hipotecario es un préstamo a mediano o largo plazo que se otorga para la compra, ampliación, reparación o construcción de una vivienda, compra de sitios, oficinas o locales comerciales, o para fines generales, es decir, los proyectos que el cliente que recibe el préstamo desee llevar a cabo.

La propiedad adquirida queda en garantía o "hipotecada" a favor del banco para asegurar el cumplimiento del crédito.

Los plazos a los cuales se otorgan estos créditos son de varios años, lo cual debe ser informado dentro de las características del crédito, debido a que hacen variar los costos y tasas de interés.

Según el ingeniero comercial Jorge Núñez, director de la Carrera de Ingeniería Comercial - en Concepción y Los Ángeles- de la Universidad Santa Tomás "para tomar la mejor decisión al respecto lo mejor es hacer uno mismo la investigación de mercado en cada entidad siempre fijándose en las variables valor de la vivienda, plazo y la cuota que puedo pagar".

Por ejemplo, en un ejercicio simple, indica Núñez, se puede obtener una buena tasa de interés. "Debemos estar atentos a las variaciones del mercado habitualmente informándose por medios especializados o también a través del ejecutivo del banco". Continúa "Primero solicito la simulación en un banco, luego puedo ir a su competencia y presento la misma cotización y espero la oferta, con estos papeles regreso al primer banco y puedo conseguir una mejor oferta".

El ingeniero comercial recalca no dejar en manos de terceros este trámite. "Hay que tratar de minimizar los precios operacionales, ya que según la tasa que se pague a cualquier entidad siempre es el usuario quien paga estos costos".

JORGE NÚÑEZ experto de UST, enfatiza fijarse en el dividendo final.

TIPOS MÁS COMUNES DE CRÉDITO HIPOTECARIO

Desde que apareció en el mercado esta alternativa de financiamiento para adquirir una casa, la misma ha tenido variaciones importantes en la forma, sin embargo, las reglas siguen siendo las mismas: apenas se proyecta la intensión de comprar un inmueble, la alternativa es la banca para optar a un préstamo.

Generalmente se debe tener una parte ahorrada de ante mano ya que ningún banco financia el 100% de la vivienda.

Asimismo se solicitan una serie de requisitos para que el crédito sea otorgado.

Existen, bajo esta modalidad, dos tipos de créditos o "grupos crediticios", sobre los que se puede optar.

El primero de ellos es créditos a tasa fija, en los que el comprador paga siempre la misma cuota durante todo el plazo que dura el repago del crédito.

Luego existe el más mencionado por los asesores los créditos a tasa variable, en el que el usuario comienza pagando menos por su crédito pero la cuota se actualiza, de forma mensual, semestral o anual, en base a un indicador o índice preestablecido.

En tercer lugar, tenemos un tipo de crédito del que mucho no se habla, y es el leasing habitacional. Este tipo de crédito Hipotecario permite mudarse siempre a una casa más cómoda, con mejor vista o más amplia, mientras se continúa pagando una cuota mensual. Es decir, el banco toma en parte de pago la vivienda actual, actualiza la cuota, y de esta forma presta dinero para una nueva vivienda.

INSTITUCIONES QUE FINANCIAN EL SUEÑO DE LA CASA PROPIA

Compañías de seguros, cooperativas y cajas de compensación, se suman a la oferta de los bancos con productos para distintos perfiles de clientes.

Jorge Nuñez, experto de UST, enfatiza en que antes de decidirse por una institución en particular, la cotización es clave, pues hay productos que se pueden ajustar mejor a sus necesidades y los ahorros pueden ser significativos.

"Fijarse en el dividendo final, porque puede haber diferencias enormes entre un producto y otro. Muchas veces la gente paga más de lo que debería y eso es sólo falta de información", sostiene Nuñez.

Quienes han entrado a competir a paso firme en el mercado de créditos hipotecarios son las compañías de seguros.

Aunque en rigor no son estas compañías las que entregan el crédito sino las mutuarias que en algunos casos son filiales de compañías de seguro o parte del holding al cual estas pertenecen.

*Promoción válida hasta el 28 de febrero de 2018. Precios COMPASS SPORT incluye bono marca de $1.500.000 y bono de $500.000 con financiamiento Santander Consumer. Fotografía Compass corresponde a modelo Limited. Precio $24.790.000. Precio RENEGADE SPORT MT 4X2 incluye bono marca de $1.000.000 y bono de $1.000.000 con financiamiento Santander Consumer. Condiciones de financiamiento Santander Consumer, monto mínimo a financiar Renegade y Compass de $6.000.000, plazo mínimo 24 meses con Producto Línea Normal. Monto Mínimo a financiar Grand Cherokee de $10.000.000, plazo mínimo 24 meses con Producto Línea Normal. Crédito sujeto a aprobación previa evaluación de antecedentes comerciales por Santander Consumer Chile S.A. ** Valores de consumo en ciudad obtenidos en mediciones de laboratorio según ciclo de ensayo de la comunidad europea, homologadas en el MTT, más información en www.consumovehicular.cl

SALAZAR ISRAEL, Av. Las Industrias 508, Los Ángeles. Tel: 600 818 6000,

#NEEDAJEEP

Jeep®

ESTUDIA CON UN SELLO QUE TE HARÁ ÚNICO

SANTO® TOMÁS

SEDE LOS ÁNGELES

ADM18IÓN
TUPUEDES.cl

CARRERAS 2018

UNIVERSITARIAS

- ☼ Derecho
- ☼ Enfermería
- ☼ Ingeniería Comercial
- ☼ Kinesiología
- ☼ Nutrición y Dietética
- ☼ Psicología
- ☼ Trabajo Social

PROFESIONALES Y TÉCNICAS

- ☾ Contador Auditor
- ☼ Gastronomía Internacional y Tradicional Chilena
- ☼ Ingeniería de Ejecución Agropecuaria
- ☼ Ingeniería de Ejecución en Administración
- ☼ Preparador Físico
- ☾ Servicio Social
- ☼ Técnico Agrícola y Ganadero
- ☾ Técnico en Administración
- ☼ Técnico en Educación Especial
- ☼ Técnico en Educación Parvularia
- ☼ Técnico en Enfermería
- ☼ Técnico en Odontología mención Higienista Dental
- ☼ Técnico en Trabajo Social

Plan Continuidad

- ☾ Ingeniería de Ejecución en Administración

☼ = Diurna ☾ = Vespertina

Mendoza N°120 • Fonos: 43 - 2536 683

Carreras acreditadas, ver agencias, sedes, modalidades y jornadas en www.cnachile.cl.

Comisión Nacional de Acreditación CNA Chile

UNIVERSIDAD ACREDITADA
Gestión Institucional / Docencia de Pregrado
3 AÑOS / Desde Dic. de 2017 hasta Dic. de 2020

INSTITUTO PROFESIONAL ACREDITADO
Gestión Institucional / Docencia de Pregrado
3 AÑOS / Desde Nov. de 2017 hasta Nov. de 2020

CENTRO DE FORMACIÓN TÉCNICA ACREDITADO
Gestión Institucional / Docencia de Pregrado
3 AÑOS / Desde Dic. de 2016 hasta Dic. de 2019

SELLO SANTO TOMÁS
VALORAR
EXIGIR
APOYAR

ARICA · IQUIQUE · ANTOFAGASTA · COPIAPÓ · OVALLE · LA SERENA · VIÑA DEL MAR · SANTIAGO · RANCAGUA · CURICÓ · TALCA · CHILLÁN · CONCEPCIÓN · LOS ÁNGELES · TEMUCO · VALDIVIA · OSORNO · PUERTO MONTT · PUNTA ARENAS

CEREMONIA EN CONCEPCIÓN

Municipio de Yumbel concreta firma de convenios en favor del deporte

El alcalde Juan Cabezas y el intendente Rodrigo Díaz materializaron traspaso de recursos para nueva construcción de Gimnasio Municipal y reposición del piso de gimnasio del Liceo de Río Claro.

EN LA INTENDENCIA REGIONAL se llevó a cabo la firma de convenio entre las autoridades de Yumbel y el intendente Díaz.

Muy satisfecho se mostró el alcalde de Yumbel, Juan Cabezas, junto a los concejales Mauricio Ruiz y Pedro Zúñiga, tras la firma de dos importantes convenios que ayudarán a revitalizar el deporte en la comuna del santo.

Uno de estos convenios, firmados con el intendente del Biobío, Rodrigo Díaz, es el que permitirá construir el Gimnasio Municipal de Yumbel en la nueva ubicación al costado norte del estadio.

FONDOS TRASPASADOS

En total son $1.694.117.000 provenientes del Fondo Nacional de Desarrollo Regional (FNDR) los que permitirán llevar a cabo las obras.

En segundo lugar se encuentra un convenio para la construcción, aislación y mejoramiento del piso del Gimnasio del Liceo de Río Claro. $59.390.000 es el monto total otorgado al Municipio a través del FNDR con el que estos trabajos se llevarán a cabo.

Ambos proyectos son anhelados por la comunidad yumbelina, sobre todo el que finalizará con la construcción del nuevo Gimnasio Municipal. Esto permitirá potenciar la práctica deportiva para el nivel competitivo y retomar el lugar de privilegio que tuvo la comuna en campeonatos de básquetbol y otras disciplinas.

Por ello el alcalde Juan Cabezas llamó a los dirigentes deportivos a trabajar en conjunto con el Municipio para seguir impulsando proyectos y dar cabida a todas las expresiones deportivas.

SE GESTIONARÁ DIRECTAMENTE CON EL MÉDICO

Afiliados a Fonasa ya no deberán sacar más bono en papel

La directora nacional del Fondo Nacional de Salud, Jeanette Vega, anunció la eliminación de este trámite al momento de solicitar atención.

ACTUALMENTE LOS USUARIOS pueden gestionar sus bonos de forma presencial o a través de internet.

La directora nacional de Fonasa, Jeanette Vega, se refirió a los cambios que está realizando la institución con el fin de hacer más sencilla y fácil la atención a los afiliados al sistema.

Entre los cambios a destacar, está el término del bono papel, el cual busca que los afiliados se atiendan directamente con el médico y no deban comprar su bono en una sucursal, logrando un proceso más fácil, oportuno y eficiente.

MARCHA BLANCA

"Nuestra idea final, es que la gente no tenga que ir a comprar ningún bono, sino que vaya directamente al doctor. Y en el doctor se atienda, pague la diferencia, y Fonasa le paga directamente al médico", destacó la jefa de servicio.

Además, agregó que la marcha blanca ya partió, "y en el fondo, la manera que va a funcionar para las personas es súper simple: simplemente tienen que pedir la hora a su médico, y decirles que son Fonasa. Va donde el médico, cuando llegue le solicitarán su carnet de identidad para verificar y le van a pedir que pague el porcentaje que no cubre Fonasa. Si la persona tiene un seguro complementario, nosotros nos encargamos de ese trámite, y se atienden. Eso es todo", explicó.

Cabe señalar que actualmente los usuarios de Fonasa pueden adquirir bonos directamente en las distintas sucursales que la institución posee a lo largo del país o a través de internet, mediante el sitio web www.fonasa.cl

También hace pocos meses se puso a disposición del público una aplicación para ser descargada a los equipos móviles de las personas y desde ahí poder gestionar la compra de bonos.

Más información en Colo – Colo 464 Los Ángeles / teléfono 43 2311040

PELUQUERÍA **NELSON**

¡ESTILISTA INTERNACIONAL GALARDONADO!

CAMPEÓN SUDAMERICANO 2017
CAMPEÓN NACIONAL 2015 – 2017

EDIFICIO ESPAÑA, LOCAL 74. 2º NIVEL
+569 94690981 – LOS ÁNGELES

CostaCalvo
CLUB DE CAMPO

ARRIENDO DE CANCHAS
DE FUTBOLITO 7 X 7 CANCHA SINTÉTICA.

Convenios empresas. Arriendo Club House
y Domo para todo tipo de eventos.

43 2 542104
CONTACTO@COSTACALVO.CL
WWW.COSTACALVO.CL

HM | HOTEL **MULCHÉN**

CALEFACCIÓN CENTRAL – AIRE ACONDICIONADO – SHOWER DOOR - ESTACIONAMIENTOS PRIVADOS – FRIGOBAR – TV CABLE – WI FI .

Villagra 510 Mulchén / a 4 kms. Ruta 5 Sur.

Gran salón de eventos frente a la plaza de armas.

Correos / Reservas@hotelmulchen.com - hotelmulchen@outlook.com
Teléfonos / 43-22569136 – Celulares 978978632 - 990430617

Guía de Utilidad Pública

Teléfonos de Emergencia

Hospital Los Ángeles	2336000
Ambulancia (SAMU)	131
Cruz Roja	2314057
Hospital (Mesa central)	2336000
Clínica Los Andes	2210256
Clínica Adventista	2524300
Fonasa	2332113
Bomberos	132
Investigaciones	134
Carabineros	133
Carabineros (Fono Drogas)	135
Prefectura Bío Bío Nº 20	243000
Tenencia Carreteras Bío Bío	2243042
1ra. Comisaría Los Ángeles	2242024
Subcomisaría Paillihue	2243051
Tenencia Centenario	2243047
Retén Cb. 1ro. 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
Essbío	2321151
Fono Sida (N° nacional)	800-202120
Fono Sida (N° local)	2320099
Conaf	130
Incendios Forestales	2322126
Juzgado de Letras N° 1	2312439

RICO
FRESCO
SALUDABLE
Donburi

VEN A DISFRUTAR DE LOS MEJORES BOL DE ENSALADAS

*Con pollo, cerdo, kanikama o camarón
*Salsas de merkén, ajo y jengibre orégano
*Refrescantes limonadas de regalo
*Amplio estacionamiento subterráneo

9 8357 7241 Donburi Ensaladas
ERCILLA 195 PASEO ALCORTA LOCAL 13, LOS ÁNGELES

Panadería
Pastelería
Helados

SU ELECCIÓN
PERFECTA

La mejor calidad, al mejor precio.

Colón 333 **Fono** 2311775 / **Almagro** 1236 **Fono** 2362392

AGUA Y PROYECTOS

Diseño e instalación de riego agrícola y de áreas verdes.
Instalación bombas. Geofísica aguas subterráneas.
Pozos profundos. Inscripción derechos de aguas y pruebas de bombeo. Energías renovables no convencionales (ERNC).
Sistemas de agua potable rural (APR) y privados.
Redes húmedas contra incendio.
Diseñamos, vendemos e instalamos hidráulica en toda la Zona Centro Sur de Chile. http://aguayproyectos.cl

COTICE AL +56 9 683 57 369 aguayproyectos@gmail.com

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 Ángeles: Calle 3 Lote 35 El Maitén Fono: 962194284-966777851
Concepción: Luis Acevedo Nº 45 Chiguayante Fono: (41) 2357632
Chillán: Lote 11 Fundo Chiquimávida s/n Fono: (42) 2971375

COTENNE

Taller de Enmarcaciones, variedad en molduras.
Fono: +569 980 215 17 / cotenne42@gmail.com
WWW.COTENNE.CL

cottolengo

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 Pocorobba	Almagro 1120	F. 2362382

SE VENDE
RESTAURANT - PUB
(INCLUYE PATENTE ALCOHOLES Y MOBILIARIO)
FONO 9 93509758 / DERECHO A LLAVES

NUEVA **OFICINA** Terminal Vega Techada

SALIDAS A: SANTA BARBARA – QUILACO A LAS 19:45 HRS
MULCHEN – COLLIPULLI A LAS 19:00 HRS
HUEPIL – POLCURA A LAS 20:00 HRS.
MULCHEN A LAS 20:30 HRS.

VENTA DE PASAJES A TODO DESTINO
CONSULTE POR PROMOCIONES AL **FONO: 43-231 1960**

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 y bailable

Reservas al fono 43-2320058

Colo Colo 235 Los Ángeles

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

20.1 Propiedades Venden

Vendo Casa Central, Los Castaños Sor Vicenta, Valor $73.000.000.- Conversable. Llamar +56945751089 43 2321895

Sitios 20 x 58 y 25 x 58, 10 minutos Los Ángeles. $7.500.000.- $6.500.000.- 87032502 - 432655815

20.2 Propiedades Arriendan

Arriendo en Santiago (Ñuñoa) con Estacionamiento. Valor $330.000.- Llamar +56945751089 43 2321895

Arriendo Oficina Nueva Sector Universitario. Valor $320.000.- Interesados llamar +56945751089 43 2321895

30.2 Propiedades Agrícolas Compra

Compramos campos superior a 50 hectáreas, de rulo y riego, sector Los Ángeles, Quillón, Santa Bárbara, Pemuco, Cabrero, 979111242, 97775676, 422240217.

50.1 Empleos Ofrecen

Necesito Personas Atender Panadería Sueldo Mínimo Más Imposiciones. Fono: 432362465

FUNDACIÓN JUAN XXIII. Requiere Especialista en Informática para Escuela Juan Pablo II Católica, enviar currículum a c.maldonadojp@gmail.com

Necesito Asesora Honrada, Responsable, Ágil, Puerta Adentro, Los Ángeles, $350.000.- Líquido, 959911707

Necesito Asesora para Santiago. $420.000.- Líquido. Puerta Adentro, Estable. 971501151

50.2 Empleos Buscan

SE OFRECE SEÑORA para trabajar como asesora de hogar de lunes a viernes de 8:00 a 16:30 hrs. 956314376

SE OFRECE SEÑORITA para trabajar de cajera con curso al día o ayudante de administrativo con experiencia en ambos rubros, disponibilidad inmediata. 956627942

SE OFRECE MATRIMONIO para cuidar parcela o campo. (Mulchén) 954475981

SE OFRECE SEÑORA para trabajar como asesora por jornada completa de lunes a viernes. 990960103

SE OFRECE SEÑORA para cuidar adulto mayor o similar. 965081736

SE OFRECE SEÑORA para trabajar como ayudante de cocina u otro. 965081736

SE OFRECE SEÑORA para trabajar como asesora de hogar. 965081736

SE OFRECE SEÑORA para trabajar con adulto mayor o con cualquier enfermedad, de lunes a viernes, con experiencia de años 90708531

SE OFRECE SEÑORA para cuidar adulto mayor. Disponibilidad inmediata. 954638256

SE OFRECE SEÑORA para hacer aseo en casa o empresa. Disponibilidad inmediata. 954638256

SE OFRECE 3 SEÑORAS para hacer aseo en empresas. 962243494

SE OFRECE SEÑORA para aseo hotel, residencia o cuidar niños. 962243494

SE OFRECE SEÑORA Para cuidar adulto mayor, día y noche de lunes a viernes, disponibilidad inmediata. 987144982

SE OFRECE SEÑORA para trabajar de asesora de hogar o ayudante cocina de lunes a viernes, disponibilidad inmediata. 954346908

SE OFRECE INGENIERO en administración con experiencia. 954604725 - 958197557

SE OFRECE MATRIMONIO para cuidar campo. 954346908

SE OFRECE SEÑORA para cuidado de adulto mayor. 984042814

80 Servicios

¿DESPEDIDO DEL TRABAJO? Cotizaciones IMPAGAS ACCIDENTES LABORALES, Abogados Especialistas, cobran terminado juicio. (Cel/wsp 974978797.)

Señorita ofrece Traducciones de Inglés por canciones de la Radio, Precio Conversable. Tratar fono: 983049721

CONSTRUCCIÓNDECASAS ampliaciones, pintura, cerámica, gasfitería, piso flotante, estructuras metálicas. 983848393

MOTOSIERRISTA SE ofrece para hacer astillas, cortar árboles, en Los Ángeles, disponibilidad inmediata. 987144982

SE OFRECE CARPINTERIA y albañilería, ampliación y construcción de viviendas. 945203413

SE OFRECE MAESTRO en cerámica, porcelanato, piedra pizarra, piedra laja, radier y piso flotante. 993706305

SE OFRECE PROFESORA de Ciencias con experiencia. 973957273

SE OFRECE ELECTRICISTA autorizado (SEC) para tramitación de empalmes T-1 y para realizar trabajos eléctricos en general. 959576793

SE OFRECE SOLDADOR construcción con experiencia, disponibilidad inmediata. 967037214

SE OFRECE CARPINTERO para remodelación, ampliaciones, techumbre, fabricación casas. 956412317

CONTADORA OFRECE sus servicios profesionales a empresas, jornada completa, disponibilidad inmediata. 994259113

SE OFRECE MAESTRO para trabajar en construcción general y gasfitería - cerámicos - instalación de calefont - Fosas Sépticas. 989804663

95 Varios

Se dan en adopción perritos y gatitos de dos meses de edad aproximados, fotos y más información a: 959120512 - 988333135

VENDO MUEBLE BLANCO de cocina 50 x 80 cm. $10.000.- Chapa de puerta $5.000.- 963097691

VENDO CALEFONT nuevo Madensa 8 Lt. automatico ionizado $80.000.- 982660464

VENDO COCINA GAS 4 platos con horno - tapa MADENSA $50.000.- 955253643

VENDO ENCICLOPEDIA médica para el hogar (española) cuatro tomos. $60.000.- 959466073

VENDO AJOS CHILOTES valor $6.500.- el kilo. 989328312 - 955189394

SE VENDE HORNO artesanal excelente estado, valor $250.000.- 432490823 – 971755533

SE VENDE BICICLETA elíptica, excelente estado y máquina de coser marca Singer. 977576698

SE VENDEN 2 TERNOS talla 44 - 46, traje de fiesta y ropa usada. 977576698

SE VENDE PEDAL Wah Wah marca Vox, sin uso $25.000.- 994137690

SE VENDE PEDAL efectos zoom g1 on $20.000.- sin uso. 994137690

SE VENDE MESA $35.000.- Vendo trompo concretero $ 180.000.- Vendo marquesa $45.000.- conversable, vendo neumáticos aro 16 $25.000 c/u. 983189642

VENDO ENCICLOPEDIA segunda guerra mundial 12 tomos. $120.000.- 998847706

VENDO CACHORRO fox terrier macho 2 meses de edad vacunado y desparasitado. $45.000.- 988898515

95 Varios

SE VENDE ENSERES de casa por cambio de residencia, tratar al 977018683

VENDO ACORDEÓN MEISTEHAFT 48 Bajos 5 registros, prácticamente nueva. 998847706

SE REGALA PERRO de 3 años 75% border-collie, llamar al 998731827

SE VENDE BICICLETA 4-6 años o mas, nueva, valor $22.000.- 978707706

SE VENDE COCHE Bebesit anclaje silla de auto, $60.000.- 978707706

VENDO IMPRESORA multifuncional negro y color, excelente estado $20.000.- 978707706

SE VENDE MÁQUINA para fumigar 15 litros y cocinilla de camping. 973127799

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:

LUNES 26 DE FEBRERO DE 2018

DATOS PERSONALES

Nombre:

R.U.N.:

Teléfono:

Dirección:

Ciudad:

La Tribuna

$ Avisos Económicos

Documentos

TALONARIO CHEQUE EXTRAVIADO: Nº 9050301 al N° 9050335. Cta.Cte.Nº56100031456, Banco Estado Oficina Mulchén. Queda nulo y sin valor por haberse dado el aviso correspondiente. (26345)

TALONARIO CHEQUE ROBADOS: Nº 985 al N° 1015. Cta. Cte. Nº 000062069422, Banco Santander Oficina Los Ángeles. Queda nulo y sin valor por haberse dado el aviso correspondiente. (26352)

Documentos

REMATE: 17º JUZGADO CIVIL SANTIAGO, Huérfanos 1409, 5º piso, rematará 20 marzo 2018, a 15:00 hrs. Propiedad ubicada en la comuna de Los Ángeles, que corresponde a Lote B uno guión veintiuno de la subdivisión de parte del lote B, del Fundo Laguna Verde, Región del Biobío. Inmueble inscrito a fojas 2517, número 2238 del registro de propiedad del año 2016 del CBR de Los Ángeles. Mínimo para las posturas $2.357.515.- Pago contado dentro tercer día hábil efectuado remate. Interesados deberán rendir caución equivalente 10% mínimo mediante vale vista orden Tribunal. Ver autos Rol C-11174-2017, "Aval Pyme S.A.G.R con Holzbau S.A.". Ejecutivo. La Secretaria.- (26341)

REMATE: 17º JUZGADO CIVIL SANTIAGO, Huérfanos 1409, 5º piso, rematará 20 marzo 2018, a 15:00 hrs. Propiedad ubicada en la comuna de Los Ángeles, que corresponde a Lote B Uno guión Diez de la subdivisión de parte de Lote B, del Fundo Laguna Verde, Región del Biobío. Inmueble inscrito a fojas 2518, número 2239 del registro de propiedad del año 2016 del CBR de Los Ángeles. Mínimo para las posturas $3.837.739..- Pago contado dentro tercer día hábil efectuado remate. Interesados deberán rendir caución equivalente 10% mínimo mediante vale vista orden Tribunal. Ver autos Rol C-11174-2017, "Aval Pyme S.A.G.R con Holzbau S.A.". Ejecutivo. La Secretaria.- (26341)

REMATE: Ante Juzgado de Letras y Garantía de Cabrero, Las Delicias N°55, en secretaría del Tribunal, en autos "COOPEUCH LTDA. Con HINOSTROZA", ROL C 297-2013, se rematará el día 15 de Marzo de 2018 a las 11:00 horas un inmueble ubicado en la comuna de Cabrero, pasaje Los Perales número 267, que corresponde al Lote número 8, de la Manzana 1, del sector denominado Jardines del Alto, de la comuna de Cabrero, cuyos deslindes especiales son los siguientes : NORTE, en ocho coma 8,80 metros, con pasaje Los Perales antes pasaje 1 ; SUR en 8,80 metros, con lote D2 de propiedad de Constructora García ORIENTE, en 12,60 metros, con sitio 7; y PONIENTE, en 12,60 metros, con sitio 9. E1 dominio se encuentra inscrito en el Conservador de Bienes Raíces de Cabrero, a fojas 406 vta. N° 293 del Registro de Propiedad del año 2005, del citado Conservador. Postura mínima será la suma de $6.932. 264. Precio pagadero contado dentro 3° día hábil siguiente del remate. Todo postor deberá rendir caución equivalente a 10% mínimo a excepción de la cooperativa ejecutante, por vale vista a la orden del Tribunal. Bases y antecedentes. Secretaria Tribunal. (26354)

REMATE: Segundo Juzgado Civil Temuco, Balmaceda 490 2º piso, "FERIA BERNEDO S.A. con SOCIEDAD COMERCIAL MELO Y ARANEDA LTDA." Rol C-3985-2014, miércoles 14 marzo 2018, 11:00 horas, pública subasta inmueble calle Lord Cochrane 561, Los Ángeles. Deslindes Norte: con sitio de don José Segundo Alarcón; Sur: con terrenos que fueron de firma Godoy Teillery, después de don Manuel Fuentes, hoy de don Jaime Zegpi; Oriente: con calle Lord Cochrane; y Poniente: con callejón de cinco metros de ancho que da salida a la calle Condell. Inscripción fs. 3176 N° 1641 año 2011 registro propiedad Conservador Bienes Raíces Los Ángeles. Mínimo postura $34.670.451 conforme avalúo fiscal aprobado. Garantía participar subasta 10% mínimo efectivo, vale vista. Demás antecedentes Secretaría Tribunal. (26338)

ÍNDICES BURSÁTILES

Los índices son un promedio de las cotizaciones de una cartera de acciones representativas de un mercado. Se calculan como un promedio ponderado por capitalización de mercado. Los índices entregan una idea general del comportamiento del mercado, y constituyen la principal referencia –*benchmark*– para comparar el rendimiento de distintos instrumentos financieros.

CON DIVIDENDO

Índice	Valor	% Var.	Rent. 7 días	Rent. 30 días	Rent. 52 sem.	Rent. Año
IPSA	5.106,41	+0,62	0,60	5,58	24,03	23,00
IGPA	25.480,89	+0,58	0,50	5,35	25,18	22,89
INTER-10	6.146,25	+0,36	0,42	4,32	21,42	24,31
BANCA	9.848,47	+0,56	2,24	6,87	33,17	23,69
COMMODITIES	4.422,22	+1,84	1,86	11,56	46,58	31,05
CONST. &INMOB.	6.762,85	-0,32	0,17	7,09	40,54	31,83
CONSUMO	6.103,67	+0,22	-1,37	-0,60	13,47	16,52
INDUSTRIAL	3.171,31	+0,81	2,40	8,15	43,24	42,40
RETAIL	5.818,57	+0,39	2,50	8,92	22,14	14,70
UTILITIES	5.089,54	-0,37	-3,03	0,61	1,83	19,00
IGPA SMALL	41.444,41	+1,08	3,22	12,31	40,90	30,67
IGPA MID	24.069,53	+0,20	-1,12	2,60	15,17	18,01
IGPA LARGE	22.016,29	+0,67	0,69	5,54	24,67	23,49

SIN DIVIDENDO

Índice	Valor	% Var.	Rent. 7 días	Rent. 30 días	Rent. 52 sem.	Rent. Año
IPSA	3.879,67	+0,62	0,60	5,58	20,91	20,37

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)	Últimos 12 meses (5)
2017						
Marzo	46.368	556.416	115,20	0,4	1,2	2,7
Abril	46.461	557.532	115,48	0,2	1,4	2,7
Mayo	46.647	559.764	115,63	0,1	1,5	2,6
Junio	46.740	560.880	115,18	-0,4	1,1	1,7
Julio	46.787	561.444	115,45	0,2	1,4	1,7
Agosto	46.600	559.200	115,69	0,2	1,6	1,9
Septiembre	46.693	560.316	115,51	-0,2	1,4	1,5
Octubre	46.786	561.432	116,19	0,6	2,0	1,9
Noviembre	46.692	560.304	116,29	0,1	2,1	1,9
Diciembre	46.972	563.664	116,46	0,1	2,3	2,3
2018						
Enero	47.019	564.228	117,00	0,5	0,5	2,2
Febrero	47.066	564.792				
Marzo	47.301	567.612				

(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 2016: 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 Agosto de 2017 hasta el 9 de Septiembre de 2017, de acuerdo a tabla proporcionada por el Banco Central.

FECHA	U.F.	I.V.P
	FEBRERO 2018	
01-02-2018	26.825,81	27.963,99
02-02-2018	26.826,67	27.965,67
03-02-2018	26.827,54	27.967,35
04-02-2018	26.828,40	27.969,03
05-02-2018	26.829,27	27.970,71
06-02-2018	26.830,13	27.972,39
07-02-2018	26.831,00	27.974,07
08-02-2018	26.831,86	27.975,75
09-02-2018	26.832,73	27.977,43
10-02-2018	26.837,51	27.979,46
11-02-2018	26.842,29	27.981,49
12-02-2018	26.847,07	27.983,51
13-02-2018	26.851,86	27.985,54
14-02-2018	26.856,64	27.987,57
15-02-2018	26.861,42	27.989,60
16-02-2018	26.866,21	27.991,63
17-02-2018	26.870,99	27.993,66
18-02-2018	26.875,78	27.995,69
19-02-2018	26.880,57	27.997,72
20-02-2018	26.885,36	27.999,74
21-02-2018	26.890,15	28.001,77
22-02-2018	26.894,94	28.003,80
23-02-2018	26.899,73	28.005,83
24-02-2018	26.904,52	28.007,86
25-02-2018	26.909,31	28.009,89
26-02-2018	26.914,11	28.011,92
27-02-2018	26.918,90	28.013,95
28-02-2018	26.923,70	28.015,99
	MARZO 2018	
01-03-2018	26.928,49	28.018,02
02-03-2018	26.933,29	28.020,05
03-03-2018	26.938,09	28.022,08
04-03-2018	26.942,89	28.024,11
05-03-2018	26.947,69	28.026,14
06-03-2018	26.952,49	28.028,17
07-03-2018	26.957,29	28.030,20
08-03-2018	26.962,09	28.032,23
09-03-2018	26.966,89	28.034,27

MONEDA

Dólar	591,56	Pesos
Euro	734,05	Pesos
Índice de Tipo de Cambio Multilateral	99,99	Índice

QUILLECO

XVII Festival de la Palomilla 2018

Un gran marco de público coronó la última noche de este connotado evento quillecano, donde los vecinos de Villa Mercedes, Canteras y Quilleco disfrutaron tres noches de música y talento local.

El evento dirigido a la familia tuvo mucha variedad en Villa Mercedes se presentó el doble de Luis Miguel, Los Tukas del Sur, y Julio Palacios y la Gran Sonora. Mientras que en Canteras se presentó la doble de Yuri, José Alfredo Fuentes, quien recordó sus mejores éxitos de su carrera artística, finalizando al ritmo de los Los Rancheros del Lago Villarrica.

Finalmente en la media luna de Quilleco, se presentó el doble nacional de Salvatore Adamo, los hermanos Bustos el grupo angelino, Huiracocha y cerrando la sonora Cubanacán. El ganador de la competencia fue Andrés Mosquera, oriundo de la ciudad de Tucapel, quien se llevó un galvano y un premio en dinero.

DEPORTES

JOCELYN SAAVEDRA, PREPARADORA FÍSICA

Core stretch: el nuevo estilo de entrenamiento que buscan posicionar en Los Ángeles

JOCELYN SAAVEDRA ES PREPARADORA FÍSICA de la Universidad Santo Tomás e instructora de yoga y pilates.

Mejorar la coordinación, agilidad, resistencia muscular y flexibilidad del cuerpo están entre los beneficios que entrega la práctica de este método de trabajo.

Un nuevo estilo de entrenamiento que combina ejercicios de yoga y pilates, pero que no corresponde al método conocido como "yogalates", que fusiona precisamente la práctica de estas dos disciplinas, es el que ha instaurado en Los Ángeles la preparadora física Jocelyn Saavedra.

Esta joven profesional contó que se trata de una técnica nueva, que ella misma diseñó, mientras estudiaba su carrera. La denominó "Core stretch" y es la que hoy utiliza para impartir clases en su sala de entrenamiento, en el centro Sathya Prema, ubicado en el kilómetro 2 camino a Cerro Colorado, Los Ángeles.

FOCO DEL TRABAJO

"Lo enfoco en cuidar tú cuerpo. Creo que toda la gente tiene que pasar por alguna disciplina así, antes de hacer cualquier otra actividad que involucre mucho más esfuerzo físico. Con esta técnica las personas, aparte de cuidar el cuerpo, ganan resistencia y aprenden a hacer bien el ejercicio", explicó la también instructora de yoga y pilates.

Sobre sus clases indicó que el trabajo involucra una serie de repeticiones, con pausas y que cada sesión la prepara "de acuerdo a lo que queremos ganar esa semana. Por ejemplo, si quiero mejorar resistencia voy a trabajar ejercicios musculares para eso, en brazos, piernas, abdomen, glúteos. Todos los ejercicios son focalizados", destacó Jocelyn.

En cuanto a los beneficios que proporciona este tipo de entrenamiento comentó que en lo físico mejora la coordinación, la agilidad, la resistencia muscular y la flexibilidad, y en lo psicológico, "mejora la autoestima, porque la gente cuando se ve mejor de afuera inmediatamente genera algo dentro", enfatizó la profesional.

Contó que empezó dando clases a 2 alumnos y ahora tiene 20, hombres y mujeres, cuyas edades fluctúan entre los 12 a los 73 años. Además, realiza clases personalizadas en empresas y "trabajo para algunos proyectos en hospitales, juzgados y colegios", reveló.

PREJUICIOS DE LA GENTE

Aseveró que no hay falta de conocimiento en la gente sobre este tipo de entrenamientos, sino más bien "hay una información mal entregada o errónea, porque la gente cree que estos son ejercicios que te van a relajar, porque cuidan mucho tu postura y en realidad eso no es así, son ejercicios que, al contrario, te ayudan a mejorar tus capacidades físicas", reafirmó.

Señaló que la práctica de esta disciplina debe lidiar con dos tipos de prejuicios: uno socioeconómico y otro de género. Con el primero "porque la gente que tiene pocos recursos siente que no puede tomar estas cosas, que son muy caros, aunque en algunos lugares es así, sobretodo el yoga y pilates", precisó. Y con el segundo, porque "los hombres creen que son ejercicios muy básicos, entonces como que les da vergüenza que los molesten", dijo.

Las personas interesadas en tomar sus clases pueden recabar más información en el Facebook "Core stretch yoga y pilates".

ORGANIZADORES REALIZARON POSITIVA EVALUACIÓN

Masiva jornada de básquetbol reunió a 150 jugadores en el Polideportivo

Encuentro deportivo reunió a siete clubes en la disciplina: Capchile de Los Ángeles, Alemán de Concepción, Fénix de Cabrero, San José de Temuco, Escuela de Básquetbol de Laja, Rayito de Sol de Yumbel y Nets de Mulchén.

Un total de 150 jugadores en damas y varones, de distintas edades, reunió el Encuentro de Básquetbol realizado este sábado en el Polideportivo de la capital provincial y que fue organizado por el club en la disciplina, Capchile de Los Ángeles, y patrocinado por el municipio local.

Además de la entidad organizadora, participaron de la actividad a modo de invitados los clubes Alemán de Concepción, Fénix de Cabrero, San José de Temuco, Escuela de Básquetbol de Laja, Rayito de Sol de Yumbel y Nets de Mulchén.

El coordinador del evento, Luis Ulloa, explicó que la jornada, que partió a eso de las 9 de la mañana y finalizó pasadas las 19:00 horas, no tenía un fin competitivo, sino solamente deportivo.

OBJETIVO FINAL

"Había que cumplir, llegar y estar, ese era el primer objetivo del encuentro y todos cumplieron", indicó.

"Los representativos más allá de haber sacado buenos resultados, los partidos tenían un carácter de encuentro, por lo que resultaba feo distinguirlos con primeros y segundos lugares. Para un campeonato hay que revisar carnets, hay que poner copas, en cambio acá se optó por entregar 150 medallas a todos los jugadores", agregó.

No obstante, Ulloa reconoció que detrás de este tipo de actividades existe un fin superior. "Este encuentro sí tenía un gran objetivo y ese es que el día de mañana se pueda conformar una asociación de básquetbol para Los Ángeles como la que existió hace 30 años. La idea no es reflotar la misma, sino que hacer una nueva para poder tener opción a los campeonatos federados", especificó.

Durante la jornada se disputaron partidos en las categorías de Sub 15 damas y varones, Lady Damas (sobre 35 años) y Seniors Varones (sobre 40 años).

DURANTE LA JORNADA se disputaron partidos en las categorías Sub 15 damas y varones, Lady Damas y Seniors Varones (Fotografía Alberto Zúñiga).

ENTREGAN NÓMINA COMPLETA

Confirman plantel de Iberia para la temporada 2018

ESTE AÑO EL PLANTEL de Iberia será dirigido por el ex lila Patricio Almendra.

La institución a través de su Facebook oficial dio a conocer a los 27 jugadores que este año conformarán el equipo que participará en el campeonato de la Segunda División.

A través de su Facebook oficial, el club Iberia Sadp oficializó su plantel para la temporada 2018, dando a conocer el nombre de los 27 jugadores que este año defenderán los colores de la azulgrana en el campeonato de la Segunda División Profesional, bajo las órdenes del nuevo cuerpo técnico contratado para dirigir el equipo, el cual encabeza el ex lila Patricio Almendra.

De acuerdo a lo informado, el grupo quedó conformado por los arqueros Gustavo Merino y Julio Roca, el primero proveniente de Naval, y el segundo, de Malleco de Angol.

En la delantera destaca la permanencia del ya ídolo azulgrana, el argentino Diego "Tanque" Ruiz, y también de sus compañeros Diego Aguilera, Nicolás Bascur, Leandro Pasmiño y Joaquín Aguilera. Mientras que la única incorporación en el ataque es la de John Salas, proveniente de la Universidad de Chile.

En la zona media los únicos sobrevivientes de la temporada pasada son Edgard Rodríguez, Diego Roa, Felipe Elgueta, Diego González y Byron Perales. En tanto, se suman al plantel en labores de mediocampo los ex navalinos Leonardo Hernández, Patricio Leiva, Luis Pacheco y Juan Pablo Aguilera; el ex Colchagua José Higueras, más el retorno de otro ídolo angelino, José Salcedo, quien el año pasado vistió la camiseta de Cobreloa.

Finalmente, en defensa se mantuvieron Diego Zambrano, Ricardo Petinelli y Benjamín Povea, y llegaron Luis Felipe Díaz desde Palestino, Jeri Carrasco y Daniel Castillo de Naval, Bastián Henríquez de Huachipato y Gustavo Aguayo de Colchagua.

CON EJERCICIO Y BUENA ALIMENTACIÓN

Conoce cómo eliminar la grasa abdominal lateral

El "flotador" le da más de un dolor de cabeza a quienes buscan verse mejor pese a haber bajado de peso.

Pese a que se puede bajar de peso de forma sencilla, para muchos existe un problema que cuesta solucionarlo. Y es que siempre quedan esos rollos a un costado del abdomen, conocidos popularmente como "flotadores", los que traen más de un dolor de cabeza a quienes buscan verse mejor. Por lo mismo, a continuación contamos cómo mejorar aquello.

LA PRESIÓN SOBRE EL ABDOMEN AYUDA A QUEMAR LAS GRASAS DE ESA ZONA.

SOLUCIÓN 1: OLVIDA LOS TÍPICOS ABDOMINALES Y QUEMA GRASAS

Para los hombres cuyo flotador parece haberse instalado en su abdomen con intención de quedarse, Enrique Moreno, director técnico del Tyris Spa + Fitness aclara un histórico malentendido: la eficacia de la repetición de abdominales como método para acabar con el flotador, sin alcanzar la categoría de leyenda urbana, es muy discutible. Después de 15 años de experiencia, Moreno sabe que "hacer desaparecer esa grasa y lucir abdominales es el objetivo principal del 99% de los hombres". Aun así desaconseja centrar todas las energías en la práctica de los abdominales de toda la vida. "Pueden ser un complemento", dice. "Pero si el objetivo es marcar el abdominal, antes de lanzarnos a practicar infinitas repeticiones, hay que reducir la grasa de la zona", aclara el entrenador, que dirige un equipo de 25 profesionales del ejercicio físico.

El objetivo número uno, por tanto, pasa por conseguir un Índice de Masa Corporal (IMC) adecuado y reducir el porcentaje de masa adiposa en la zona. "El flotador es como un almacén. Si tuviésemos que pasar una semana sin comer, nuestro organismo recurriría a los recursos energéticos que se acumulan ahí", explica. Lo malo es, claro, cuando el almacén está a reventar y no agotamos las reservas que hemos ido acumulando.

Su primer consejo consiste en no alimentar la masa adiposa que se acumula en la zona y optar por una dieta equilibrada. Una vez vaciada nuestra nevera de grasas saturadas y fritos, el especialista recomienda practicar actividad física de manera constante, preferiblemente tres días a la semana, empezando con un ejercicio cardiovascular suave: caminar en cinta elíptica, crossover, bicicleta, natación y cualquier otra actividad física o deportiva que eleve el ritmo cardíaco y queme calorías a un ritmo mayor del que se adquieren. "Un ejercicio aeróbico ligero permite incrementar el consumo de la masa adiposa del flotador: caminar, trote suave, step, spinnig, baile, natación y cualquier otra actividad que implique consumo energético y un movimiento suficiente".

Para evitar interpretaciones sobre lo que es "suficiente", Moreno cifra la intensidad de ese ejercicio en una frecuencia cardíaca de entre un 60 y un 70% de nuestras pulsaciones máximas. Así, aplicando la "fórmula de Karvonen", un hombre de 40 años cuyas pulsaciones máximas estén en torno a las 180 (considerando una máxima de 220, se le resta la edad), debería trabajar a un 70% de su capacidad (entre 120 y 130 pulsaciones por minuto).

Eso sí, pinchar el flotador lleva su tiempo: al menos 45 minutos por cada sesión de ejercicio. La razón es fácil de explicar. "Cuando te subes a una bicicleta, por ejemplo, la energía que se consume durante los primeros 30/40 minutos procede de los depósitos de que nuestro organismo tiene más a mano: glucógeno muscular, fosfocreatina, ATP, hidratos de carbono... Sin embargo, los ácidos grasos, que son una fuente de energía de larga duración de la masa adiposa del flotador, no comienzan a consumirse significativamente hasta que no agotamos los de corta duración". Por eso, Moreno recomienda practicar ejercicio cardiovascular durante al menos 40 ó 45 minutos. "Hasta entonces, el metabolismo de los ácidos grasos es muy escaso". Un esfuerzo de menos de tres cuartos de hora no sirve para reducir el flotador.

El especialista apuesta por ejercicios variados en forma de circuito: "20 minutos de bicicleta, 20 de elíptica y otros 20 de cinta. Eso sí, hay que vigilar bien la intensidad y estar atento al pulsómetro para no excederse ni quedarse corto con la intensidad, en torno a 120-130 pulsaciones". Y, pese al reciente auge del running, el preparador desmiente que correr sea más efectivo para quemar grasas que otras prácticas deportivas. "No es que correr sea más o menos efectivo que otros ejercicios. Lo que sí es cierto es que la intensidad del esfuerzo es mayor. Para una persona que ya tiene cierto nivel de entrenamiento, un trote suave puede ser muy efectivo, aunque no le suponga mucho esfuerzo. Mientras, para otra que esté menos habituada al ejercicio le supondría un sobreesfuerzo y es preferible que empiece caminando a un ritmo vivo, sin llegar a trotar".

Pero no hay que obsesionarse con ejercicios determinados y mucho menos con cuidar únicamente de zonas del cuerpo precisas. "El objetivo último debe ser mejorar el tono muscular de todo el cuerpo. Las personas con mayor masa muscular consumen más calorías y no sólo durante la práctica de ejercicio sino durante todo el día. Si aumentamos toda nuestra masa muscular, obligamos a nuestro cuerpo a tener un requerimiento energético mayor, por lo que consumiremos más energía".

Combina los ejercicios de pectorales y abdominales con sentadillas, seguidos de un minuto de comba, ejercicio de dorsal, un nuevo ejercicio de piernas y un último minuto de comba

SOLUCIÓN 2: TRABAJOS DE FUERZA RESISTENCIA

El flotador es, efectivamente, el punto en el que los hombres almacenan los recursos; en las mujeres se sitúa en las piernas y la cintura. En otras palabras: es para el hombre lo que las cartucheras para muchas mujeres. Acabar con el flotador para iniciar el camino hacia la tableta de chocolate requiere de un esfuerzo extra que pasa, para Moreno, por los trabajos de fuerza de resistencia.

Los circuitos de fuerza-resistencia son un gran aliado. Moreno combina de cuatro a seis ejercicios de tonificación dirigidos especialmente a los cuatro grandes grupos musculares principales (pectoral, dorsal, pierna y abdominal) combinados con ejercicio cardiovascular (comba o remo, por ejemplo) para que las pulsaciones se mantengan más altas. Entre los circuitos que propone el entrenador, combina los ejercicios de pectorales y abdominales con sentadillas, seguidos de un minuto de comba, ejercicio de dorsal, otro de piernas y un último minuto de comba.

"Son los ejercicios que más consumen y más ayudan a la puesta a punto para ganar tono muscular. Se trabaja con muchas repeticiones y con carga moderada y aún así las pulsaciones se mantienen altas. Por eso los que los practican sudan aún más que los que hacen bicicleta. Con estos circuitos se trabaja la musculatura abdominal, lumbar, femoral, los glúteos, los cuádriceps... Y eso es mucho más complejo que hacer bicicleta porque implica a más grupos musculares y las pulsaciones son más altas". Un último consejo: variar a menudo los entrenamientos para que la musculatura no se acostumbre y se estimule al máximo.

SOLUCIÓN 3: PLANCHAS DE PILATES

Estos son los ejercicios que hay que hacer para eliminar el 'flotador'.

El entrenador personal Gonzalo Maganto se decanta por una solución original: las planchas de ejercicios de pilates. "Se trata de hacer un puente bocabajo, apoyando los codos y los pies en el suelo. Es un ejercicio isométrico donde no hay ningún movimiento. Sin embargo, obliga al abdomen a hacer el esfuerzo de sujetarnos y estabilizarnos y tiene la ventaja de que se puede practicar en casa sin el peligro de cometer riesgos y es muy efectivo".

Maganto aconseja, además, aplicar algunas variaciones manteniendo la posición bocabajo. "Apoyando codos y pies, reproducimos el movimiento de llevar las rodillas al pecho, alternando derecha e izquierda, para provocar una contracción abdominal. Otra opción para que también trabaje el oblicuo y la zona de la cintura en ambos lados son las planchas laterales, apoyando únicamente un brazo", explica.

Horarios
Gimnasio Golden GIM

Aeróbica bajo impacto - Adultos mayores
Lunes, miércoles y viernes 8:30 a 9:30

Zumba
Martes, jueves y sábado 10:00 a 11:00
Lunes, miércoles y viernes 21:00 a 22:00

Step - Baile entretenido
Lunes, martes, miércoles y viernes 19:00 a 20:00

Karate
Martes y jueves 20:30 a 22:00

GOLDEN GM

Gimnasio abierto de lunes a viernes de 7:00 a 22:00 hrs.
Horario continuado. Sabado de 8:00 a 13:30 hrs.
Sala de máquinas abierta todos los dias con asistencia personalizada - preparador físico.
Convenio con empresas e instituciones de educación.
Lord Cochrane 551 Los Ángeles +56999402037

Guía Profesional

PARA QUE TODOS TE VEAN, PUBLICA CON LA TRIBUNA

PSICÓLOGA

MARCELA TRONCOSO ESCOBAR

Psicóloga Clínica,
Psicóloga Jurídica,
Terapeuta familiar
y de pareja

Consulta
Gabriela Mistral Nº79
Fono: 43-2230298

Foto del día

Fotografía: Alfredo Chávez
Contemplación

¿APASIONADO POR LA FOTOGRAFÍA?
TENEMOS PARA TI
UNA SECCIÓN ESPECIAL

ENVÍANOS TU CAPTURA CON TU NOMBRE AL CORREO
DIAGRAMACIONLATRIBUNA@GMAIL.COM
Y COMPARTE TU PASIÓN.

*Tu fotografía será publicada en la página 22 en escala de grises.

Sudoku

Dificultad: Normal

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

Dificultad: Difícil

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

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.

Santoral

Hoy: Augusto

Fases de la luna

LLENA 2 de marzo
MENGUANTE 7 de febrero
NUEVA 15 de febrero
CRECIENTE 23 de febrero

Sudoku solución 24 de Febrero

Dificultad: Normal

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

Dificultad: Difícil

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

Puzzle

Germán Fuentes

Cantante USA

				Atril		Nidal	Galio	Ataviar	Legos
				Ciudad chilena					
				Cejará					
				499			Níquel / Rodará		
				Costosos Inv. / Erbio					
Potasio		Número	Y gala / Parienta			Metal / Morir			
Copla								Sur / Lío	
Silicio Yodo				Inst. Mus / Donará					Cuerno
Cabeza Ingl.					Crema / Aleda				
Astato			Aquí / Nivelar				Osmio / Dirá Rev.		
Alondra	Cuba							Regla / Puerta Ingl.	
Vocal		Río Suizo / Autillo				Volada / Letra Griega			
Pron.				Poeta / Dativo					Risa
Palpita Inv.					Granero / Azoe				
Nombre Fem.							Dios Solar		

Poeta Español

Ferias

LUNES
Los Carrera, Altura Nº 1200

Farmacia de Turno

FARMACIA AHUMADA
Colón 309 - FONO, 43 2322365

El tiempo

Los Ángeles

Ayer	14°	30°
HOY	14°	29°
Mañana	14°	28°

Temuco	Angol	Concepción
14° 26°	14° 28°	13° 22°

Horóscopo

♈ ARIES

AMOR: Después de una desilusión amorosa viene la recompensa, no pierda la esperanza. SALUD: Realiza actividades que te diviertan y que te saquen de esos cuadros depresivos que de repente sientes. DINERO: No olvides tus deudas. COLOR: Blanco. NÚMERO: 7.

21 de marzo al 20 de abril.

♊ GÉMINIS

AMOR: No todo ha salido como esperabas pero eso no implica que más adelante las cosas no funcionen. SALUD: Pon atención a ese exceso de cansancio que has sentido, tal vez necesites algo más de descanso. DINERO: Busque alguna forma de invertir dinero. COLOR: Perla. NÚMERO: 1.

21 de mayo al 21 de junio.

♌ LEO

AMOR: Busca el modo de acercarte para que puedan aclarar las cosas ya que sólo se trata de diferencias entre ustedes. SALUD: El hacer actividad física siempre será bueno para la condición de salud de las personas. DINERO: Evita derrochar tanto tus recursos. COLOR: Blanco. NÚMERO: 8.

23 de julio al 22 de agosto.

♎ LIBRA

AMOR: Ese disgusto le traerá consecuencias que no sospechaba así es que prepárese para solucionar las cosas. SALUD: Dedique un poco de tiempo a la actividad deportiva, eso le hará muy bien en lo físico y anímico. DINERO: No deje que los problemas sean más fuertes que usted. COLOR: Violeta. NÚMERO: 23.

23 de septiembre al 22 de octubre.

♐ SAGITARIO

AMOR: Tenga claro cuando es amor verdadero y cuándo sólo es pasión, de eso depende que no sufra. SALUD: Si le digo que se cuide no es sólo por el presente sino también por cómo será su salud más adelante. DINERO: Atienda sus responsabilidades. COLOR: Amarillo. NÚMERO: 25.

23 de noviembre al 20 de diciembre.

♒ ACUARIO

AMOR: Superó el mal momento, pero ahora viene lo bueno y reconfortante. Trate de vivirlo intensamente. SALUD: Enfóquese en recuperarse pronto aunque sean leves sus molestias ya que en el futuro pueden complicarse. DINERO: Controle sus arranques en el trabajo. COLOR: Azul. NÚMERO: 30.

21 de enero al 19 de febrero.

♉ TAURO

AMOR: No todos los días son buenos, pero amargarte por temas del corazón no te hará nada de bien. SALUD: El sistema nervioso cuando se afecta genera consecuencias en el cuerpo como las úlceras estomacales. DINERO: Este día deberás enfocarte bien en tu trabajo. COLOR: Celeste. NÚMERO: 9.

21 de abril al 20 de mayo.

♋ CÁNCER

AMOR: Te has quedado un tanto solo/a, quita esa barrera, abre tu corazón y verás que todo marchará mejor. SALUD: Cuidado ya que las tensiones también alteran tus indicadores sanguíneos. DINERO: No pida plata prestada. No es una actitud responsable. COLOR: Ámbar. NÚMERO: 15.

22 de junio al 22 de julio.

♍ VIRGO

AMOR: Cuando tomes decisiones lo que debe prevalecer es tu felicidad. Los demás no deben contar. SALUD: Ayúdate un poco mejorando un poco tu dieta y evitando las comidas muy grasas. DINERO: Cuidado en donde invierte sus ahorros. COLOR: Plomo. NÚMERO: 10.

23 de agosto al 22 de septiembre.

♏ ESCORPIÓN

AMOR: No viva de recuerdos, lo único que hace es traer soledad a su vida, debe vivir el hoy. SALUD: Uno que otro malestar estomacal podría afectarle esta jornada. DINERO: No se arriesgue al invertir sin analizar detenidamente lo que hará. COLOR: Granate. NÚMERO: 5.

23 de octubre al 22 de noviembre.

♑ CAPRICORNIO

AMOR: No se abrume con lo que ya pasó, reconcíliese, de su brazo a torcer, no se trata de orgullo sino de un tema de amor. SALUD: La temporada de verano debe aprovecharla haciendo cosas que favorezcan su salud. DINERO: Habrá buenos resultados económicos si acepta ese empleo. COLOR: Negro. NÚMERO: 11.

21 de diciembre al 20 de enero

♓ PISCIS

AMOR: Trate de enderezar su rumbo amoroso y verá como las cosas en su vida comienzan a proyectarse bien. SALUD: Use la cautela y evite una complicación estomacal. Cuidado a quien compra alimentos. DINERO: Si gasta más en usted puede parecer egoísta. COLOR: Burdeo. NÚMERO: 23.

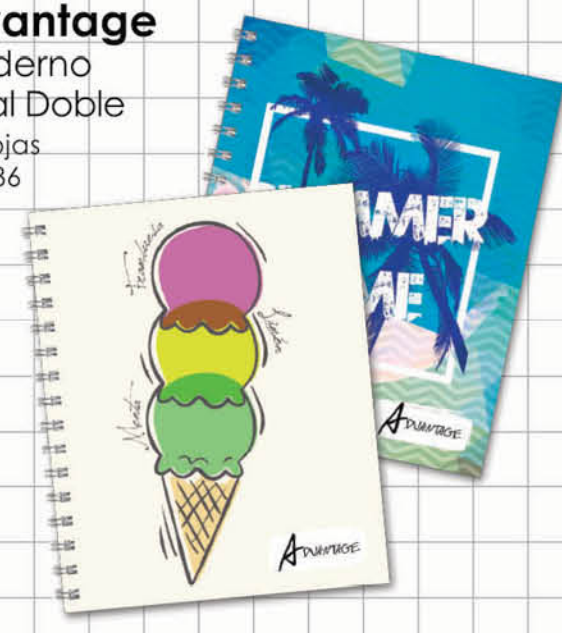
20 de febrero al 20 de marzo.

La mentalista y consejera espiritual, Yolanda Sultana, que elabora este horóscopo, Fonos: 09-9796270, 7780731, 778818, reside en José Domingo Cañas 386 al llegar a Grecia, Santiago, dirección a la cual puede escribirle enviando un sobre con estampillas, señalando su signo y su estado civil para que ella responda.

ÚTILES PARA TODOS

Mayor Variedad, Mejor Precio

$690 c/u
Advantage
Cuaderno
Espiral Doble
100 Hojas
2036886



$1.490
Torre
Lápices
Colores Cera
12 Unidades
Triangulares
435294

$390
Torre
Barra Adhesiva
21gr
2006148

$590 c/u
Maped
Sacapunta
Doble
447065

BOREAL
Resma Carta
500 Hojas
2023749

PreUnic $2.190 c/u

EXCLUSIVO
Tarjeta PreUnic

Con otro medio de pago
$2.990 c/u

Precios válidos desde el 15 de febrero hasta el 12 de marzo de 2018. Aplicable sólo para productos indicados y códigos asociados. Productos disponibles sólo en Tiendas PreUnic que operen con las categorías informadas. Si el medio de pago es Tarjeta PreUnic se accederá el precio especial indicado, si corresponde. Ofertas no acumulables entre sí ni combinadas con otras ofertas en tiendas PreUnic. Máximo 4 unidades de cada producto publicitado. Excluye compras con factura. Infórmese previamente de la disponibilidad de los productos en su tienda más cercana.

PreUnic