

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)



JUDICIAL, 10

Continúan las demandas por acoso laboral contra municipio angelino

Se abrirán 3 nuevos juicios en donde se pide más de 100 millones en indemnizaciones.



DESARROLLO, 6

Inicia nuevo servicio subsidiado de locomoción rural en Nacimiento

Tendrá dos salidas diarias y el pasaje costará entre 300 y 600 pesos en su tarifa normal.

Futuro intendente en Biobío: un acertijo difícil de descifrar

Nuevos movimientos de piezas se han conocido al interior de Chile Vamos, los cuales tendrían como objetivo intentar incidir en la decisión de Piñera.

Apareció en la lista de candidatos el nombre del actual consejero regional UDI por Concepción, Luis Santibáñez. El lunes 19 de febrero se acabaría el misterio.



POLÍTICA, 4

DESTACADAS

CRÓNICA, 5

Más de 500 dueñas de casa de Tucapel pasearon por Viña

Jefas de hogar de la provincia de Biobío visitaron en grupo la Ciudad Jardín este verano.



POLICIAL, 9

Clan familiar fue detenido por tráfico de drogas

Se incautó dos millones de pesos, cocaína, y más de 20 plantas de marihuana en Los Ángeles.



CRÓNICA, 8

El trabajo formativo de la PDI para educar sobre la ley 20.000 a los jóvenes

Detectives realizan un importante despliegue para despejar dudas legales del consumo.

DEPORTES, 20

Angelinos se quedaron con el cuarto lugar del nacional sub 13

Los representantes regionales del fútbol amateur alcanzaron la semifinal del torneo.

HOY
Máxima **31°**
MÍN 12°

MAÑANA
Máxima **33°**
MÍN 13°



7 804664 130003

Textos escolares para nuestros estudiantes

El compromiso con la educación asumido por la Presidenta Michelle Bachelet tiene como base la calidad y la igualdad en el acceso, y es precisamente lo que año a año se rectifica con la entrega de textos escolares a todos los estudiantes pertenecientes a establecimientos educacionales que reciben subvención de parte del Estado. En ese sentido, se ha establecido de esta forma la entrega sistemática y gratuita de libros de textos de calidad para los sectores prioritarios del currículum nacional.

La Unidad de Currículum y Evaluación del Ministerio de Educación es la encargada de implementar esta política, la que beneficia directamente a los profesores, a los estudiantes y a sus familias. Todo esto con miras para fortalecer y garantizar una educación de calidad y más igualitaria para todas y todos. En nuestra provincia se han distribuido más de 14 mil textos escolares para estudiantes de educación básica y media, pertenecientes a establecimientos municipales y subvencionados.

A todos los alumnos que asisten a un establecimiento educacional de nuestra provincia, que recibe subvención del Ministerio de Educación, les fueron entregados un set de textos escolares para la mayoría de las

Mónica Colin Aravena,
Jefa Provincial de
Educación Biobío



asignaturas, además de otros materiales de apoyo, tales como diccionarios y bibliografía complementaria a sus materias.

Además de los textos escolares que se entregarán este año, también cada estudiante recibirá textos complementarios de primero básico hasta cuarto medio, según el nivel educativo que esté cursando, pasando por libros como "Detectives en el Museo", "Atlas Geográfico para la Educación", "Deportes y Salud", "Historia de la Filosofía en su marco cultural", entre otros.

También se hará entrega este año de textos escolares de inglés para los estudiantes de primero a cuarto básico de establecimientos que en el proceso de acta de compromiso indicaron que están implementando este idioma en esos cursos y que solicitaron recibir los textos.

Estas iniciativas van en beneficio de la comunidad educativa del país y especialmente para los estudiantes más vulnerables de nuestro sistema educativo.

Se ha establecido de esta forma la entrega sistemática y gratuita de libros de textos de calidad para los sectores prioritarios del currículum nacional.

Hacia un Chile más competitivo: Impulsando la economía digital

Durante años, Chile se ha caracterizado en el contexto internacional por ser un "early adopter" en términos de tecnología. Esto es, estar en la vanguardia en la incorporación de dispositivos que favorecen la conectividad y hacer un uso intensivo de nuevas herramientas y sistemas que faciliten nuestra vida cotidiana. Sin embargo, en una gran paradoja, ese entusiasmo que vemos en los consumidores aún no permea hacia un sector clave para el crecimiento de los países. Nos referimos a la Economía Digital o de la información.

De acuerdo a estimaciones de Fundación País Digital, sólo el 3,5% de nuestra economía es impulsada por las transacciones en esta área. Del total, un 58,7% lo representa las telecomunicaciones, un 27,6% la Tecnología de la Información, un 7,8% los contenidos y medios de información, y un 6,2% la industria de manufactura TIC. En términos globales, y tomando como referencia las métricas OCDE de cara a 2020, Chile aún está atrasado en 32 meses para llegar al 5,6% de Economía Digital, de acuerdo a una medición hecha en diciembre de 2016.

¿Qué nos dicen estas cifras? Por una parte, que debemos realizar un esfuerzo conjunto y articulado entre organismos públicos y privados para mejorar los indicadores y alcanzar la meta que tenemos de cara a la tercera década del siglo 21. También, encontrar los mecanismos para que las empresas logren abrazar por completo una transformación digital profunda y con impacto, no sólo en su gestión, sino que también en la forma en que realizan su labor, para elevar su posición de competitividad en mercados locales y extranjeros.

En este sentido, la digitalización y el uso de nuevas soluciones que apuntan a transformar los espacios de trabajo tradicionales son claves para adaptarse a las nuevas exigencias de los clientes, entregar a los empleados la posibilidad de trabajar desde cualquier lugar y a través de

Marcos Vieyra
Gerente Comercial para
Citrix en Chile



cualquier dispositivo y, por ende, mejorar los tiempos de respuesta, la eficiencia y la productividad de las empresas.

Cuando abrimos espacios para un mayor desarrollo de la Economía Digital en Chile, no sólo ayudamos a transformar la vida de las personas en su quehacer cotidiano o a las

Chile aún está atrasado en 32 meses para llegar al 5,6% de Economía Digital, de acuerdo a una medición hecha en diciembre de 2016.

empresas a dar un paso más en el desafío de hacer más eficientes sus recursos. También fomentamos una cultura acorde con las demandas de los tiempos actuales y logramos impulsar un dinamismo, que repercute positivamente en la manera en que nuestro país enfrenta sus desafíos

de desarrollo y crecimiento para los próximos años. De la misma manera, contribuimos con la generación de empleos y aportamos en la visión de una educación que incluya las TIC como una expectativa real de trabajo futuro.

En la medida en que las cifras aumenten y se consoliden, el PIB local aumentará gracias a la diversificación de todos estos factores que lo determinan. El llamado, entonces, es a seguir trabajando por una Economía Digital más robusta que movilice a Chile hacia un mejor lugar dentro del contexto internacional, pero por sobre todo, para que podamos recibir sus beneficios de forma real y permanente. Hoy la incorporación de nuevas tecnologías y la transformación digital, más que una tendencia, es una necesidad para las empresas que no sólo las impacta positivamente en su competitividad, sino que también considera múltiples beneficios para los trabajadores y el país en general.

Margarita Sandoval
Gutiérrez
Psicóloga y académica de
Psicología
Universidad San Sebastián



Evite que sus hijos sean testigos de violencia doméstica

Se espera que todo sea relajado y diversión durante las vacaciones. Además, los miembros de la familia suelen estar juntos todo el día, a diferencia del resto del año en que cada uno tiene sus actividades laborales y escolares. Este aumento del tiempo compartido también puede presentar algunas dificultades, por ejemplo, hay conflictos que durante el año se evitan gracias al trabajo, las tareas de la casa y actividades escolares. En vacaciones, no se pueden evitar y se pueden gatillar debido a cualquier nimiedad.

Puede ocurrir que, al aumentar la cantidad de interacciones, aparezca tensión y las diferencias, que la pareja no ha aprendido a manejar de manera adecuada, se acumulan y pueden llevar a que en algún momento el problema explote. En la consulta, con frecuencia vemos un leve aumento de consultas nuevas

a partir de conflictos de pareja y familiares que surgen luego de las vacaciones. El hecho de que haya discusiones no es un problema, en tanto la pareja sea capaz de resolverlas de manera asertiva, negociada y obviamente, sin violencia.

Sin embargo, a veces aparece la violencia, sin que sea percibida como tal, en especial cuando es de tipo psicológica. Esta consiste en agresiones verbales, descalificaciones o gritos que llevan a denostar al otro en su legitimidad. Si los padres no se dan cuenta de que están ejerciendo violencia psicológica dentro del núcleo familiar, normalizándola como una forma de interactuar o una manera de ser, puede llevar a consecuencias a corto y largo plazo en los hijos.

A corto plazo, ser testigo de violencia doméstica (incluida la psicológica), puede acarrear en los niños ansiedad de separación, agresividad, desapego

emocional, recuerdos intrusivos, entre otros. Ser testigo de violencia psicológica es un factor de riesgo para convertirse en abusadores, en términos de matonaje escolar. Los padres, al estar insertos en el conflicto, pueden aumentar su propio estrés, descuidando las funciones afectivas y de contención hacia los hijos, siendo incapaces de responder adecuadamente a sus preocupaciones y temores. Eso se puede asociar a los comportamientos disruptivos de los niños, lo que puede a su vez aumentar la tensión en los padres, llegando a desarrollar un círculo vicioso.

Los niños pueden crecer confundidos acerca de los significados del amor, la violencia y la intimidación, lo cual podría conllevar dificultades en la adolescencia y adultez para establecer relaciones de pareja, desarrollar compromisos, repetir patrones de

violencia de pareja, estilos de personalidad hostil o depresiva, abuso de alcohol.

Entonces, se aconseja a los padres hacerse cargo de los conflictos de pareja, no evadirlos, sino desarrollar nuevas alternativas para resolverlos. Cuando haya discusiones de pareja, intente resolver el conflicto en un lugar donde no estén los niños, a través de una conversación, sin gritos ni descalificaciones. Para tener la razón se requieren buenos argumentos, no la descalificación del otro. Aprenda a reconocer sus errores y la responsabilidad que le cabe en la situación, sin victimizarse.

También es importante revisar la propia historia, reconociéndose como testigo de violencia cuando eso haya ocurrido. Así la principal función de la familia, permitir el desarrollo armonioso de cada uno de sus miembros, se puede cumplir.

EDITORIAL

Un gol y el reflejo de una sociedad

Este domingo 11 se cumplieron 20 años del gol de Marcelo Salas contra la selección inglesa de fútbol. Fue un triunfo para Chile, con dos goles del 'Matador', en un partido amistoso. Sí, en un partido amistoso.

Hemos conmemorado cada año aquel acontecimiento, como testimonio de nuestra historia moderna, la cual en un país como el nuestro, puede documentarse también a través de los acontecimientos deportivos.

Aquel fue un partido de preparación para el mundial de 1998, ya eran ocho años tras el fin

de la dictadura y se volvía a una Copa del Mundo luego de 16 años. Se empezaban a disfrutar nuevas hazañas deportivas, también en el tenis, con la irrupción de Marcelo Ríos.

Chile entraba en la era digital como ningún otro país sudamericano, mientras la mayoría de los niños seguían encontrando la

diversión fuera de las pantallas.

En aquella época, el ganar un partido amistoso a una potencia futbolística como Inglaterra era un hecho trascendental, más aún si era con un golazo del ídolo del momento.

No sabíamos aún de la gloria de los títulos con nuestra selección ni tampoco de lo fácil que podía

llegar a ser el impulsar negocios apoyado en las herramientas electrónicas.

Aún no éramos aquella referencia regional que nos indicaba como el lugar en donde muchos extranjeros aspiran a vivir. Países como Argentina eran los que ostentaban esa condición. Tal vez éramos más humildes.

Hoy en día, el desarrollo ha sido parte de distintos aspectos estructurales y también específicos en Chile. Los primeros emprendedores de fines de los años 90, fueron el ejemplo a seguir por muchos jóvenes de una generación, que se formó bajo los nuevos parámetros de la sociedad chilena post guerra fría.

Asimismo, esos ídolos deportivos impulsaban a otra parte de esa generación a soñar con más cosas, y así fue como ahora podemos reme-

morar el haber ganado dos finales continentales ante la Argentina de Messi.

Quizás, a nivel social general, podríamos haber tomado esas victorias con mucha más humildad, aceptando la nueva cara de la vida, pero sin olvidar desde dónde provenimos, ni cuáles han sido los caminos hacia un cierto bienestar y buen pasar. Y tal vez sea esa misma soberbia ante la victoria la que nos dejó sin el mundial de Rusia.

De igual forma, aceptando nuestra historia y pertenencia, es que debemos avanzar hacia el desarrollo, dejando atrás el menosprecio por la sociedad que a veces podemos ver en muchos jóvenes que avanzan amparados en los éxitos económicos. En la vida también hay que saber ganar y eso es algo que va más allá de lo deportivo, sin dudas.



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



— No sé, Compadre, esto está tan desordenado que ni siquiera puedo encontrar mi celular.

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

CANSADA DEL FEMINISMO

Señor director:

Soy mujer, me considero atractiva y no me molesta, no me siento una "cosa" por eso y tampoco "menos inteligente". No es mi culpa ser así. Me imagino lo molestas que están las modelos, las promotoras, las jóvenes o adultas que antes sacaban ventaja por su belleza. Pobres, por culpa de gente grave o quizás envidiosa ya no tendrán esa entrada extra. Si seguimos así, los científicos tendrán que inventar pastillas para afearnos todas. Capaz que se instale más adelante que solo la gente "menos agraciada" y que apoye la diversidad tenga derecho a trabajar. ¡Por favor! ¿En qué nos estamos convirtiendo? Ya no sé lo que es normal o lo que es malo. Esos son mis descargos. (Lo más probable es que haya mujeres que me encuentren básica o ridícula por mis dichos. Entonces bien, me declaro antifeminista. Aunque le moleste a algunas).

Claudia Mena

UNA VEZ MÁS, LA VIDA EN EL DEBATE

Señor director:

Como ha sido con el aborto, la propuesta para reponer la pena de muerte y la eutanasia han ocupado parte de la discusión en estas últimas semanas. Digo sobre la vida y no en relación con la muerte, porque es la primera que trae consigo

de manera inherente la dignidad y la autonomía, que son elementos fundamentales a tener en consideración al momento de reflexionar sobre estos temas. No cabe duda, sin embargo, que son elementos de una especie de biografía moral, los que alimentan nuestras opiniones en estos temas y nos llevan a definir nuestra posición tanto de lo que esperamos para nosotros, como de lo que consideramos socialmente aceptable. Por tanto, creo fundamental no seguir legislando en base a casos particulares y generando leyes con nombre propio, sino cultivando un marco que permita que cada uno de esos individuos, basado en su propio marco de creencias y experiencias y en su calidad de agente autónomo, defina lo mejor para sí, su calidad de vida y, por descontado de su vida, sin arrogarnos el derecho de decidir por los demás.

Matías Jara Varas

HECHO PUNTUAL

Señor director:

La vocera del Ministerio Público dijo, después de la reunión entre el Fiscal Nacional y el General Director de Carabineros: "Estamos frente a un hecho gravísimo pero puntual...". A todos los que usan la expresión "hecho puntual" habría que preguntarles: ¿hay algo más "puntual" que la "punta" de un iceberg?

José Luis Hernández Vidal

PORTE Y JERARQUÍA

Señor director:

Debido a que la estructura social es desigualmente jerárquica, los gobiernos son los responsables de procurar las bases mínimas para promover la libertad individual de las personas. Las diferencias de porte en la sociedad humana han de corresponder con una elección individual. La libertad individual, entendida como la libertad de la elección de vida, implica una responsabilidad social. La libertad de la elección de vida garantiza la igualdad en la mínima capacidad de ser y de obrar de las personas. La mínima capacidad de obrar en forma autónoma garantiza la capacidad de hacer frente a las interferencias abusivas del otro. Protege a las personas de las formas de abuso en las alturas del poder político. Protege a las personas de los abusos en las alturas de lo cotidiano, como la violencia doméstica. La capacidad de autonomía mínima protege la dignidad personal de las formas de abuso en general. Independientemente del porte jerárquico, es una responsabilidad social procurar la igualdad de alturas mediante el trato digno entre las personas.

Leonor Irrazábal

CUENTA REGRESIVA

Futuro intendente del Biobío: un acertijo difícil de descifrar

En las últimas horas un nuevo nombre se sumó a la lista de candidatos, mientras que otro que ya sonaba habría sido sugerido con fuerza a un nuevo ministro designado por Piñera. El lunes 19 de febrero se acabaría el misterio.

En un acertijo difícil de adivinar se ha vuelto el nombre del futuro intendente de la Región del Biobío. A los candidatos que han sonado desde que comenzaron las especulaciones en torno al cargo, en los últimos días nuevos movimientos de piezas se han conocido al interior de Chile Vamos, los cuales tendrían como objetivo intentar incidir en la decisión que adopte Sebastián Piñera al momento de designar a la persona que lo representará en la región a

contar del 11 de marzo próximo. Fuentes consultadas dentro de la coalición que pasará a gobernar el país el mes venidero comentaron que en esta recta final fue subido a la lista de candidatos el nombre del actual consejero regional UDI por Concepción, Luis Santibáñez, quien en la pasada administración de Piñera ya ejerciera como gobernador de la misma Provincia, debiendo incluso reemplazar en más de una oportunidad al entonces intendente del Biobío, Víctor

Lobos, en calidad de subrogante.

MÁS NOMBRES

Precisamente, esa experiencia en el cargo, sumado a la relación de independencia que mantiene con las figuras más importantes de la UDI en la Región del Biobío como son los senadores Víctor Pérez, Jacqueline van Rysselberghe y el diputado Iván Norambuena, y a que se trata de una persona de confianza de quien se cree asumirá nuevamente la subsecretaría del Interior en el nuevo gobierno de Piñera (ya lo había hecho entre 2010 y 2014), el sociólogo Rodrigo Ubilla, es que el nombre de Luis Santibáñez estaría siendo visto con buenos ojos desde Santiago para ser propuesto al Presidente como carta para que asuma la Intendencia del Biobío.

Sin embargo, el mismo Santibáñez en conversación con La Tribuna reconoció que de recibir una oferta como esa, aparte de agradecerla, manifestaría su dificultad para aceptarla, motivado por compromisos familiares.

Esto beneficiaría a su colega por Arauco y correligionaria de partido, la consejera Flor Weisse, quien también suena con ventaja para ocupar el cargo de intendente del Biobío. A su favor juega, al igual que Santibáñez, su experiencia política (fue gobernadora de Arauco) y su proyección en el mismo ámbito, considerando que obtuvo una de las más altas votaciones para consejero regional en las pasadas elecciones del 2017 (obtuvo cerca de 19 mil votos).

Tras ella figuraría el nombre del actual presidente regional de la UDI y alcalde de la comuna de Los Álamos, Jorge Fuentes, quien sería del agrado de los senadores Víctor Pérez y Jacqueline van Rysselberghe. Precisamente, ambos parlamentarios, en reunión que sostuvieron recientemente en Santiago con el futuro secretario general de la Presidencia, Gonzalo Blumel, habrían aprovechado la cita para interceder a favor de Fuentes, según revelaron personeros al interior de Chile Vamos.

UNA LARGA LISTA

Al alcalde de Los Álamos se le valora su juventud y proyección

política (tiene 31 años) y cuestiona su falta de experiencia en cargos de mayor responsabilidad como gobernador o intendente. También opacaría sus posibilidades el hecho de ser cercano a Pérez Varela y van Rysselberghe, considerando que uno de los criterios establecidos por Piñera para decidirse por uno u otro nombre es la independencia que debe mantener la persona elegida en el cargo de intendente, respecto de la influencia que puedan ejercer sobre esta parlamentarios en ejercicio por la misma región.

Otros nombres ligados a la UDI que han sonado son los de Sergio Jara, ex director regional de Corfo y luego del Serviu en el primer gobierno de Piñera y Gonzalo Arroyo, ex director regional de la Onemi durante el mismo período. También, pero cada vez con menos fuerza, han circulado los del diputado por Talcahuano, Jorge Ulloa, quien no resultó reelecto en el cargo; Claudia Hurtado, derrotada en las pasadas parlamentarias y Emilio Armstrong, ex candidato a alcalde por Concepción.

Tampoco se descarta la aparición del independiente Sergio Giacomann, ex seremi de Desarrollo Social en la primera administración Piñera.

Sólo queda esperar, estimándose que el lunes 19 de febrero Sebastián Piñera dará a conocer el nombre de sus futuros subsecretarios e intendentes.



EL LUNES 19 DE FEBRERO Sebastián Piñera revelaría el nombre del nuevo intendente del Biobío.

TRAS IMPORTANTE REUNIÓN

Gobernador realizó positivo balance de la prevención contra incendios forestales

En una reunión sostenida con miembros de juntas de vecinos y empresas eléctricas valoró las medidas que se han tomado en el caso.

Una buena evaluación ha hecho el gobernador de la provincia de Biobío, Luis Barceló respecto de los incendios forestales que han ocurrido en la zona durante la época estival.

La autoridad, manifestó que “los primeros días de enero, tuvimos una reunión de coordinación entre el mundo público y el privado, respecto de la prevención, control y ataque de incendios forestales. La idea, ahora es hacer una evaluación de lo que transcurrió entre enero y esta fecha de febrero para saber cómo vamos, si esas coordinaciones, ordenadas desde lo más alto de Conaf y el mundo privado, han surtido o no efecto y la conclusión es que han

habido efectos positivos en términos que la superficie quemada es muchísimo menor que la que llevábamos en la misma fecha del año pasado”.

En ese sentido, destacó que eso se debe a que ha habido mayor cantidad de recursos humanos, recursos técnicos como aviones, helicópteros, brigadas, una mejor coordinación, una reacción mucho más oportuna.

LABOR DE UNIONES COMUNALES

A ello, agregó que existe una importante toma de conciencia por parte de la comunidad.

“Todo ha sido destacado por las compañías eléctricas que estuvieron

aquí presentes y en el caso del gobernador que suscribe, no tuvo sino que felicitar a las Uniones Comunales

de Juntas de Vecinos Rurales que estuvieron acá”, detalló la máxima autoridad de la Provincia de Biobío.

En la reunión, también se hizo presente la Superintendencia de Servicios Eléctricos la que dio a conocer una nueva ordenanza respecto a temas de poda y manejos de residuos forestales que puedan provocar incendios, ordenanza que entró en vigencia a mediados de enero.



EL GOBERNADOR DESTACÓ la toma de conciencia por parte de los habitantes de los sectores rurales y aledaños.

INICIATIVA COMUNAL

Más de 500 dueñas de casa de Tucapel vacacionaron en Viña del Mar

Jefas de hogar de la Provincia de Biobío disfrutaron, entre el 28 de enero y el 7 de febrero, de un inolvidable viaje a la ciudad jardín. Muchas de ellas no habían ido jamás.

Betsabé Hernández tiene 60 años, vive en la localidad de Tucapel y participó en este gran viaje junto a familiares y amigas. Ella pagó tan sólo \$5.000 de inscripción y disfrutó por dos días de las bondades de la Quinta Región. Al igual que Betsabé, otras 500 mujeres de la comuna de prácticamente todas las edades, conocieron lugares como el reloj de flores, el Museo Naval de Valparaíso, el Castillo Wolff, el Palacio de la Rioja y mucho más.

La iniciativa no es nueva, nació en el primer periodo del alcalde Veloso al mando de la comuna de Tucapel con pequeños viajes a Dichato y localidades cercanas a la comuna, también beneficiando a las que siempre se postergan por el resto: las dueñas de casa. En esta oportunidad, siguiendo el ejemplo del año pasado donde los viajes fueron a Chiloé, se eligió un destino turístico y alejado de la comuna para que las tucapelinas tuvieran días de relax, sol y mar.

“Este es un programa bastante novedoso, atractivo que creamos hace algunos años atrás y cada día ha ido mejorando más. Estamos muy contentos de que más de 500 jefas de hogar puedan conocer este puerto principal que es Valpa-

raíso, esta ciudad jardín que es Viña del Mar y además compartan experiencias, se conozcan y lo pasen muy bien”, destacó Jaime Veloso Jara, alcalde de Tucapel.

ROMPER LA RUTINA

El verano para muchos es sinónimo indiscutido de vacaciones, relax, desconexión y descanso, pero la realidad en ocasiones es otra. En Tucapel, conscientes de que muchas familias postergan sus salidas o simplemente veranean en la zona, su alcalde Jaime Veloso Jara instauró el Programa Mujeres Jefas de Hogar y propuso realizar viajes de verano con dueñas de casa para que se distrajeran, rompieran la rutina y disfrutaran, este año, de las bondades de la costa de la Quinta Región.

“Lo que hace la municipalidad es muy bueno porque hay muchas personas que no tienen como para financiar mi pega, así que gracias a ellos podemos conocer partes que no conocemos y por poca plata, porque lo que nosotros tenemos que dar (\$5.000) es bien poco por todo lo que ellos tienen que pagar. Muy agradecida del alcalde, bueno que él hace las gestiones para que esto salga bien y las personas que están a

cargo, las que nos cuidan para que no nos vaya a pasar algo”, destacó Fátima Acuña, vecina de Huépil beneficiada con la iniciativa.

Cabe destacar que estos viajes se realizaron con una paramédico por grupo, la que constantemente estuvo acompañando a las mujeres en sus recorridos, además de un staff compuesto por la encargada del programa además de asistentes, todos del Departamento Social de la Municipalidad de Tucapel.

El itinerario, además de lugares como el clásico reloj de flores, el Museo Naval de Valparaíso, el Castillo Wolff y el Palacio de la Rioja, también incluyó paseos en lancha y almuerzos en la Caleta Portales, entre otros recorridos por los cerros de Valparaíso.

“Todo ha sido hermoso. Desde el comienzo, desde las cabañas, después el paseo. Fuimos a Concón y ahí estuvo maravilloso, después nos fuimos a pasear en trole bus que estuvo muy, muy lindo y almorzamos en un lugar muy hermoso. Luego de eso paseamos por los ascensores de los cerros y después nos vinimos al Puerto de Valparaíso a andar en lancha y ahí estuvo demasiado lindo”, destacó Johana Quijón, vecina de Tucapel.

Finalmente las mujeres agradecieron al alcalde Jaime Veloso la iniciativa que, en muchos casos, les permitió salir de sus casas y disfrutar de vacaciones que nunca pensaron tener durante este verano 2018.



EL MÍTICO RELOJ DE FLORES fue uno de los destinos a donde llegaron las dueñas de casa de Tucapel.



EN VALPARAÍSO, las mujeres también pudieron recorrer todo el casco histórico de la ciudad Puerto.



LOS MUSEOS DE LA QUINTA REGIÓN fueron parte del itinerario de los viajantes.



LAS BONDADES CULINARIAS de la famosa Caleta Portales pudieron ser conocidos por el grupo de la Provincia de Biobío.

DURANTE ESTOS DÍAS

Comenzó a funcionar el servicio subsidiado de locomoción rural en Nacimiento

Se contempló un bus con 35 asientos, dos horarios de salida desde Nacimiento, recorridos que funcionarán de lunes a viernes y tarifas irán de los 300 a los 600 pesos.

Los estudiantes de educación básica y menores de 7 años tendrán tarifa liberada; los estudiantes de educación media y superior deberán pagar el equivalente al 33 por ciento del pasaje adulto; y los adultos mayores y personas con discapacidad tendrán una rebaja del 50 por ciento de la tarifa adulta.

Lo que muchos pedían en la comuna nacementana, ya es una realidad, un proyecto muy anhelado por vecinos de diversos sectores rurales de Nacimiento.

Se trata del inicio del servicio subsidiado de locomoción colectiva rural Nacimiento-Chequenal-Nacimiento, que contempla un bus con 35 asientos, dos horarios de salida desde Nacimiento, recorridos que funcionarán de lunes a viernes, y tarifas totalmente accesibles para la comunidad, que son menores al valor que realmente debiera pagarse.

Todo esto quedó explicitado el viernes 2 de febrero, en el marco de una reunión y posterior recorrido por el tramo mencionado. Ambas actividades fueron encabezadas por el seremi de Transportes de Biobío, César Arriagada, y por el alcalde Hugo Inostroza, quienes expusieron este importante proyecto a los dirigentes rurales involucrados.

Entre ellos destacaron la concreción de este importante servicio, y agradecieron las gestiones del municipio, que permitieron conseguir los recursos necesarios desde el Ministerio de Transportes para subsidiar el servicio por un plazo

de tres años, con la posibilidad de renovar la licitación.

RECORRIDO Y HORARIO

De acuerdo a la ficha correspondiente, el bus que se adjudicó el servicio partirá a las 6.30 y 14.30 horas, efectuando un recorrido desde Nacimiento pasando por Santa Luisa, Santa Emilia, Diquín Millapoa, San Bernardo, Chequenal, San Francisco de Monterrey, La Laguna, Culenco, Arinco, Rinconada de Taboleo, San Francisco de Millapoa y regreso a Nacimiento.

PARA TODOS LOS BOLSILLOS

Gracias al subsidio conseguido, las tarifas para el público oscilarán entre los 300 y 600 pesos, de acuerdo al tramo recorrido; los estudiantes de educación básica y menores de 7 años tendrán tarifa liberada; los estudiantes de educación media y superior deberán pagar el equivalente al 33 por ciento del pasaje adulto; y los adultos mayores y personas con discapacidad tendrán una rebaja del 50 por ciento de la tarifa adulta.



EL ALCALDE junto al Seremi de Transporte realizan el primer viaje del recorrido.



LA ALEGRÍA de los vecinos de los sectores rurales, era evidente en el primer recorrido.

Cabe destacar que las condiciones del servicio fueron consensuadas con representantes de la comunidad, el municipio y la Seremi de Transportes, concretándose este importante beneficio para cientos

de familias de distintos sectores rurales de Nacimiento.

HECHO HISTÓRICO

La máxima autoridad de la comuna, destacó que "estoy feliz, porque esto es histórico, nunca la comuna se había adjudicado un subsidio de locomoción colectiva rural con pago prácticamente simbólico, son precios muy económicos y con rebaja de pasajes a los adultos mayores, discapacitados y estudiantes y que va a abarcar un gran sector".

El secretario regional ministerial de la cartera en Biobío, César Arriagada, sostuvo que "estoy muy contento por esta oportunidad que me ha dado el alcalde en el primer recorrido, tuvimos una reunión llena de emociones, felicidad, porque esto al final es lo que nos da sentido al trabajo, yo he dedicado gran parte de mi carrera al servicio público y muchas veces uno no tiene la posibilidad de poder sentir en forma tan tangible cuáles son los beneficios directos que llegan a la gente después de un afiatamiento, un trabajo muy importante que realizó el equipo de la Seremi de

Transportes con el de la municipalidad de Nacimiento".

USUARIOS FELICES

Asimismo, Adriana Carrasco, vecina del sector Santa Luisa de Millapoa, comentó que "estamos todos los vecinos muy felices, especialmente la junta de vecinos, porque era una necesidad que teníamos, porque no todos cuentan con los medios como para trasladarse a la ciudad e igual es importante para las personas que tienen atenciones médicas en el hospital que necesitan de un medio para transportarse".

A ello, agregó que "ojalá que nos dure y que lo cuidemos, porque hay que valorar este servicio que es una gran obra de la municipalidad".

Marcos Canales, presidente de la junta de vecinos del sector Santa Luisa, dijo que "yo creo que es una necesidad cumplida, hace tiempo que nos hemos dado cuenta que lo que es hablar de la conectividad para estos tiempos, es muy importante, esto es un gran logro que hemos tenido, es un gran paso que muchas veces cuesta, porque las necesidades no van de acuerdo al tiempo que se necesita, pero con paciencia y ahora con fervor estamos muy felices".



LAS CONDICIONES DEL SERVICIO fueron consensuadas con representantes de la comunidad, el municipio y la Seremi de Transportes.



**SANTO
TOMÁS**

**ESTUDIA CON
UN SELLO
QUE TE HARÁ
ÚNICO**

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.



**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



BRIGADA ANTINARCÓTICOS

El trabajo formativo de la Policía de Investigaciones para educar sobre la ley 20.000

Detectives de la unidad realizan un importante despliegue para llegar a los más jóvenes despejando dudas acerca de las consecuencias legales del consumo de drogas.

La Brigada Antinarcóticos y contra el Crimen Organizado de la PDI de Los Ángeles no solo efectúa operativos para ayudar a sacar drogas de circulación. También centra sus esfuerzos en educar a la comunidad acerca de las implicancias de la ley 20.000.

“Si bien no existe un departamento de educación antinarcóticos en la provincia, a diferencia de la Región Metropolitana, son los mismos funcionarios policiales que se dedican a la investigación de tráfico también dedican gran parte de su tiempo a concurrir a colegios, organizaciones vecinales, con el objetivo de informar”, comentó el comisario Juan Bravo Sandoval, jefe de la brigada.

La Policía de Investigaciones está apuntando a tener investigaciones de calidad y profesionales. También la parte formativa ha tomado fuerza para que cada persona pueda conocer cuáles son las consecuencias de consumir, compartir o vender drogas.

“Por ejemplo, como encargado de un establecimiento

educacional que toma conocimiento de un hecho también tiene responsabilidad pues debe conocer cuáles son sus derechos, obligaciones y deberes respecto de lo que tiene que ver con consumo y tráfico”, agregó el comisario.

LOS MÁS JÓVENES

Los oficiales se dedican a informar y dar a conocer estos aspectos judiciales principalmente a los más jóvenes. Han realizado distintas intervenciones en colegios y en cursos a partir de sexto básico hasta cuarto medio.

El comisario Bravo contó que la labor educativa comienza con niños y jóvenes, desde los 12 años para que conozcan que la infracción a la ley 20 mil puede “conllevar multas o sanciones, que si no se cumplen los pueden afectar cuando alguien quiere sacar su licencia de conducir por primera vez, por ejemplo”.

Destacar también el problema social y familiar que se genera en torno al consumo o la venta es uno de los objetivos del jefe de la Brigada Antinar-

cóticos: “Si bien el menor no trabaja, el hecho de consumir y que te multen estás traspasándole una responsabilidad también a los padres.

Si el niño o el joven no trabaja quien tiene que desembolsar el dinero son los padres. Entonces ya trae un problema para la familia”.

CUMPLIR LA LEY

En el último tiempo han surgido distintas organizaciones sociales, respaldándose en estudios que plantean que los componentes de la cannabis podrían ayudar en tratamientos médicos.

La discusión acerca de los usos recreativos y terapéuticos de la marihuana considera también las posturas y estudios que dicen que el consumo de esta droga puede afectar el desarrollo cognitivo.

Legalizar o no es un debate que se debe dar en la esfera política y legislativa: “Como policías hacemos cumplir la ley como está escrita hoy en día, no podemos actuar algunas veces y otras no. La ley está para cumplirse y nosotros somos el organismo del Estado dedicado a ello. A nosotros se nos ordena darle cumplimiento en este caso a la ley 20.000”, explicó el comisario Juan Bravo.

La mencionada norma estipula no solo prohibiciones con



DETECTIVES DE LA BRIGADA Antinarcóticos de Los Ángeles realizan constantes jornadas educativas.

respecto al cultivo, posesión y consumo de marihuana, sino que establece los mismos parámetros para un amplio listado de drogas, entre ellas las sintéticas. Excluir a la marihuana de este listado, o legalizarla como se ha hecho en países como Uruguay, es una decisión que debe tomarse en otros estratos de la sociedad.

“Si se llega a modificar nosotros en forma inmediata aplicamos las modificaciones de la misma forma. En ningún caso nos oponemos. Nosotros hacemos cumplir la ley como

está escrita. No somos quién para decir que esté bien o mal. Esa parte no nos compete”.

GRATIFICANTE EXPERIENCIA

Las jornadas educativas han sido muy provechosas tanto para los jóvenes como para los mismos detectives: “El hecho de que tanto niños, jóvenes y adultos pongan atención nos dice que hay un interés. Nunca nos venimos sin contestar muchas dudas de parte de los asistentes”.

Además, aclaró que las intervenciones en distintos establecimientos y organizaciones sociales de la provincia están siempre dirigidas a todo público aunque con los más jóvenes se establece una comunicación especial: “Si bien a los 18 años se es joven todavía, ya hay mayoría de edad. Es posible que haga lo que quiera con su vida, pero no es la idea. Como están los jóvenes o los niños en una etapa de formación es la mejor edad para darles a conocer lo bueno y lo malo de las drogas”.



LA LEY 20.000 prohíbe un listado amplio de drogas que se van actualizando periódicamente.



EL ACERCAMIENTO con los más pequeños es fundamental para prevenir el consumo.

OS7 LOS ÁNGELES

Clan familiar de la población O'Higgins fue detenido por tráfico de drogas

Carabineros incautó dos millones de pesos, cocaína, y más de 20 plantas de marihuana. Cuatro fueron las personas arrestadas.

Las 10 de la mañana del sábado, mientras algunos niños terminaban la práctica de fútbol en su club deportivo, cuando otros jugaban en la multicancha, personal del OS7 de Carabineros registraba un domicilio en el que, según denuncias, se comercializaban distintas drogas.

En la vivienda un grupo familiar de cuatro personas realizaban ventas en distintos puntos de la población O'Higgins de Los Ángeles. Por medio de acciones encubiertas los funcionarios policiales

comprobaron el tráfico desde cuatro inmuebles. Todos los lugares fueron intervenidos. El resultado fue la detención de los cuatro principales investigados y la incautación de 37,6 gramos de clorhidrato de cocaína, más de 100 gramos de marihuana seca, más de dos millones de pesos en efectivo y 23 plantas de cannabis sativa.

Tras el operativo, los cuatro detenidos fueron puestos a disposición del Juzgado de Garantía de Los Ángeles para la audiencia de Control de detención efectuada durante la jornada del día domingo.



LA INVESTIGACIÓN fue realizada en colaboración entre el OS7 y el Ministerio Público.

CON ANTECEDENTES POLICIALES

Joven entró a una iglesia evangélica a robar instrumentos para el culto

El sujeto de 18 años rompió una ventana para ingresar. Fue capturado por Carabineros luego de esconderse en el entretecho.

Desde una iglesia, ubicada en calle Colo Colo, la activación de la alarma permitió frustrar un robo de más de tres millones de pesos en dis-

tintas especies.

Carabineros llegó al lugar, al mismo tiempo que lo hizo el encargado del recinto. Este con las llaves abrió la puerta

de ingreso encontrando al joven escondido en el entretecho.

El hombre de 18 años rompió una ventana para perpetrar el robo. El botín estaba compuesto por un teclado, un equipo de música, un televisor y útiles de aseo. Todas especies valuadas en cerca de tres millones de pesos.

FRENTE A LICEO COMERCIAL CAMILO HENRÍQUEZ

Cuádruple colisión dejó a un menor de edad herido

Pasadas las 19 horas de este sábado una colisión que involucró a cuatro automóviles dejó a un menor de edad, de aproximadamente 6 años, con un corte leve en su rostro.

El pequeño viajaba en su

silla de seguridad en la parte trasera de un vehículo Nissan. Luego del choque, personal del SAMU lo atendió y trasladó para descartar cualquier tipo de fractura.

De acuerdo a lo dicho por

testigos un auto marca Nissan Tiida se desplazaba a "exceso de velocidad", de modo que cuando el semáforo marcó el rojo impactó al vehículo en el que viajaba el niño. Este por alcance colisionó con otro.

Un cuarto vehículo también sufrió daños menores. Por varios minutos el tránsito se vio interrumpido ante la presencia de vecinos quienes al escuchar "el fuerte golpe" salieron a la calle.

Carabineros de la subcomisaría Cabo Primero R. Sepúlveda ayudaron a restablecer el tránsito y llevaron a los conductores involucrados al hospital para la realización del examen de alcoholemia.



ACCIDENTE DE TRÁNSITO

Conductor no respetó "ceda el paso" y chocó con vehículo dejando 2 lesionados

El incidente ocurrió en el centro de Los Ángeles en una esquina en la que vecinos han pedido semáforos.



Nuevamente un accidente de tránsito ocurrió en las calles Vicuña Mackenna y San Martín. Una camioneta roja, de acuerdo a las pericias iniciales de Carabineros, no respetó una señalética "ceda el paso" provocando una colisión con otro vehículo.

Producto de esta acción dos personas terminaron lesionadas. Una de ellas fue el propio conductor de la camioneta.

Ambos fueron atendidos por profesionales del SAMU recuperándose satisfactoriamente de sus contusiones.

EXIGEN CUANTIOSAS REPARACIONES

Continúan las demandas por acoso laboral en contra del municipio angelino

Entre los meses de febrero y marzo se iniciarán tres juicios por vulneración de derechos constitucionales y despido injustificado. Los trabajadores piden indemnizaciones, que juntas, superan los 100 millones de pesos.

Desde la casa edilicia siguen sin referirse mediáticamente a las últimas acusaciones laborales que enfrentan de parte de dos trabajadoras y un ex funcionario.

A la demanda de la periodista del DAEM, en la que se exige el pago de indemnizaciones por cerca de 36 millones de pesos, se suma la del ex encargado de operaciones de la Sección de Aseo y Ornato por una suma que bordea los 40 millones.

La misma abogada que representa ambas personas, solicita también en la causa de la encargada del Centro Integral de la Mujer una prestación de 30 millones de pesos por concepto de reparación de daños morales.

El abogado patrocinante del municipio contestó la demanda realizada por los dos últimos profesionales cuyos juicios comenzarán a partir de la quincena de febrero en el Juzgado de Letras del Trabajo de Los Ángeles. Aún queda por conocer la contestación a la demanda de la periodista.

PERIODISTA DEMANDA AL MUNICIPIO

Un día después que se cono-

ciera públicamente el contenido de la demanda realizada por la abogada de la periodista del DAEM en contra de la municipalidad por vulneración de derechos fundamentales, el jefe de comunicaciones de la alcaldía fue removido de funciones dentro del departamento.

Este último, en el texto de la denuncia, es sindicado como responsable de la comisión de actos de "hostigamiento" y "humillaciones públicas" hacia la profesional a través de un "liderazgo autoritario" y "jefatura ilegítima".

En el escrito además se señalan "represalias" de parte de la esposa del alcalde hacia quienes "no obedecen sus requerimientos". La labor de la periodista se habría visto entorpecida, según explicita la demanda, por la "obligación de dar prioridad a aquellos establecimientos que son dirigidos por profesionales que cuentan con la confianza y amistad de la esposa del Sr. alcalde".

Esta situación se describe en el marco de los primeros meses de la periodista a cargo de desempeñar funciones de apoyo comunicacional a la gestión de la Dirección Comunal de Educación.

La abogada de la profesional que se mantiene con contrato

vigente solicitó al Tribunal ordenar a la Ilustre Municipalidad de Los Ángeles, cesar de inmediato las conductas de acoso laboral.

De parte del equipo jurídico del municipio aún resta por conocer la contestación a la demanda. Esto debe suceder antes que se fije una fecha para el comienzo del juicio.

INGENIERO ALEGA DESPIDO INJUSTIFICADO

El 14 de diciembre del 2016 el ingeniero civil industrial Alejandro Aravena ingresó a trabajar como encargado de operaciones de la sección de Aseo y Ornato, a cargo de la Dirección de Medioambiente.

En marzo del 2017 se le encomienda fiscalizar los diferentes contratos administrados por su oficina de aseo y ornato. Una vez nombrado inspector técnico de concesiones comenzó a cursar las primeras multas.

La empresa interpelada fue la responsable de los servicios de recolección de residuos domiciliarios a causa de las "reiteradas faltas graves" al contrato que el profesional constató.

La demanda presentada por la misma abogada que patrocina a la periodista detalla: "Situación esta última que molestó a la administración municipal, tanto así, que se convirtió en un rumor a viva voz que el alcalde quería desvincularlo".

Aravena refiere que fue citado a una reunión privada con el alcalde y la administradora municipal. En tal ocasión se le habría solicitado la renuncia voluntaria luego de argumentar que se trataría de una "persona vulnerable" debido a sus deudas. Esto fue apoyado con documentación que acreditaba su estado financiero.

Luego de negarse a renunciar, el día 22 de septiembre Aravena fue notificado de su despido como sanción a las malas calificaciones obtenidas en un proceso de evaluación. La defensa del ingeniero calificó esta situación como "un proceso arbitrario e ilegal". Por ello la demanda interpuesta acusa de despido injustificado y acoso laboral a la municipalidad de Los Ángeles.

"EL INGENIERO FALTA A LA VERDAD"

Desde la municipalidad argumentaron en contra de lo dicho por el demandante.



RESTA POR CONOCER la contestación de la demanda realizada por la periodista del DAEM.

El abogado señaló que Aravena "falta a la verdad" cuando denuncia que el alcalde y la administradora municipal lo amenazaron apelando a su estado financiero.

La versión de la defensa sostiene que lo que ocurrió realmente fue que la administradora municipal "hizo presente al Sr. Aravena la existencia de muchos reclamos en su contra por parte de funcionarios antiguos del municipio, así como del contenido de su informe de desempeño".

Del mismo modo el abogado reconoció que existieron "molestias" hacia el trabajo de Aravena, pero que éstas no estuvieron fundadas en las multas que cursó en su calidad de inspector, sino que obedecieron al hecho que "don Alejandro concentraba todas las multas cursadas para hacerlas efectivas a final del mes, y no tan pronto se generaban los incumplimientos, situación que también fue comentada por la Dirección de Control del Municipio".

Respecto de la desvinculación del profesional la defensa sostiene que al momento de ser despedido el ingeniero conocía desde hacía tiempo el contenido de su informe de desempeño.

Además, el argumento de la defensa se funda en el derecho que asiste a la autoridad para poner término al contrato "en el momento que estime conveniente", debido a la fórmula "mientras sean necesarios sus servicios" dispuesta en la contratación de Aravena.

Después de tres suspensiones, solicitadas de común acuerdo entre los abogados,

el juicio se realizará el próximo 6 de marzo en el Juzgado de Letras del Trabajo de Los Ángeles.

POLÉMICA EN OFICINA DE LA MUJER

La encargada del Centro Integral de la Mujer también demandó a la municipalidad de Los Ángeles por vulneración de derechos fundamentales.

Plantea la abogada que su representada fue expuesta a una campaña de "desacreditación y desprestigio" a partir del momento en que toma conocimiento y comunica situaciones irregulares en torno al "pago extra de remuneraciones que percibía un funcionario cercano a la jefatura".

La defensa del municipio contestó la demanda asegurando

que el alcalde y otros funcionarios hayan ejercido conductas para que la profesional a cargo del CeMujer renunciara a su puesto.

Las partes involucradas se enfrentarán en la audiencia de juicio que está programada para el próximo 15 de febrero en el Juzgado de Letras del Trabajo de Los Ángeles.

PROCESO ABIERTO

En una primera instancia el Tribunal del Trabajo ya condenó a la municipalidad a pagar 30 millones de pesos de indemnización por despido injustificado al ex director del DAEM Carlos Lang.

Sin embargo el fallo aún no está firme y ejecutoriado pues se encuentran vigentes los plazos para la impugnación del mismo.



EL PRIMERO DE LOS TRES JUICIOS comienza el 15 de febrero en el Juzgado de Letras del Trabajo.

Si ganas esto:



Te pido esto:



Acércate a tu parroquia y colabora con el 1% de tus ingresos




CRÍTICA DE CINE

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

INFRAMUNDO: GUERRAS DE SANGRE (2017)

“Una nueva sangre llega para establecer su poder”

FICHA TÉCNICA:

 Dirección: Anna Foerster
 Guión: Cory Goodman
 País: EE.UU.
 Duración: 91 min.

SINOPSIS:

En el inframundo, los vampiros y los hombres lobo recobran nuevas y originales fuerzas, y libran una encarnizada guerra secreta. Mientras, los humanos quedan relegados a servir como su alimento. Para Selene, interpretada por Kate Beckinsale (Amor y amistad, 2015) este conflicto milenario se ha convertido en algo personal, ya que todas las personas que ha amado han sido siempre perseguidas y capturadas. Con sus únicos aliados, David, interpretado por Theo James (The Divergent Series: Insurgent, 2015) y su padre Thomas, interpretado por Charles Dance (Me Before You, 2016), Selene deberá detener la encarnizada guerra entre licántropos y vampiros, aunque eso signifique que tenga que hacer un sacrificio final.


ANÁLISIS:

Dirigida por la Alemana Anna Foerster (Serie: Outlander, 2014) se trata de la quinta entrega de la saga Inframundo, que comenzó el 2003. Es del todo bienvenida la constante innovación y trabajo por lograr nuevas historias sobre la eterna batalla entre vampiros y lycans, lo cual podemos ver en esta entrega. Con un guion aceptable, el desarrollo

de la trama se desliza sin problema hacia un desenlace esperado, el cual se concreta, sin embargo a veces cae en el facilismo clásico del cine de acción y efectos, acortando diálogos, para dar paso al ejercicio. Es una película que cumple con el espectador, al narrar un nuevo canon de la saga, lo que ya parecía imposible de hacer. Destacable es la estética a la que ya nos tiene acostumbrados el film, el cual ocupa un montaje pastelado frío y

ensamblajes rúnicos, lo cual construye perfectamente una tecnología única para sus personajes. Una película interesante y entretenida que agregar a los modernos films de vampiros.

VALORACIÓN:

Una película imperdible, divertida y dinámica. Una continuación perfecta de la saga de vampiros que cuenta con miles de fanáticos.



Por **Leonardo A. Ramiro Reyes**
 doxazine.blogspot.cl
 @leoramiro

LANACION.COM.AR

Vaunt: las gafas inteligentes que parecen anteojos normales

Como si se tratara de un smartwatch, las gafas se conectan con su smartphone, permitiendo al usuario ver toda la información de su teléfono, desde consultar los mensajes de WhatsApp hasta ver recetas de cocina.



INTEL no comercializará directamente estas gafas sino que abrirá a fin de año un plan para que desarrolladores creen sus propias versiones

Intel mostró un prototipo de Vaunt, gafas inteligentes que tienen una diferencia fun-

damental con las conocidas hasta ahora: parecen anteojos normales.

No hay cámaras, botones, una pantalla extra, micrófonos o parlantes. Al menos por ahora, como resaltan en el sitio de tecnología The Verge, que tuvo un acceso exclusivo al prototipo.

Vaunt lleva un láser de clase uno, de baja potencia que se encarga de proyectar en la retina una imagen monocromática a 400 x 150 píxeles.

Además, Vaunt puede proyectar información directamente a los ojos del usuario, ya sean notificaciones, recetas o mapas. Eso es posible gracias a que las gafas inteligentes de Intel poseen un procesador, acelerómetro, compás, Bluetooth y brújula.

Intel no comercializará directamente estas gafas sino que abrirá a fin de año un plan para que desarrolladores creen sus propias versiones. De allí que pueda esperarse la presencia de conectividad 4G, micrófonos y otros elementos que hagan más independientes a los anteojos creados a partir de Vaunt.

La incorporación de 4G abriría nuevas maneras de comunicarse. Sumar un micró-

fono permitirá que las gafas inteligentes de Intel funcionen con un asistente digital como Siri, Alexa, Cortana o Assistant de Google.

El diseño de Vaunt, sumado a esas dos características, hará de los anteojos inteligentes un producto atractivo para el público general.

El antecedente más resonante en gafas inteligentes es Google Glass, anteojos que no llegaron a ser masivos debido a su apariencia, altos precios y usabilidad.

La mirada de Intel parece distinta a la de Google. Con Glass, Google buscaba cambiar la vida de los usuarios a través de una pantalla e Intel quiere que Vaunt se ajuste a las vidas de los usuarios.

Google Glass y los productos basados en esa tecnología jamás lograron una buena reputación, algo que Vaunt busca conseguir, en un principio, apostando por un diseño que no sobresalga en la calle.

ANTEOJOS GOOGLE GLASS

Los renovados Google

Glass apuntan al segmento corporativo, utilizan un chip Intel y fueron diseñados junto a la firma Luxottica, dueña de la marca Ray-ban.

Tenían que haber salido de manera definitiva, no solo como una prueba, en 2015. Muchos daban ya por muertas a Glass, las gafas de Google que tanto impacto causaron en su estreno en febrero de 2013. Cuatro años después regresaron renovadas y con un giro importante. Google prescinde de los usuarios particulares y el mercado de consumo.

Desaparecen los exploradores, como denominaban a los primeros usuarios que experimentaron y crearon aplicaciones para este formato, y nacen los clientes que compran las gafas y servicios adaptados a través de distribuidores.

El diseño ha cambiado. Ya no parecen tanto un cachivache tecnológico, la colaboración con Luxottica, la marca que fabrica también las gafas Ray-ban, ha dado como fruto un aparato más ligero, adaptado a la cara y con una patilla y montura intercambiables. La patilla izquierda es similar a la

de cualquier gafa, la derecha es la tecnológica. En su interior se esconde un nuevo procesador. Ya no es de Qualcomm, como la mayoría de los móviles de alta gama, sino de Intel, que ha creado un chip a medida para cumplir con las exigencias de las gafas.

Cuentan con una cámara que mantiene la definición del primer modelo, fotos de cinco megapíxeles y video a 720p. La autonomía ha mejorado. Ahora se puede cargar la batería mediante una petaca externa gracias a la conexión magnética que se esconde en la patilla.

El sistema de sonido también ha evolucionado. Ya no es un auricular externo, como en el segundo modelo, ni envía vibraciones al hueso del oído como la idea inicial, sino que emite por detrás de la oreja con cierta privacidad, pero sin grandes despliegues tecnológicos.

Uno de los problemas para su expansión tuvo que ver con la privacidad. Se ha resuelto con una luz que indica si se está grabando o haciendo una foto en ese momento.

DIVERSOS PRODUCTOS

Emprendedores de verano en la avenida Ricardo Vicuña

Distintos artesanos angelinos presentan sus creaciones a ciudadanos y visitantes, que disfrutan de un paseo en esta bella avenida céntrica.

En este lugar, cerca de 30 personas presentan sus distintos trabajos independientes que han desarrollado con mucho amor y dedicación.

Entre tejidos, colgantes, decoraciones y otras tantas ideas los admiradores de los trabajos artesanales y manualidades se deleitan diariamente durante esta temporada.



Fotografías: Alberto Zúñiga. Estefani Aguilera, Valentina Beltrán y Marisol Mora



Rembrandt Bermedo, Hibia Santiesteban, Luisiana Bermedo y Juan José Viteri



María Main e Isabel Flores



Monica Yáñez y Pedro Navarrete



Fernanda Gálvez, Marlene Illesca y Laura Morales



Yarnoba Cerda, Francis Fernández y Pía Inzunza

CENTRO ESPAÑOL

Visitas de verano a la peluquería

La época de verano también puede ser una buena oportunidad para visitar al peluquero, no solamente por buscar el mejor 'look' veraniego sino que también debido al calor de la estación, en donde muchas personas buscan aliviar el volumen capilar.

Uno de los lugares en Los Ángeles donde se concentran los mejores servicios de peluquería es en el Centro Español, ubicado en las calles Colón con Rengo. Allí podrá encontrarse con el campeón sudamericano de peluquería, Nelson Rivera, así como otras grandes peluqueras y peluqueros que atienden durante toda la semana.

Fotografías: Alberto Zuñiga.



Nelson Rivera y Marín Chacón.



Alejandro Chacón, Joel Rosales Quezada y Yasna Wohek.



Joel Rosales Guzmán, Pablo Gajardo y Magdalena Cabrera.



Paula Luengo, Bárbara Inostroza y Elena Molina.

FOUR POINTS
BY SHERATON

Los Angeles



El placer
de disfrutar
el amor

5
CINCOSEISCINCO

Incluye:

- Te esperamos para compartir una cena romántica 4 tiempos
- Show musical en vivo
- Planes especiales alojamiento y cena.

Miércoles 14 febrero de 2018
Desde las 19:00hrs

Valor por persona
\$38.000

► Una experiencia **GHL**

RESERVA (43) 2406 400 | INFO@FOURPOINTS.LA.CL • COLO COLO 565 Los Ángeles, Chile
WWW.GHLHOTELES.COM • WWW.FOURPOINTS.COM

VIGILA BOSQUES A 30 METROS DE ALTURA

La mujer “ojo de águila” del sector forestal en la región es de Nacimiento

Nancy Gallegos es la primera mujer operadora de una torre de detección en CMPC, en un trabajo que hoy cobra especial relevancia cuando estamos en plena temporada de alta ocurrencia de incendios.

Ella “no vende humo”, al contrario: lo detecta y alerta para que no se expanda y el incendio se contenga a tiempo. Trabajo estratégico, sin duda, que la mantiene alerta ocho horas diarias, equipada con un par de binoculares, un equipo de radio y cartografía, arriba de una torre de 30 metros de altura, en medio de bosques de pino, en pleno corazón de la Región del Biobío.

La trabajadora forestal Nancy Gallegos Aguayo, oriunda de Nacimiento, es la primera mujer operadora de una torre de detección de incendios en CMPC. Se inició en este trabajo hace 10 años, a instancias de su marido, Cristián Godoy, quien también es “torrero”, como se identifica en la jerga forestal a quienes realizan esta actividad.

COMIENZOS EN EL TRABAJO

“Un día mi marido –cuenta Nancy– me comentó que su

supervisor le había sugerido que me invitara al desafío de CMPC de trabajar con mujeres en este oficio. Me atreví, me gustó el trabajo y ha sido una oportunidad muy buena, porque nos ha permitido surgir como familia y tener ingresos para cumplir nuestro sueño de la casa propia.”

Nancy recuerda que para poder ser aprobada como Operadora de Torre tuvo que someterse a exámenes de visión, test psicológicos, chequeos médicos, aprender manejo a la defensiva, dominar la lectura de mapas cartográficos y conocer cada predio y cada bosque del sector que vigila. “Mis primeras salidas a terreno –relata– fueron para capacitarme y aprender los nombres de los predios, porque cada bosque tiene nombre”.

El estado físico de Nancy es primordial y trata de no usar el auto para caminar a su torre que tiene 30 metros en ángulo de 90 grados. “Para subir a mi área de trabajo me demoro

un lapso de un minuto o de un minuto y medio, ya que hay que tomar un descanso, porque como es recto cansa incluso los brazos”.

Para ella no es tema permanecer sola durante ocho horas a 30 metros de altura. “Mi preocupación es estar atenta y cumplir bien el trabajo: reportar cualquier indicio de humo. Uno sabe que mientras más oportuna es la detección mejor se previene el avance del fuego, y más rápido actúan las brigadas y las aeronaves”.

Pese al tiempo que lleva en este trabajo, Nancy todavía se impacta por la tragedia que puede implicar un incendio. “Provoca una pena tan grande... desde mi torre puedo ver, por ejemplo, cuando las llamas se acercan a casas cercanas, y eso duele...”

PREVENCIÓN ES LA CLAVE

Por eso, insiste en que es clave la prevención. “La mayoría de los incendios es por negligencia: quemas o fogatas que se les escapan. La conducta errónea de las personas es quemar y no se fijan en las condiciones atmosféricas”.

Respecto del riesgo, asegura que no tiene temor. “Hay protocolos definidos, sabemos cómo ir reaccionando y en caso extremo contamos



NANCY SE DEMORA cerca de 1 minuto y medio en ascender a su puesto de trabajo.

con líneas de evacuación”.

Con profundo sentido de familia, Nancy destaca que ella y su marido trabajan para la misma forestal, la cual les ha adaptado un horario que les permita retornar diariamente a su casa y compartir con sus

dos hijos: Diego de 18 años y Matías de 13.

Orgullosa y realizada con su trabajo, esta operadora de torre fue distinguida con el Premio CORMA 2017 que anualmente entrega la Corporación Chilena de la Madera

a los mejores trabajadores forestales. Ella asegura que el mérito de este reconocimiento es de su esposo y sus jefes en CMPC que apostaron por ella y la convencieron de que tenía habilidades para el puesto.



ESTA MUJER POR SU ESFUERZO y personalidad fue distinguida con el premio CORMA 2017.

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

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 (ERNOC).
 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



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



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

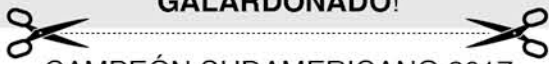
Villagra 510 Mulchén / a 4 kms. Ruta 5 Sur.

Gran salón de eventos frente a la plaza de armas.

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

PELUQUERÍA NELSON

¡ESTILISTA INTERNACIONAL GALARDONADO!



CAMPEÓN SUDAMERICANO 2017
 CAMPEÓN NACIONAL 2015 – 2017

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

RICO
 FRESCO
 SALUDABLE



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

COTENNE



Taller de Enmarcaciones, variedad en molduras.
 Fono: +569 980 215 17 / cotenne42@gmail.com
 WWW.COTENNE.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 N° 45 Chiguayante Fono: (41) 2357632
 Chillán: Lote 11 Fundo Chiquimávida s/n Fono: (42) 2971375

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 N° 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

INGLO LTDA
PROYECTOS SOLARES

Gestionamos su importación de equipos y repuestos en las áreas: Industrial, Agrícola, Forestal y Médica.



Iluminación Led y Solar en stock / Calle Lientur 311-A
 Fono ventas 9-76182517 / Los Ángeles

WWW.INGLO.CL

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

Coopere con el Hogar de Ancianos Don Orione

Haga su depósito en la cuenta N°68059710
 Banco Crédito e Inversiones, a nombre de
 Congregación Pequeña Obra de la Divina Providencia
 Genileza: Diario La Tribuna
 Coronas de Caridad en:
 Hogar de ancianos DON ORIONE Néstor del Río 500 F. 2362164
 Parroquia Nra. Señora del P. Socorro Colón 1226 F. 2233343
 Diario La Tribuna Colo Colo 464 F. 2311040
 Margarita Pocorobba Almagro 1120 F. 2362382

Pollonas y Braseros



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

10.1 Vehículos Venden

Vendo Furgón carga Hyundai H-1 2.5 año 2007 excelentes condiciones \$4.700.000 F.998627872

20.1 Propiedades Venden

Vendo Parcela sector turístico camino Angostura 21.000.000 Cel.940953692

Vendo Parcela Cañicura \$8.500.000 Cel.940953692

Vendo Parcela Las Trancas \$10.500.000 Cel. 940953692

Vendo Parcela 5000mts Salto del Laja \$7.000.000 Cel.940953692

20.2 Propiedades Arriendan

Arriendo oficina sector Plaza Pinto, estacionamiento \$107.000.- Cel.994519482

30.2 Propiedades Compra

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

50.1 Empleos Ofrecen

Supervisor o supervisora mayor 40 años para trabajo a cargo de equipo captadores vía pública, residencia Los Angeles, sueldo base \$270.000 + comisión y bonos enviar curriculum losangeles@coaniquem.org

Se busca corredor de propiedades para relatoría. Llamar al celular 961514345

50.2 Empleos Buscan

SE OFRECE buen maestro pintor, entre otros trabajos ☎946268805

SE OFRECE ayudante de cocina junior(jornal) ☎986522828

SE OFRECE JOVEN para trabajar en ayudante de maestro jornal, para cargas y descargas u otro tipo de trabajo, con urgencia ☎999252300

SE OFRECE TRABAJADOR para el campo ☎956412317

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

50.2 Empleos Buscan

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 SEÑORA para trabajar como asesora de hogar o cualquier otro oficio, de 8:00 a 17:00 hrs. ☎956314376

50.2 Empleos Buscan

MOTOSIERRISTA se ofrece para hacer astillas, cortar árboles, en Los Angeles, 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

95 Varios

VENDO CARROS usados supermercado 7.500 c/u ☎996542007

VENDO DUCHA eléctrica fogones, bombas para fumigar, escobillas de acero, y reguladores de gas ☎973127799

VENDO CAMIONETA Chevrolet Luv 1.6 doble cabina año 88, regular estado, atrasada 3 años con detalles funcionando \$1.000.000 F.9 ☎82935365

VENDO 1 COMEDOR de madera nativa con 6 sillas. Valor \$130.000.- ☎978038937

VENDO ENCICLOPEDIA médica para el hogar (español) 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 concreto \$ 180.000.- Vendo marquesa \$45.000.- conversable, vendo neumáticos aro 16 \$25.000 c/u. ☎983189642

VENDO REFRIGERADOR dos puertas MADEMSA no-frost funcionando. ☎955303975 - 432230291

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.

CASA

- **28.000 m2;** Gran parque consolidado; Riego automático; Piscina, Multicancha.

- **Casa Principal 420 m2:** 4 Dormitorios; 3 Baños; 2 Salas de estar; Living; Comedor; Cocina amoblada; Pieza de Servicio c/ Baño; Lavadero y Logia; Bodega; 2 piezas de visita c/Baño; Sala de Juegos c/ Baño; Quincho; Calefacción Central.

- **Taller 80m2:** Amplios espacios de trabajo; Baño; Bodega.

- **Casa de cuidador:** Bodega; Pesebreras.

VALOR: 12.000 UF

FONOS: 984323782; 983620802; 975682722

CUPÓN AVISOS

Tratar:

LUNES 12 DE FEBRERO DE 2018

DATOS PERSONALES

Nombre:

R.U.N.:

Teléfono:

Dirección:

Ciudad:

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						
COMMODITIES	9.848,47	+0,56	2,24	6,87	33,17	23,69
CONST. & INMOB.	4.422,22	+1,84	1,86	11,56	46,58	31,05
CONSUMO	6.762,85	-0,32	0,17	7,09	40,54	31,83
INDUSTRIAL						
RETAIL	6.103,67	+0,22	-1,37	-0,60	13,47	16,52
UTILITIES	3.171,31	+0,81	2,40	8,15	43,24	42,40
IGPA SMALL	5.818,57	+0,39	2,50	8,92	22,14	14,70
IGPA MID	5.089,54	-0,37	-3,03	0,61	1,83	19,00
IGPA LARGE						
	41.444,41	+1,08	3,22	12,31	40,90	30,67
	24.069,53	+0,20	-1,12	2,60	15,17	18,01
	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
IGPA	18.900,28	+0,58	0,50	5,34	21,89	20,26
INTER-10	4.519,14	+0,36	0,42	4,32	18,02	21,28
BANCA						
COMMODITIES	3.528,62	+1,84	1,86	11,56	43,66	29,67
CONST. & INMOB	4.488,30	-0,32	0,17	7,09	37,39	29,03
CONSUMO	4.372,44	+0,22	-1,37	-0,60	10,56	14,08
INDUSTRIAL						
RETAIL	4.850,93	+0,39	2,50	8,92	19,85	13,19
UTILITIES	3.610,08	-0,37	-3,03	0,61	-1,97	14,70
IGPA SMALL	28.868,02	+1,08	3,22	12,31	37,07	27,75
IGPA MID	16.781,33	+0,20	-1,12	2,60	12,47	15,53
IGPA LARGE	16.758,97	+0,67	0,69	5,54	21,53	20,87

**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)
2017						
Enero	46.229	554.748	114,49	0,5	0,5	2,8
Febrero	46.137	553.644	114,76	0,2	0,8	2,7
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				
2018						
Enero	47.019	564.228				

- (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		
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	
21-02-2018	26.890,15	
22-02-2018	26.894,94	
23-02-2018	26.899,73	
24-02-2018	26.904,52	
25-02-2018	26.909,31	
26-02-2018	26.914,11	
27-02-2018	26.918,90	
28-02-2018	26.923,70	
MARZO 2018		
01-03-2018	26.928,49	
02-03-2018	26.933,29	
03-03-2018	26.938,09	
04-03-2018	26.942,89	
05-03-2018	26.947,69	
06-03-2018	26.952,49	
07-03-2018	26.957,29	
09-03-2018	26.962,09	

MONEDA

Dólar	603,07	Pesos
Euro	736,98	Pesos
Índice de Tipo de Cambio Multilateral	100,81	Índice

PARQUE ACUÁTICO

La frescura de los paseos en la Laguna Esmeralda



Sin duda que uno de los lugares más bellos del verano en Los Ángeles es la Laguna Esmeralda. Muchos dicen que dentro de la ciudad es lejos el mejor lugar para estar en verano, y también en otras estaciones del año.

La frescura del agua y los paseos acuáticos a los que se puede acceder son una excelente invitación para capear el calor y dejarse llevar a través de la laguna, un lugar donde se congregan grandes y chicos, incluso para sólo disfrutar un momento en el agradable pasto de su parque.

Fotografías: Alberto Zúñiga.



DEPORTES

EN EL POLIDEPORTIVO DE LOS ÁNGELES

Iron Body Classic tuvo lo mejor del fisiculturismo del país



EL NIVEL DESTACÓ y pone al evento dentro de los mejores de Chile.

El evento, que fue presenciado, entre otras personas, por dos destacados deportistas nacionales, destacó por su gran nivel de competición.

*Sebastián Díaz Sandoval
deportes@latribuna.cl*

El sol a tope, brillando en una cálida tarde de sábado con un Polideportivo de Los Ángeles con un importante marco de público.

Esta vez no era el básquetbol, no era el balonmano, el tenis de mesa o el judo, era una actividad un tanto distinta a la que se suelen hacer en dicho recinto.

Cerca de 200 espectadores miraban ansiosos el escenario, pero tampoco era un show o por lo menos, no uno artístico.

Se trataba de una nueva versión del Iron Body Classic de Los Ángeles, evento de fisiculturismo que año a año convoca a los mejores deportistas a nivel nacional, torneo que se ha ganado el respeto de todos los atletas a nivel país.

Hace algunos días, Rodrigo Jorquera, angelino tricampeón del Mister Iquique, otra de las competencias importantes del fisiculturismo, confirmó que una buena parte de los atletas que asistirían a dicho evento llegarían a Los Ángeles, destacando así al torneo de la capital de la provincia de Biobío, dentro de los tres mejores a nivel país, junto con el campeonato nacional, la máxima cita por excelencia;

y el certamen nortino que se llevó a cabo hace dos semanas.

Por lo anterior, se divisaba un gran evento en el Polideportivo angelino y es que no fueron pocos los atletas que llegaron a la zona para ser parte de esto y junto a ello, el público tampoco perdió la oportunidad de ver a los mejores deportistas del país compitiendo en la comuna.

Jorquera, organizador del evento, conversó con La Tribuna y sostuvo que "es muy bueno el torneo, el nivel de los competidores es muy bueno, me atrevo a decir que a nivel nacional, este es el segundo mejor torneo de Chile. Harto competidor, muy buen nivel, harto público, así que estoy muy contento".

Igualmente, explicó que esperaba una asistencia así, debido a que el torneo es reconocido, tiene su prestigio, se viene haciendo hace años, a la gente le gusta venir, por lo que está conforme.

En cuanto a los competidores dijo que "hay gente que se está preparando exclusivamente para este campeonato, porque tiene prestigio, la gente de Los Ángeles se preparó mucho para estar, hay varios competidores de Los Ángeles que han ganado sus categorías".

Respecto al nivel de los

competidores angelinos, explicó que los encuentra relativamente bueno. "Hay mucho potencial, pero este deporte cuesta, cuesta aguantar la dieta, cuesta sobrellevar la parte económica, pero en general, para ser una ciudad chica, hay un buen nivel, porque se le da pelea a la ciudades grandes mano a mano en casi todas las categorías", afirmó.

Asimismo, detalló que son 18 categorías divididas en culturismo, men physique y bikini en distintos pesos y tallas.

Tras este torneo, aparece el Arnold Classic de Brasil, el clasificatorio para el sudamericano de la especialidad que será en Paraguay y en diciembre el campeonato nacional de fisiculturismo.

En cuanto a la participación de los angelinos en el clasificatorio al sudamericano, Jorquera manifestó que "se puede hacer algo bueno, veo mucho potencial en Los Ángeles".

Respecto a la diferencia con los deportistas santiaguinos, dijo que "yo siendo de provincia he ganado cuatro veces el nacional absoluto y no veo por qué los demás no pueden hacerlo".

PÚBLICO DE LUJO

Fueron más de 200 las personas que llegaron hasta el recinto deportivo angelino para presenciar el torneo, pero más allá de la presencia obvia del multicampeón de la especialidad y organizador

del evento, Rodrigo Jorquera, hubo otros espectadores de lujo entre la multitud.

El primero es el pivot de 29 años, seleccionado nacional de básquetbol y jugador del Club Deportivo Universidad de Concepción, con pasos por AB Temuco y CSD Colo Colo, Matías Villagrán.

El espigado basquetbolista llegó hasta la capital de la provincia de Biobío para acompañar a su polola, que competía en el certamen.

El semifinalista de la primera división de Liga Nacional de Básquetbol y que la próxima semana deberá disputarla, se ubicó en los asientos cercanos al escenario del Polideportivo para presenciar de buena forma la competencia.

En conversación con La Tribuna, comentó que el Iron Body Classic se ha convertido en uno de los torneos más importantes a nivel nacional.

Otro de los espectadores de lujo que apareció en el recinto angelino fue un cam-

peón mundial de halterofilia cubano, que llegó al país hace tres años y que se nacionalizó chileno el pasado 2017. Con 24 años logró ser el primero en ser el mejor del mundo representando a Chile. Se trata ni más ni menos que de Arley Méndez.

El deportista comentó que "desde Cuba que me gusta mucho el fisiculturismo y bueno, siempre que he tenido la oportunidad de presenciar un evento de este tipo, yo siempre estoy presente".

Sumado a ello, llegó para ser parte del stand de una marca de productos relacionados con este deporte. "También estoy viendo a los principales exponentes del fisiculturismo, es un deporte muy hermoso y a mí me encanta muchísimo, por eso estoy de espectador".

Asimismo, explicó que ve un buen nivel en los representantes que llegaron a Los Ángeles.

En lo que respecta a su

deporte, comentó que "ya empecé mis entrenamientos, sólo tomé un break para venir aquí y presenciar este torneo y todo esto es enfocado en mi competencia, ya que me va a permitir competir bien y mantener mis títulos mundiales".

Méndez se prepara para el campeonato Panamericano que será en República Dominicana en mayo próximo, donde el gran objetivo es nuevamente traerse la medalla de oro a Chile.

"Estoy muy contento, estoy recorriendo todo Chile, llegué aquí el 2013 y ya conozco Punta Arenas, Talca, Chillán, Iquique, Los Ángeles, Valparaíso y pretendo conocer muchos lugares más y si Dios me lo permite, poder seguirle dando triunfos a Chile, al país entero que se lo merece", dijo.

El halterófilo chileno-cubano también se prepara para el mundial que será en noviembre y donde deberá defender su título.



MATÍAS VILLAGRÁN Y ARLEY MÉNDEZ fueron las celebridades deportivas que llegaron a Los Ángeles.

DESTACADA PARTICIPACIÓN

Angelinos se debieron conformar con el cuarto lugar del nacional sub 13 de fútbol amateur

Los representantes a nivel regional, cayeron ante Los Ríos en semifinales y Valparaíso en la definición por el tercer lugar.

Sebastián Díaz Sandoval deportes@latribuna.cl

Tras una buena actuación en la primera etapa del campeonato, el elenco angelino y representante de la región del Biobío, no pudo repetir los buenos partidos y terminó quedando en el cuarto lugar del campeonato nacional sub 13 que se llevó a cabo en Coyhaique.

El torneo, organizado por la Asociación Nacional de Fútbol Amateur. Los angelinos, fueron parte del grupo 2 del torneo, donde clasificaron a la siguiente fase siendo invictos. En el primer partido vencieron a la región de Valparaíso (jugadores de San Antonio), uno de los equipos llamados a ser fuertes en la competencia, debido a que eran entrenados por el "Chupete" Humberto Suazo, pese a todo ganaron 1 a 0.

En el segundo encuentro igualaron 2 a 2 con la Región de Tarapacá (jugadores de Iquique), mientras que en el tercer partido empataron sin goles ante su similar de la región de Magallanes y la Antártica Chilena (deportistas de Punta Arenas), obteniendo así el primer lugar del grupo.

En cuartos de final el elenco angelino volvió a igualar sin tantos en el tiempo reglamentario, esta vez ante la región de Coquimbo (con jugadores de la comuna homónima), por lo que debieron definir el paso a la semifinal, mediante lanzamientos penales, fue allí donde los de la capital de la provincia de Biobío se impusieron por 4 a 2 y clasificaron a la siguiente etapa del campeonato.

SEMIFINALES Y LA DEBACLE

Pese a la buena actuación que venían haciendo los pequeños futbolistas, no lograron acceder a la final. En un reñido duelo cayeron ante la región de Los Ríos (jugadores de Valdivia). Fue un partido muy inteligente del equipo de la ciudad del Calle Calle y es que aprovechando la velocidad de sus jugadores ofensivos y facilidad para salir jugando, plantearon un fútbol a contragolpe con un solo delantero.

A mediados del primer tiempo llegó la primera cifra para los del sur, en un gol no exento de polémica. Tiro libre de los valdivianos que atrapa el portero angelino, pero que para el árbitro, la pelota entró al momento de ser capturada por el arquero.

Tras ello, el equipo que se había puesto en ventaja desechó el ataque como opción y se dedicó a esperar a los de la provincia de Biobío con la esperanza solo de encontrar espacios en un contragolpe, algo que finalmente ocurrió y no perdonaron.

Cuando promediaban los 20 minutos del segundo tiempo, y los angelinos iban por el empate, los valdivianos aprovecharon una zaga mal parada en un contragolpe y simplemente liquidaron el partido.

En la definición por el tercer lugar, se volvían a ver las caras ante su similar de la región de Valparaíso, con jugadores de San Antonio, dirigidos por Humberto Suazo.

Los alumnos del "chupete", se vieron de mejor forma que en el primer encuentro ante los angelinos, esto considerando que los de la provincia de Biobío tuvieron lesiones que opacaron el buen rendimiento que habían tenido con anterioridad. Así, cayeron por 4 a 3 en Coyhaique.

Uno de los padres en el sur, Juan Carlos Escribano, comentó que "los chicos obviamente están tristes, pero hay una cosa que nos inspiró mucho. Cuando terminó el último partido, como los jugadores de los dos equipos ya se conocían, la premiación fue bastante fraternal, los chicos estaban recibiendo las

medallas y ninguno se sacó las medallas, además esperaron ahí hasta que premiaran a San Antonio y los felicitaron. Después se sacaron

una foto todos juntos". Pese a todo, el equipo angelino completó un buen campeonato, quedando cuarto de 16 equipos, algo no menor.

FASE DE GRUPOS

BIOBÍO 1-0 VALPARAÍSO
BIOBÍO 2-2 TARAPACÁ
BIOBÍO 0-0 MAGALLANES

CUARTOS DE FINAL

BIOBÍO 0-0 COQUIMBO (4-2 PENALES)

SEMIFINALES

BIOBÍO 0-2 LOS RÍOS

TERCER LUGAR

BIOBÍO 4-3 VALPARAÍSO

4º

LUGAR QUEDARON LOS ANGELINOS QUE REPRESENTABAN A LA REGIÓN DEL BIOBÍO.



PESE A CAER EN LOS ÚLTIMOS DOS ENCUENTROS, los de la provincia de Biobío destacaron en el campeonato nacional.

SIN MAYOR ESFUERZO

Fitness: ejercicios para tonificar los glúteos

Con formas sencillas de ejercitarse, se podrá mejorar esta parte de la anatomía del cuerpo.

Si deseas tener los glúteos perfectos, existen muy buenas rutinas fuera o dentro del gimnasio que te pueden ayudar. En el siguiente artículo aprenderás lo más eficaces ejercicios para reafirmar los glúteos, para conseguir buenos resultados en cuestión de semanas.

La flacidez de los glúteos es un problema estético que requiere, en primera medida, de esfuerzo y en segunda, de constancia, para poder corregirlo. Con ejercicios regulares puedes obtener la figura que deseas.

Es preciso tener en cuenta, antes de comenzar con la rutina para los glúteos, que en todo momento la espalda ha de estar

recta, así la cuidarás y evitarás problemas. Lo que tiene que trabajar es la zona de los muslos y no la cintura.

Si sientes tirones o dolor en los lumbares o en las caderas, entonces quiere decir que estás haciendo mal el ejercicio. Reacomoda la postura y vuelve a empezar. Por más que quieras tener los glúteos firmes no tienes que descuidar la espalda ni provocar lesiones.

SENTADILLAS

Sin duda, son los más conocidos ejercicios para los glúteos, muslos y piernas. Se trata del ejercicio imprescindible en cualquier rutina. Puedes

hacerlo con diferentes variantes, usando una barra con pesas, con mancuernas o simplemente el peso de tu cuerpo para generar resistencia.

De pie, separa las piernas hasta un ancho de hombros. Si usas mancuernas, pueden quedar a los laterales del cuerpo (una en cada mano) o con los brazos estirados a los costados (a la altura de los hombros). Si usas barra de peso, pásala por detrás de la cabeza y sostenla con los hombros.

Flexiona las rodillas para que el cuerpo descienda. Trata de que los muslos estén paralelos al suelo y que la línea imaginaria de la rodilla no sobrepase la punta de los pies.

Mantén esta posición durante algunos segundos, luego, retoma a la postura inicial. El movimiento debe ser lento y pausado.

MEDIA SENTADILLA O ESTOCADA

Es una de las variantes más sencillas del ejercicio anterior. La posición es la misma y también puedes usar tu cuerpo, la barra de pesas o las mancuernas como resistencia.

Los pies a un ancho de hombros. En lugar de bajar hacia el piso, lo que debes hacer es dar un paso hacia adelante con un pie, lo más exagerado que puedas sin perder el equilibrio.

Mantén los hombros por arriba de las caderas. La pierna que ha quedado atrás también debe flexionarse desde la rodilla, para que roce el piso.

La rodilla delantera no debe sobrepasar la línea de la punta del pie. Vuelve a la posición inicial y repite con la otra pierna. Intercambia y cumple la misma cantidad de

posiciones con cada una.

EXTENSIÓN DE CADERA

Para este ejercicio debes estar acostada en un banco de gimnasio (o puedes hacerlo en tu cama) y las caderas deben quedar en el extremo, con los pies colgando hacia abajo.

Levanta ambas piernas al mismo tiempo, haciendo fuerza con los músculos de los muslos y de los glúteos. Deben quedar a la altura de las caderas.

Mantén esta posición y alterna como si estuvieras dando patadas para nadar, pero en el aire. Cuando una pierna está más cerca del pecho, la otra queda a la altura de la cadera, se juntan en el medio del movimiento.

ELEVACIONES

Ponte de pie frente a un banco o silla que sea resistente y alta para poder inclinar una rodilla en un ángulo de 90° y pararte sobre ella.

Ubica el pie derecho en el banco y eleva el cuerpo usando la fuerza de los músculos de tus muslos y glúteos.

Estira lo más que puedas, la idea es que la pierna quede totalmente estirada. La pierna izquierda no debe tocar el banco, pero si puede ponerse de puntillas.

Mantén la postura unos segundos y desciende de forma lenta. Repite cinco veces con esa pierna antes de cambiar.

PRESIÓN DE GLÚTEOS

Coloca las rodillas, los codos y los antebrazos en el piso. Las rodillas a la altura de las caderas. Los codos en línea recta con los hombros.

Debes apretar el estóma-

go y alinear bien la espalda. Ahora levanta la pierna izquierda hasta que la rodilla te quede a la altura de la cadera, flexionada.

Aprieta los glúteos durante tres segundos y desciende a la postura inicial. Realiza quince repeticiones antes de pasar a la otra pierna.

PATADAS

Comienza el ejercicio en la misma postura que el anterior, apoyando codos, rodillas y antebrazos en el piso. Aprieta el estómago.

Levanta la pierna derecha a la altura de la cadera, flexionando la rodilla. Las patadas se pueden hacer tanto para arriba (como si la planta del pie tocara el techo) o bien para atrás, estirando la pierna y que quede recta.

En cualquiera de los casos debes mantener durante unos segundos. Haz ocho repeticiones y cambia de pierna. Para que el ejercicio tenga más resistencia, puedes usar unas pesas de tobillos.

LEVANTAMIENTO DE PELVIS

Acuéstate boca arriba en una colchoneta, apoya las plantas de los pies en el suelo, flexionando las rodillas. Los brazos a los laterales del cuerpo.

Eleva la pelvis hacia el techo, ejerciendo presión con los glúteos o muslos. La espalda debe quedar en diagonal al suelo.

Mantén la postura durante unos segundos y vuelve a la postura inicial, sin llegar a tocar la colchoneta con los glúteos.

Haz diez repeticiones, descansa y vuelve a empezar. Una variante a este ejercicio es colocar una pesa redonda en el abdomen.



LAS SENTADILLAS, sin duda, son el ejercicio más conocido por su efectividad comprobada.

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

Gimnasio abierto de lunes a viernes de 7:00 a 22:00 hrs.
Horario continuado. Sábado de 8:00 a 13:30 hrs.
Sala de máquinas abierta todos los días con asistencia personalizada - preparador físico.
Convenio con empresas e instituciones de educación.
Lord Cochrane 551 Los Angeles ☎ +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 N°79
Fono: 43-2230298

¿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.

Foto del día



SC
San Cristóbal

97.5 fm

CONTACTO COMERCIAL
VIOLA MORA (SRA. YOLITA)
9 98976357 / 9 79645316

Sudoku

Dificultad: Normal

Dificultad: Difícil

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

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

Santoral

Hoy: Panfilio, Pamela

Fases de la luna

LLENA
2 de marzo

MENGUANTE
7 de febrero

NUEVA
15 de febrero

CRECIENTE
23 de febrero

Sudoku solución 10 de Febrero

Dificultad: Normal

Dificultad: Difícil


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

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

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.

Puzzle

Germán Fuentes



	Piteco		Baldío	Circonio	Pron.	Enano Inv.
	Larva					
	Cereal					
	Níquel			Bajo		
	Vapor			Ente		Regla
	Nivel					Desafían
Actriz Costarricense						
1000	Donaría	Regla Ingl.				Nutria Ingl.
		Nuevas				
Turno Inv.			Preso			
			Adufe			
Caminar inv.				Tete		
				Ataba		
Furor			Cortan Inv.			
			Aquellas			
Bismuto Selenio			Nueve Ingl.			
			Dativo			
Interj.		Sosa			RHO	
		Dios Rev.			Inst. Mus.	
Libra	Gordas Inv.					Reza
	Eres					
Griseo			Hopo			
			Sodio			
Bóvido		Nobelio		Au galo		
		Uno		Cons.		
Cont. Foto			Juma			



Ferías

LUNES
Los Carrera, Altura N° 1200

Farmacia de Turno

FARMACIA AHUMADA
Colón 309 - FONO, 43 2322365

El tiempo

Los Ángeles
Ayer 9° 30°
HOY 12° 31°
Mañana 13° 33°

Temuco
9° 29°

Angol
14° 31°

Concepción
11° 27°

EN CUALQUIER LUGAR



WWW.LATRIBUNA.CL

Horóscopo

♈ ARIES

AMOR: No reavive viejos tiempos que no le servirán de mucho. Sólo pondrá en peligro lo que tiene ahora. SALUD: Evita cualquier mal rato que afecte tu estado actual. DINERO: Nuevos desafíos irán apareciendo en su trabajo, se valiente y enfréntalos. COLOR: Lila. NÚMERO: 9.

21 de marzo al 20 de abril.

♉ TAURO

AMOR: La verdadera dicha está muy cerca, solo debe darle la oportunidad para que se acerque a usted. SALUD: Aburrirte entre cuatro paredes no te hace nada bien, distráete. DINERO: No bases todo tu porvenir en las apuestas, hay cosas mejores en las que ocupar tu tiempo. COLOR: Perla. NÚMERO: 20.

21 de abril al 20 de mayo.

♊ GÉMINIS

AMOR: La vida merece vivirse, aunque no nos sea propicia. De usted depende de que este día sea excelente. SALUD: Preocúpate por tu salud, hazte chequeos periódicamente. DINERO: No seas tan abierto/a a contar tus planes ya que algunos/asinescrupulosos/apueden aprovecharse. COLOR: Celeste. NÚMERO: 3.

21 de mayo al 21 de junio.

♋ CÁNCER

AMOR: No se lamente tanto y comience a cambiar esa actitud que sólo le conduce a la soledad, mejore su vida. SALUD: Ande tranquilo/a y sin sobresaltar sus nervios. DINERO: No envidie la suerte de otros ya que pronto llegará la suya. COLOR: Azul. NÚMERO: 12.

22 de junio al 22 de julio.

♌ LEO

AMOR: Hay que poner los pies sobre la tierra para no dejarse encantar solo por una imagen. SALUD: Empéñate más en tratar de recuperarte tanto anímica como corporalmente. DINERO: Un mal comentario en el trabajo puede tener repercusiones. COLOR: Gris. NÚMERO: 6.

23 de julio al 22 de agosto.

♍ VIRGO

AMOR: Guíese por su corazón y verá como este le lleva hacia el camino de la dicha. SALUD: Durante unos días trate de mantener una actitud más positiva, eso ayudará a tu salud. DINERO: Trata controlar tu economía para no descarrilarlo que quieres. COLOR: Beige. NÚMERO: 9.

23 de agosto al 22 de septiembre.

♎ LIBRA

AMOR: Deje que el amor fluya en su vida y deje que este le inunde el alma y le corazón. SALUD: No coma alimentos que tengan tantas calorías para no descuidar tanto su condición. DINERO: Trate de no gastar todos sus ahorros de una sola vez. COLOR: Marengo. NÚMERO: 8.

23 de septiembre al 22 de octubre.

♏ ESCORPIÓN

AMOR: Es necesario que plantee nuevamente su camino y así tomar la senda hacia la felicidad. Es necesario un cambio interno en usted. SALUD: Sea responsable para no terminar dañando su corazón. DINERO: El ponerse de pie ante un fracaso te dará fortaleza para lograr lo que quieres. COLOR: Verde. NÚMERO: 2.

23 de octubre al 22 de noviembre.

♐ SAGITARIO

AMOR: Abra más los ojos, pero en especial trata de abrir tu corazón si es que realmente deseas encontrar la felicidad. SALUD: Siéntete sano/a, cambia tu actitud. DINERO: Aprovecha las críticas para corregir tu senda hacia el éxito. COLOR: Morado. NÚMERO: 22.

23 de noviembre al 20 de diciembre.

♑ CAPRICORNIO

AMOR: La lucha por la felicidad debe ser constante, por lo tanto no debes rendirte si las cosas no resultan de inmediato. SALUD: No al abuso del alcohol, esto perjudica demasiado a tu cuerpo. DINERO: No debes rendirte si esa idea no está funcionando de inmediato. COLOR: Burdeos. NÚMERO: 30.

21 de diciembre al 20 de enero.

♒ ACUARIO

AMOR: No va a llegar muy lejos con una actitud distante, necesita demostrar más amor a las personas. SALUD: Calme su mente y todo irá mejor, recuerde que el estado de sus nervios también pueden afectarle. DINERO: Ayude a los demás sin esperar algo a cambio. COLOR: Negro. NÚMERO: 15.

21 de enero al 19 de febrero.

♓ PISCIS

AMOR: Llène de amor su corazón para así generar un profundo cambio en su vida. SALUD: Evite cualquier vicio que pueda perjudicar su vida. DINERO: Mantenga la tranquilidad que las cosas irán mejorando con el transcurso de la jornada. COLOR: Amarillo. NÚMERO: 34.

20 de febrero al 20 de marzo.

TU ERES
LA CONCIENCIA



EL FUEGO ARRASA CON TODO

campana contra incendios / 2018