



La Tribuna

EL DIARIO DE LA PROVINCIA DE BÍO BÍO

Fundado el
27 de junio
de 1958

www.latribuna.cl

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



DESARROLLO, 6

Gierke presiona al intendente por plataforma logística para Cabrero

El alcalde no perdió posibilidad de insistir en la iniciativa a Jorge Ulloa.



ECONOMÍA, 9

2018 y las exportaciones: uno de los mejores años para Biobío

Según las últimas cifras, éstas crecieron un 46% en comparación al año pasado en la zona.

Estudiante angelina obtuvo puntaje nacional en la PSU de matemática

Carla Cea Uribe, alumna del Liceo Alemán del Verbo Divino, quiere estudiar medicina en la Pontificia Universidad Católica.

La joven dijo estar muy contenta y, si bien estaba confiada en obtener un buen resultado, jamás se imaginó ser parte de los máximos puntajes del país.



CRÓNICA, 11

DESTACADAS

CRÓNICA, 7

Bomberos realizará la tradicional caravana para Navidad

Los voluntarios presentarán una animada jornada por diferentes arterias de Los Ángeles.



POLICIAL, 8

Inspector municipal golpeó a joven en actividad navideña

El hecho ocurrió en la comuna de Santa Bárbara. El alcalde entregó su apoyo al menor agredido.



DEPORTES, 19

GORE firmó el convenio para construir por fin nuevo estadio de Los Ángeles

Uno de los traspasos de recursos más grandes de la historia del Gobierno Regional del Biobío.

POLÍTICA, 4 Y 5

Autoridades entregan un emotivo mensaje por fechas especiales

Algunos rostros quisieron hacer un alto en su quehacer para enviar un saludo a la provincia.



Sus derechos en Navidad

Estamos a escasos días de celebrar Navidad, fecha muy emotiva y esperada por todos, especialmente por los niños. En este sentido, como SERNAC queremos recordar a los "Viejit@s Pascuer@s" sus derechos al realizar sus compras y evitar que "nada arruine tu Navidad".

La Ley del Consumidor (LPC), establece una serie de derechos que protegen a las personas, entre ellos, a realizar compras de productos y servicios seguros.

En el caso de los juguetes, los consumidores tienen derecho a que estén correctamente rotulados, con información clara y en castellano, que tengan advertencias e instrucciones para su uso seguro.

Si se realiza la compra a través de internet, los consumidores tienen los mismos derechos que en cualquier compra o contratación de servicio presencial, esto es, a que se le informe el precio y se respete, a que se cumpla lo ofrecido, y a que las empresas respondan en caso de problemas.

Al realizar compras por internet, la Ley permite a los consumidores arrepentirse dentro de los 10 días desde que recibió el producto o contrató el servicio, siempre que la empresa no informe lo contrario. También es obligación de los proveedores enviar una confirmación escrita del comprobante de la transacción. De no ser así, el plazo de retracto se extiende a 90 días.

En el caso de los productos nuevos que salen malos, la Ley establece una garantía legal de 3 meses, que incluye tres opciones: el cambio, la reparación o la devolución de lo pagado a elección del consumidor. En algunos productos como los electrodomésticos, las empresas exigen una primera revisión en el servicio técnico para descartar que no se trate de un mal uso. Pero tras esa revisión, subsiste el derecho a la triple opción



Juan Pablo Pinto
Director Regional del Sernac
Región del Biobío

si el producto tiene fallas de fábrica.

Los consumidores pueden acudir directamente a la empresa que les vendió el producto presentando la boleta, factura u otro medio que acredite la compra.

No son válidos los carteles o timbres en las boletas donde se indique que no se responde por cambios o devoluciones.

Las empresas no pueden derivar al consumidor a lugares lejanos o atender en horarios diferentes a los de venta normal. Es decir, deben

ofrecer las mismas condiciones en que realizaron la venta del producto.

Es habitual que muchas empresas, especialmente las del retail, ofrezcan a los consumidores el "ticket de cambio", el cual permite a los consumidores cambiar sin motivo el producto durante 10, 20 o hasta 30 días. Se trata de una política comercial voluntaria dirigida a satisfacer a los clientes; si es ofrecida, debe cumplirse. Pero eso no significa que el consumidor pierda su garantía legal si el producto tiene fallas.

Al realizar compras por internet, la Ley permite a los consumidores arrepentirse dentro de los 10 días desde que recibió el producto o contrató el servicio.

Riesgos y oportunidades en la era digital

En años recientes, hemos visto historias exitosas de compañías como Amazon y Netflix que han aprovechado las ventajas de la tecnología y la era digital para incrementar su participación de mercado y el retorno a sus inversionistas. No es sorprendente que las compañías de seguros también busquen ingresar al mundo digital para maximizar su valor, pero ¿qué implicaciones tiene la era digital en una industria que es típicamente considerada como tradicional y conservadora?

La era digital trae a las compañías de seguros la necesidad de analizar la apertura de nuevos canales de distribución y la mejora de los ya existentes, diseñar nuevos productos, mejorar sus capacidades analíticas, considerar cambios en el modelo de tercerización y ponderar esquemas de prevención, además de productos tradicionales indemnizatorios.

Asimismo, las posturas tradicionales de las compañías de seguros tienen que tornarse más tolerantes a los errores y a ser más ágiles a implementar cambios tácticos para incorporar las lecciones aprendidas.

La introducción de nuevos canales, productos, plataformas y aliados comerciales definitivamente cambiará el perfil de riesgos de las aseguradoras quienes deberán mejorar sus capacidades de tarificación para proveer productos altamente personalizados, minería de datos y atención de reclamaciones, al mismo tiempo que evaluar sus mecanismos de mitigación y control principalmente ante los crecientes riesgos legal y de contraparte, regulatorio, cibernético y de fraude.



Juan Carlos Rodríguez
Chief Risk and Actuarial Officer
Chubb en América Latina

Nadie ha dicho que sea fácil, particularmente en un mundo que demanda inmediatez y en el que varios jugadores llevan ventaja, pero también es uno que además de traer riesgos abre oportunidades. La oportunidad de éxito en la era digital no radica solamente en estar en la vanguardia tecnológica; las compañías exitosas serán

La introducción de nuevos canales, productos, plataformas y aliados comerciales definitivamente cambiará el perfil de riesgos de las aseguradoras

aquellas que tengan un liderazgo responsable y equipos talentosos, habilidad de adaptación, solidez financiera y un adecuado programa de administración de riesgos, pero, sobre todo, aquellas que pongan a sus clientes como el genuino eje de su estrategia y actividades.

Es importante que la conversión a la digitalización no sea vea como un fin en sí y que no se pierda de vista que al final de la cadena de valor hay un consumidor cada vez más sofisticado, cuyas preferencias y necesidades deber ser satisfechas.



Juana Sandoval Cornejo
Docente de Pedagogía en Ciencias
Naturales y Biología Universidad de
Concepción, Campus Los Angeles.

¡Inspírense! para la creación del cambio

El segundo semestre del presente año, en el Campus Los Angeles de la Universidad de Concepción se impartió por primera vez el electivo "Educación sexual para la escuela de hoy" para las carreras correspondientes

a la Escuela de Educación. La actividad de cierre consistió en realizar un diagnóstico a la comunidad estudiantil, con la finalidad de conocer sus impresiones hacia la sexualidad. En este contexto, los alumnos que cursaban el

electivo fueron los mediadores y aplicaron lo aprendido a su comunidad.

Con esto se motivó a los estudiantes a convertirse en ciudadanos activos y en agentes para el cambio positivo. La comunidad, por su parte, tuvo la oportunidad de indagar en sus experiencias, integrando nueva información e ideas a lo que ya saben y piensan acerca de la sexualidad.

Para establecer el diálogo con los participantes se trabajaron las siguientes interrogantes: "Diferenciar conceptos relativos a sexualidad", "Edad en que se deben establecer las primeras conversaciones acerca de la sexualidad", "¿Qué hace que nos gusten unas personas y no otras?", "Las persona homosexuales ¿pueden cambiar su orientación sexual si se lo proponen?", "Tu sexualidad ¿influye en la forma como tomas decisiones?", "Género y uso del condón", "Consentimiento y la coerción sexual", y por último, se analizaron casos reales para reflexionar de lo importante que es poder comunicarnos sobre el comportamiento sexual y los temas de salud sexual con la persona con

Si bien la educación no es un proceso de absorción pasiva, debemos considerar que las personas obtienen información continuamente y, entonces, reinterpretan lo que aprenden con base en su propio conocimiento y experiencia.

quien estamos involucrados.

Al analizar los diálogos de los diferentes grupos, hay varias interrogantes que salen a relucir. Si bien la educación no es un proceso de absorción pasiva, debemos considerar que las personas obtienen información continuamente y, entonces, reinterpretan lo que aprenden con base en su propio conocimiento y experiencia. Y es en este punto, donde la educación sexual se inscribe en un contexto de educación permanente,

en un concepto integral del ser humano, en donde lo biológico, lo afectivo y lo social interactúan simbióticamente. Educar para una sexualidad sana y creativa, que además de prevenir enfermedades y embarazos no deseados, pueda ser vivida con placer, respeto y responsabilidad; de este modo, garantizar el bienestar y el mejoramiento en general de la calidad de vida de las personas.

Con esta actividad queda en evidencia que en algún

momento de la vida, la mayoría de las personas han experimentado inseguridad para hablar acerca de sexualidad con niñas, niños, estudiantes, pareja o colegas. Es por esta razón que se impartió este nuevo curso, ya que al finalizar los estudiantes fueron capaces de hablar de la sexualidad de manera clara, directa, usando información actualizada y sin sentimientos de vergüenza. De este modo, los estudiantes pudieron diferenciar la sexualidad de los conceptos de sexo, género, orientación sexual y genitalidad.

En consecuencia, podrán describir con seguridad los procesos biológicos, psicológicos y socioculturales que intervienen en el desarrollo de la sexualidad a lo largo de la vida. Asimismo, lograrán establecer la relación de la sexualidad con las decisiones que toman las personas en diferentes áreas, al igual que con su bienestar físico, psicológico y social. Todo esto desemboca en la adquisición de habilidades para integrar a su propia vida, así como al sistema educativo y poder argumentar por qué la sexualidad es mucho más que sexo.

EDITORIAL

Los problemas de la comodidad

La comodidad de estacionarse en un lugar céntrico termina por pasarle la cuenta a cientos de otras personas.

Navidad, colores, pinos, luces, viejos pascueros por doquier. Los angelinos vibran con esta época y es que todo es paz, amor y tranquilidad... para algunos.

El comercio sin lugar a dudas es uno de los más frecuentados por los miles

de compradores. En Los Ángeles, el panorama es sencillamente increíble con aglomeraciones, sobre todo en los puntos más céntricos de la capital de la provincia de Biobío.

El mall y el paseo Colón son los más

cotizados por los acelerados angelinos que concurren hasta los distintos locales comerciales.

Para los locatarios, estas fiestas son grito y plata, sin lugar a dudas, es el tiempo donde más venden y ello se nota en la cantidad de público que aparece por los sectores céntricos.

Normalmente el flujo de gente no es mayor un fin de semana cualquiera. Se puede transitar con calma y tranquilidad por calle Valdivia o Mendoza o incluso el paseo Colón, pero la previa de Navidad el panorama cambia.

El paseo semipeatonal es, definitivamente, cortado para que sólo transite gente por aproximadamente una semana y media, ello para darle mayor comodidad a los comerciantes y obviamente también al público que concurrirá.

Pero el sábado previo a la Navidad el panorama tiene tintes realmente dantescos. La cantidad de gente que llegó al centro de Los Ángeles era inmensa y es que claro, muchos como siempre haciendo sus compras para la

época a última hora.

Los atochamientos vehiculares, sobre todo al ingreso del principal centro comercial angelino era increíble, más de tres cuadras de automóviles. El ánimo sin lugar a dudas no era de los mejores.

Pese a ello, el problema se produce no por tema viales o por la gran cantidad de vehículos transitando en una sola calle, sino que por una situación en particular: los vehículos que esperan estacionamiento en el mall.

Muchos no encuentran mejor solución al no haber estacionamientos en el centro comercial, que esperar y hacer una especie de improvisada fila, lo que genera atochamientos realmente importantes en gran parte de calle Mendoza.

El problema es que habiendo un sinfín de estacionamientos en los que igual se cobra, decenas de angelinos prefieren esperar varios minutos generando problemas viales. La comodidad de estacionarse en un lugar céntrico termina por pasarle la cuenta a cientos de otras personas.



Propietario: Empresa Periodística Bío Bío Ltda., editora de Diario LA TRIBUNA
Sólo como impresor: Impresora La Discusión S.A.

Presidente: Miguel Zunino Besnier
Gerente: María Paz Vidal Carrasco
Jefe de Prensa: Sebastián Díaz Sandoval

Dirección: Colo Colo 464 - Los Ángeles
Fonos: 2313315 - 2311040 - 2325533 / Radio San Cristóbal: 2314987
Cañilla Electrónica: director@latribuna.cl - prensa@latribuna.cl - prensalatribuna@gmail.com

NO PANTA



—¿Oro, incienso y mirra?...¿Y qué pasó con el celular, el ipad y el PS4?

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

CIUDAD SOMOS TODOS

Señor Director:

Vivimos en ciudades desencontradas, fracturadas y fragmentadas, donde muchos viven hacinados y otros esponjados. Donde algunos apenas miran de reojo los rucos instalados a la vera de autopistas y otros apenas divisan al que desde un auto en la luz roja les ofrece unas monedas. Esto es lo opuesto a lo que busca hacer el Hogar de Cristo, inspirado en el legado social de nuestro fundador Alberto Hurtado. Queremos vernos, reconocernos, querernos y aceptarnos como iguales. Navidad es el tiempo propicio para entender que Ciudad Somos Todos. Que el país se construye entre todos y que nadie debe quedar fuera. No hay nada más gratificante que dar, sostenía el padre Hurtado, y en eso creemos.

Nuestra campaña de Navidad la hemos llamado Ciudad Somos Todos, porque queremos poner al centro la inclusión, la integración y la participación comunitaria. Que nos alejemos de los ghettos que aíslan y estigmatizan. Que pinchemos las burbujas y abramos las rejas que nos separan y protegen. Que podamos entendernos y tratarnos como iguales. Si no lo hacemos así, el narcotráfico, la desesperanza, el resentimiento, la indiferencia, la desigualdad, nos ganarán la partida, adueñándose de nuestro territorio y de los corazones.

Reencontrarnos en la ciudad implica involucrarse con los que menos oportunidades tienen en ella. En el Hogar de Cristo asistimos anualmente a más de 36 mil personas con la colaboración de cuatro mil trabajadores, casi 40 mil voluntarios y más de 350 mil socios, que nos apoyan con su contribución generosa y la conciencia clara de que sólo la solidaridad, el dar y el darnos, hará de Chile un

país más digno y justo. Queremos honrar la igual dignidad que reconocemos tanto en los acogidos en nuestros programas de Arica a Punta Arenas, como en nuestros trabajadores, voluntarios, y en todas las personas que nos permiten servir de la mejor manera posible la misión que nos legara el padre Hurtado de acoger y convocar. A ser parte de esa aventura los estamos invitando.

*Héctor Higuera Fuentes
Hogar de Cristo*

LOS DESAFÍOS PARA 2019

Señor Director:

En esta fecha en que se suelen realizar balances, creo que es adecuado evaluar lo ocurrido para proyectar el futuro, es decir, ver las lecciones que nos dejó el 2018.

En ese sentido, será clave para el 2019 considerar a todos los territorios de la nueva región, nuestra nueva Región del Biobío, y no caer en la tentación de invisibilizarlos, tal como lo hicimos con Ñuble. No considerarlos sería el peor camino, fácil quizás para el alma penquista egocéntrica, pero es fundamental dar una señal de inclusión y unidad territorial. Será entonces momento de aventurarnos en crear, confiar y creer, en abrir caminos y canales de comunicación para integrar a nuestras 33 comunas desde Alto Biobío hasta Tirúa y desde Antuco hasta Tomé.

En nuestra nueva realidad territorial, las universidades tenemos la obligación de transformar a nuestra región en la capital de las universidades, del conocimiento, la ciencia y tecnología. Y, a la vez, convertir a Concepción en la capital de las regiones del país, esto es más que un discurso, es levantar desde la asociatividad las capa-

idades que nos permitan, por ejemplo, concretar el anhelado PACYT y de paso la reconversión económico-productiva que tanto añoramos. Hoy es deber avanzar en aquel camino para conseguir la prosperidad de nuestras futuras generaciones.

Será un gran desafío desde el punto económico avanzar en lo colaborativo, nuestra industria portuaria y logística se deben poner a la altura para que, desde nuestras costas y considerando el espacio entre Maule y La Araucanía, conquisten nuevas fronteras. En ese desafío, la concreción del Plan Regulador Metropolitano de Concepción será clave.

En materia de deportes, debiéramos tener noticias del Polideportivo del Biobío, y futbolísticamente hablando volveremos a ver el real clásico de regiones: Almirante Arturo Fernández Vial versus Deportes Concepción. Bienvenidas serán las jornadas a estadio lleno en el Ester Roa Rebolledo.

Finalmente, nuestro Teatro Regional, más allá de las distintas visiones y opiniones, en datos nos ha demostrado que cada recurso puesto en cultura y artes es sembrar en tierra fértil. Por lo tanto, será tarea para el nuevo directorio seguir el próximo año en el camino que ha llevado a tener más de 50 mil asistentes desde su inauguración a la fecha.

Que a fines del próximo año nadie nos diga que no lo intentamos, que nadie piense que desde el Biobío no es posible y que sí, y como ha sido nuestra historia, seguiremos dando señales para un nuevo y mejor Chile.

*Luciano Parra Provoste
Director de Administración Pública
Universidad San Sebastián*

PARA LOS HABITANTES DE BIOBÍO

Autoridades entregan un emotivo mensaje por fechas especiales

Algunos de los rostros y figuras de la política provincial quisieron hacer un alto en su quehacer diario para entregar un mensaje en estas fechas tan especiales.



"Con especial atención, reciban todos y cada uno de los vecinos y vecinas de la provincia de Biobío un saludo de Navidad. Que la unidad y el amor de la familia los encuentre reunidos celebrando este acontecimiento de la humanidad, el nacimiento del hijo de Dios.

Que todo sea en un marco de respeto y esperanza deseando también que el mejor regalo provincial sea concluir estas festividades sin eventos que lamentar. ¡Feliz Navidad!"

Daniel Salamanca
Alcalde de Santa Bárbara



"Un gran saludo de Navidad para todas las familias de nuestra provincia de Biobío, esperando podamos reencontrarnos con los verdaderos valores y compartir con nuestros seres queridos."

Felipe Harboe
Senador



"Que durante esta Navidad nuestra fe se fortalezca y crezca en cada uno de nuestros hogares.

Y que este próximo 2019 nuestro trabajo siga teniendo como prioridad el concretar oportunidades de desarrollo más justas y equitativas para toda nuestra provincia del Biobío."

Vladimir Fica Toledo
Alcalde de Laja



"En estas fechas, la celebración debe ser principalmente interna, de reflexión, y por sobre todo de mucho amor, es una oportunidad para abrazar a la familia, a nuestros amigos. Muchos habitantes de la provincia han logrado grandes cosas este año, otros están en vías de lograr sus sueños y a otros tantos les ha tocado sufrir. A todos y cada uno de ellos les llamo a la unidad, a apoyarse en quienes los rodean y a ser un aporte para la sociedad.

Que esta Navidad ilumine sus mentes y corazones, para que reciban un nuevo año con la frente en alto y la fe para alcanzar sus anhelos y, por sobre todo, para mantener unida a la familia y a las personas con quienes compartimos. Felicidades, que Dios los bendiga y que viva Chile."

Ignacio Fica
Gobernador de la provincia de Biobío



"En esta fecha de unidad universal, hago llegar a toda la comunidad de Biobío mi mensaje de paz, amor y felicidad, haciendo votos de mucha esperanza en nuestro futuro y renovando mi compromiso para ayudar a lograrlo y qué mejor que deseándoles una muy Feliz Navidad."

Teresa Stark
Consejera Regional



"No son los árboles decorados, ni las luces, ni los regalos la esencia de la Navidad. Muchas veces dejamos de mirar lo verdaderamente importante, lo esencial. Inmersos en nuestro trabajo y problemas nos olvidamos de nuestra necesaria contribución a mejorar la sociedad y el mundo que nos rodea, y de manifestar nuestro cariño a las personas que nos rodean. Estas fechas de Navidad son una nueva oportunidad para ello.

Hagamos de esta fecha un motivo para la bondad y el amor. Juntos podemos construir un mundo mejor."

Reciba mi afecto y gratitud,

Jaime Veloso Jara
Alcalde de Tucapel



"Amigos y amigos de Biobío, espero que en esta Navidad el mejor regalo sea compartir con nuestras familias el verdadero amor. Este debe ser el espacio para la solidaridad, pero también para renovar nuestro compromiso por un territorio cada vez más unido, feliz y en paz. Son mis sinceros deseos para ustedes."

Afectuosamente,

Manuel Monsalve Benavides
Diputado



"En esta fecha tan especial, que recuerda el nacimiento de Cristo, quiero desear a cada uno de los habitantes de la provincia de Biobío que esta festividad esté colmada del amor de Dios y que se rescate el sentido más profundo de esta fecha. Nos une un territorio común, y los mismos anhelos, proyectos y sueños. Que el camino mostrado por aquel humilde niño que nació en un pesebre guíe siempre nuestros pasos y nos enseñe el verdadero sentido de la vida."

Mario Gierke
Alcalde de Cabrelo



"Desde la hermosa comuna de Quilleco les hacemos llegar un saludo con profunda fraternidad y esperanza para esta Navidad y Año Nuevo 2019.

Es nuestro deseo e invitación para que todos y todas, en la reflexión del espíritu navideño, disfrutemos en familia y compartamos el verdadero sentido de estas fiestas. Al mismo tiempo, fortalezcamos como comuna nuestra esencia de unidad."

Un gran abrazo.

Jaime Quilodrán Acuña
Alcalde de Quilleco



"Mis mejores deseos para los lectores del diario La Tribuna y que el espíritu de estas fiestas llegue a todas las familias del Biobío."

Jorge Ulloa
Intendente de la región del Biobío



"En estas fiestas de fin de año, Navidad y Año Nuevo, quiero manifestar mis sinceros deseos de paz y amor para todos quienes conforman el diario La Tribuna de Los Angeles. Quiero destacar la importancia de este medio de comunicación en nuestra provincia de Biobío, siendo un aporte para la difusión de los distintos acontecimientos que ocurren día a día. En el caso especial de la comuna que dirijo, Yumbel, siempre hemos contado con este medio y con el profesionalismo de quienes integran este grupo humano de trabajo. ¡Felices Fiestas!"

Juan Cabezas Vega
Alcalde de Yumbel



"A todos los habitantes de Biobío quiero enviarles un gran y afectuoso saludo.

Un saludo de Navidad, un saludo de esperanza donde nos volvemos a encontrar con la fuente de toda la vida que es Jesús. Complace imitar el ejemplo de la familia compuesta por José, María y Jesús. Una familia a seguir en su bondad, paz, amor hacia el trabajo y a los demás. Desprendida absolutamente de todo lo terrenal."

Feliz Navidad y que este abrazo fraterno se prolongue en 2019.

Cristóbal Urruticochea
Diputado de la República



"Les saludo con especial afecto a todas las personas de Biobío, para que junto a sus familias en estas fiestas, el nacimiento del niño Jesús llene de amor, fe y esperanza su hogar."

Francisco Melo
Alcalde de Negrete



"Que la estrella de la Navidad ilumine nuestras vidas, traiga a nuestros corazones amor y esperanza y dibuje en nuestros rostros la alegría del amor ¡Feliz Navidad!"

Enrique Krause Lobos
Consejero Regional



"En estas fechas tan especiales, me gustaría que todos los habitantes de la provincia, en especial los vecinos de Los Angeles y sus alrededores pudieran vivir estas fechas en mucha armonía y paz. Que sea una instancia de recuento y reconciliación con sus seres queridos. Ojalá que todos los chilenos podamos superar los malos momentos que se vivieron este año.

Espero que todos podamos tener un 2019 solidario, de unión y con todo el cariño de la familia."

Eduardo Velásquez
Concejal de Los Angeles



"Desde la comuna de Alto Biobío, lugar donde convive la cultura mapuche pewenche con la occidental, deseamos que estas fiestas de fin de año sean una oportunidad para compartir con los seres queridos en equilibrio con la naturaleza y la sociedad, donde el consumo no sea lo primordial, sino que el deseo de hacer bien."

Nivaldo Piñalco
Alcalde de Alto Biobío



"En esta fecha tan especial quiero enviar un afectuoso y sincero saludo a todos y cada uno de los habitantes de Los Angeles y la provincia de Biobío. Espero que esta celebración nos reúna como familia, amigos y miembros de una misma comunidad entorno a la reflexión, la armonía y la fraternidad.

Que la alegría reine en cada uno de sus hogares. Feliz Navidad!"

Francisco González
Concejal de Los Angeles



"Navidad es una época especial en la cual recordamos el Nacimiento de Jesús, y además compartimos en familia los más hermosos sentimientos de amor y esperanza que surgen desde nuestros corazones. También constituye un tiempo para agradecer a Dios, porque este 24 de diciembre la comuna de Nacimiento celebra un nuevo aniversario, cumpliendo 415 años de historia.

Espero que, al celebrarse esta Navidad 2018, los valores cristianos continúen siendo el pilar de sus hogares, y que el éxito y la prosperidad personal y familiar los acompañen a lo largo de todo 2019.

Un abrazo fraterno."

Hugo Inostroza Ramírez
Alcalde de Nacimiento



"Un saludo a todos los dirigentes de organizaciones sociales, a las autoridades, a la comunidad en general. Espero una reflexión en familia de lo que significa la Navidad, un lugar de encuentro de solidaridad, de tolerancia de poder estar unidos como familia, como comunidad, y celebrarlo en paz."

Daniel Cuevas
Consejero Regional



"Quiero desearles una feliz Navidad en familia, junto a sus seres queridos; que el nacimiento del niño Jesús traiga bendiciones a sus hogares y mucha unidad en tiempos complejos, paz crecimiento y desarrollo. Que juntos renovemos las fuerzas para luchar por lo que queremos."

Feliz Navidad y un próspero año 2019.

Joanna Pérez
Diputada de la República



"La aspiración siempre de quienes somos representantes de la ciudadanía es que entre todos exista un ambiente de familiaridad para enfrentar las dificultades que se tienen. En eso la aspiración también es que podamos contribuir a dar más oportunidades a aquellos que no la han tenido. Cuando nos acercamos a estas fiestas de fin de año y Navidad que todos esperamos, que sea una fiesta de unidad, familia, que dejemos de lado ciertas diferencias y que pensemos todos juntos en un mejor futuro."

Iván Norambuena
Diputado de la República

AVANZA LA IDEA

Gierke presiona al intendente por plataforma logística para Cabrero

En la visita de Ulloa a la comuna el pasado viernes, el alcalde no perdió posibilidad de insistir en la iniciativa.

Sebastián Díaz Sandoval
prensa@latribuna.cl

Durante la semana pasada, autoridades nacionales y regionales visitaron la comuna de Cabrero, particularmente el ministro de Agricultura Antonio Walker, además del seremi de la carterera y el intendente Jorge Ulloa.

La ocasión sirvió para que la máxima autoridad de la comuna, Mario Gierke, aprovechara de presionar a Ulloa por los proyectos para Cabrero.

El alcalde sostuvo que "lo hemos dicho siempre, Cabrero plataforma logística, hoy día con esta planta queda más que confirmado que Cabrero tiene una ubicación estratégica para el crecimiento de la región y del país, hoy día es la certificadora

de frutas, no me cabe la menor duda que mañana puede ser el tema ferroviario, un aeropuerto de exportación. Tenemos las condiciones, estamos en el centro del país, con importantes carreteras como es la 5 sur y la 146 que llega muy rápido a los puertos de nuestra región".

Asimismo, dijo que "hay que recordar que en Neuquén hay un yacimiento que se llama Vaca Muerta y para exportar ese producto, los puertos más cercanos y seguros son los de Talcahuano, es decir, los de la región del Biobío ¿y por dónde pasarían? Por la comuna de Cabrero. Por lo mismo, decimos que Cabrero es capital para la exportación, creo que tenemos las condiciones, estamos en una modificación del plano regulador para que le día de mañana toda la comunidad pueda vivir tranquila y quie-

nes quieran venir a invertir lo hagan sin ningún problema".

A su vez, dijo que la inspección de frutas los posiciona a nivel nacional, siendo el centro más grande y moderno de Chile y Sudamérica.

Consultado por el proyecto que pone a su comuna como plataforma logística, explicó que "está muy avanzado, conversaba con el diputado Iván Norambuena para poder acercarnos al intendente y tener una reunión para que él nos pueda apoyar con respecto a esto. No me cabe la menor duda que el intendente con el deseo de levantar su región, va a potenciar esta idea de poder posicionar a Cabrero como una gran plataforma logística".

Igualmente, afirmó que un estudio de Corfo propone a Talcahuano, Cabrero y Puerto Montt como las plataformas logísticas de exportación.

Aprovechando la instancia, inmediatamente La Tribuna consultó con el intendente Jorge Ulloa, quien aseveró que "siempre se está trabajan-



EL ALCALDE APROVECHÓ los medios de comunicación para ejercer presión del proyecto a las autoridades regionales.

do, hay que recordar que existe esto, esta instalación, que es precisamente del trabajo en conjunto de la mesa del conjunto exterior, donde participa el Estado y donde en la práctica tenemos incluso la facultad de dirigirla y estas instalaciones nacieron allí".

Además, expresó que Sebastián Piñera le encomendó que trabajaran en mejorar la calidad de vida de los ciudadanos y todo es parte de ello.

Consultado por proyectos ferroviarios o aeropuertos en Cabrero, sostuvo enfático que "ideas existen muchas. Ahora,

lo que tenemos encima son los proyectos que permiten generar mejores condiciones a la gente de Cabrero. Otros proyectos se siguen estudiando, siempre existen y hay que irlos viendo, tienen que ir madurando de acuerdo a los tiempos".

QUILLECO
Municipalidad

Feliz Navidad.

* Y PRÓSPERO AÑO NUEVO 2019 *

Jaime Quilodrán Acuña, alcalde de la comuna de Quilleco y el honorable Concejo Municipal les hacemos un saludo con profunda fraternidad y esperanza para esta navidad y año nuevo 2019.

Es nuestro deseo e invitación para que todos y todas, en la reflexión del espíritu navideño, disfrutemos en familia y compartamos el verdadero sentido de estas fiestas. Al mismo tiempo, fortalezcamos como comuna nuestra esencia de unidad. Un gran abrazo.

ALCALDE *Jaime Quilodrán Acuña*

Jaime Quilodrán Acuña
ALCALDE DE LA COMUNA DE QUILLECO Y EL HONORABLE CONCEJO MUNICIPAL

DESDE EL MEDIODÍA

Bomberos realizará la tradicional caravana navideña este 25 de diciembre

Como cada año, los voluntarios presentarán una animada jornada por diferentes arterias de la comuna en vísperas de Navidad.

El espíritu navideño se acerca cada vez más y a pocas horas es tarea de todos darle más vida a esta jornada que encanta sobre todo a los más pequeños. De ello conoce bien el Cuerpo de Bomberos de Los Ángeles que ya prepara su tradicional Caravana Navideña.

Este año, según confirmaron desde la institución, el recorrido se presentará por diferentes arterias de la comuna comenzando desde el mediodía y partiendo desde el cuartel general ubicado en avenida Ricardo Vicuña.

Este año, el recorrido se va a dividir en dos sectores, norte y sur, donde los señores del fuego, acompañados del viejo pascuero, van a entregar dulces y alegría a los



pequeños de Los Ángeles.

Según detalló Bomberos, el sector sur va a tener inicio cerca del mediodía comenzando por la avenida Ricardo Vicuña, seguido por calle Freire hasta Vicuña Mackenna y sus intersecciones.

En tanto, el sector norte también

tendrá su inicio en cuartel general, seguido por calle Villagrán, hasta la costanera Quilque y otras calles cercanas hasta llegar a la avenida Los Ángeles, por avenida poniente.

Por último, en el sector Millantú el recorrido comenzará a las 18 horas y en Chacayal será a las 21.00.

Sector Sur

Inicio 12 horas

Av. Ricardo Vicuña-Freire
Av. Vicuña Mackenna
Los Carrera -Villa Filadelfia
Parque Lauquén
Av. Oriente-Puerto Alegre
Av. Francisco Encina
Rio Duqueco-San Pablo
Manuel Rodríguez
Vicuña Mackenna
Av. Padre Hurtado
Lynch-Avenida Poniente
Av. Ricardo Vicuña-Colo Colo
Av. Los Angeles-Alcázar
Condell-Manuel Rodríguez
Cuartel General

Sector Norte

Inicio 12 horas

Av. Ricardo Vicuña-Villagrán
Av. Marconi-Costanera Quilque
Av. Oriente-Corralco
Av. Trinidad-Nieves Vásquez
Av. Sor Vicenta-Guacolda
Esmeralda-Chorrillos
Mendoza
Latorre-Av. Los Ángeles
Orompello-San Luis
Mario de La fuente-Don Víctor
Los Sauces-Los Coihues
Orompello-Las Azaleas
Bombero Rio seco-Av. Poniente
Av. Estanislao Anguita
Aguas Calientes-Nahuelbuta
Galvarino-Ercilla
Cuartel General



Sector Millantú desde las 18 horas
Sector Chacayal desde las 21 horas

TU VOCACIÓN ES NUESTRO COMPROMISO ...>

En nuestros 30 años,
Universidad La República
entrega a sus nuevos estudiantes un

30%

DE DESCUENTO
EN EL ARANCEL 2019

DESCUENTO VÁLIDO HASTA EL 31 DE ENERO DE 2019

En sus carreras de pregrado presencial diurnas y vespertinas.



**UNIVERSIDAD
LA REPÚBLICA**

LAICA PLURALISTA TOLERANTE

**Sede
Los Ángeles**

2 2993 3860
admissionlosangeles@ulare.cl
Camino María Dolores Nº 2161

WWW.VOCACIONPORCHILE.CL

INSTITUCIÓN
NO ACREDITADA



EL ALCALDE APOYÓ AL MENOR AGREDIDO

Inspector municipal golpeó a joven en plena actividad navideña en Santa Bárbara

Según relato de testigos, en medio de la entrega de juguetes, un inspector municipal le pegó una bofetada a un adolescente que retiraba regalos para sus primos pequeños.

Marcela Vidal Rebolledo
prensa@latribuna.cl

Molestia en la comunidad ha causado una mala práctica de agresión en contra de un menor de edad por parte de un funcionario público en la comuna de Santa Bárbara, en medio de una actividad navideña.

Según relataron testigos a Diario La Tribuna, este grave incidente se registró el pasado jueves cerca de las 20 horas, en la sede social de la villa Claudio Arrau, cuando el menor retiraba unos juguetes y regalos por parte del municipio.

En medio de esto y en una confusa discusión, decenas de personas fueron testigos de la golpiza que el hombre, quien ejerce como inspector municipal, arremetió contra el menor identificado con las iniciales I.J.B.Q.

El acto, que fue catalogado como "bajo" por parte de autoridades y vecinos, desencadenó en el contexto de una discusión al parecer cuando el adolescente habría pasado a llevar a la madre del victimario, quien se encontraba en una puerta de acceso de la sede social.

En medio de esto, fueron terceros quienes alertaron a Carabineros de esta situación, por lo que se llevó a cabo la detención de este sujeto identificado con las iniciales C.C., mientras que el menor fue trasladado



SEGÚN MANIFESTARON ciudadanos de esta comuna, este funcionario municipal mantiene antecedentes por otras irregularidades cometidas en su cargo.

hasta el recinto asistencial para constatar lesiones.

Sobre esto, el capitán Pablo Urrutia manifestó que "se trató de una denuncia donde se daba cuenta que un menor fue agredido por una persona adulta, quien fue detenida y posteriormente liberada".

Respecto a los antecedentes manifestados por Carabineros, el capitán declaró que "según se dio a conocer en este lugar, sede social

Claudio Arrau, este menor agrede a la mamá del funcionario, por lo que este hombre saca al menor del lugar y en ese transcurso este sufre algunas lesiones leves".

OPINIÓN MUNICIPAL

Sobre esto, el alcalde manifestó que este altercado llegó a nublar una bella actividad de unión y, debido a esto, hasta el momento se mantiene una investigación en curso, para apoyar a este joven y su familia.

"En medio del programa especial de Navidad, en la villa Claudio Arrau, estando en el exterior entregando regalos, de pronto sentimos un llanto y el niño había sido agredido por una persona que es un funcionario y ejerce como actual inspector municipal", dijo la autoridad.

Luego de esto, el alcalde dio a conocer que este hombre -funcionario- estaba en el lugar con una sobrina recibiendo regalos al igual que el resto del público al momento de la disputa.

En este lugar, el mismo alcalde y los funcionarios que se mantenían en el lugar lograron corroborar que se trataba de un estudiante del liceo y se encontraba representando a otros menores, en medio de una discusión, que está siendo investigada.

"A pesar de que no se trató de lesiones mayores y la persona quedó en libertad de acción, todos quedamos muy impactados porque estamos en un periodo muy especial y los niños tienen que ser bien tratados y hay que controlar las emociones y bajo ningún concepto voy a amparar situaciones de violencia, por ello me reuní con la familia de este menor", dijo el alcalde.

Con estos antecedentes, según agregó el edil, se solicitó a la OPD municipal que hiciera un seguimiento psicosocial al niño por el efecto o las causas de esta situación.

"Más allá de que este tema sigue y va a pasar a fiscalía, nosotros como municipalidad vamos a hacer de acuerdo a los antecedentes asesoría jurídica y un sumario administrativo, porque yo creo que estas circunstancias independiente cómo hayan partido, tienen que tomarse medidas sobre todo cuando hay hechos de violencia con menores", puntualizó el alcalde.

UNA FAMILIA AGREDIDA

Ana Quintana, hermana mayor del joven agredido, explicó a La Tribuna que, luego de este altercado, su hermano terminó con lesiones leves y en este momento se encuentra con

mucho temor de encontrarse a este sujeto nuevamente.

"Nos sentimos mal como familia, al saber que un funcionario actuó de esta manera contra un menor. El simplemente fue en representación de mis dos sobrinos y lo que no sabemos es qué hacia la mamá de este hombre en el lugar tomando atribuciones que no le correspondían, si no pertenece a la junta de vecinos".

Al respecto de los dichos de que este menor habría agredido a la mujer en cuestión, Ana manifestó que en ningún momento el menor le faltó el respecto a dicha mujer y muchas personas fueron testigos de esta realidad, que nadie de los asistentes logra explicar.

"Él terminó con un labio partido debido a la bofetada o golpe de puño que le dio este hombre frente a todas las personas y todos vieron como mi hermano terminó sangrando frente a todo el público", dijo.

Después de ello, la mujer manifestó que al día siguiente tuvieron una reunión con el alcalde Salamanca, quien manifestó su apoyo en el ámbito psicológico, además se comprometieron a drásticas medidas por agredir a un joven que participaba como cualquier vecino en actividades tan gratificantes como lo es Navidad.

"A pesar de que no se trató de lesiones mayores y la persona quedó en libertad de acción, todos quedamos muy impactados, porque estamos en un periodo muy especial y los niños tienen que ser bien tratados y hay que controlar las emociones y bajo ningún concepto voy a amparar situaciones de violencia, por ello me reuní con la familia de este menor".

Daniel Salamanca,
alcalde de Santa Bárbara.

CUENTAS ALEGRES

2018 y las exportaciones: uno de los mejores años para Biobío

Según las últimas cifras, estas crecieron un 46% en comparación al año pasado.

Alejandra Sánchez Ocampo
asanchez@latribuna.cl

Durante la penúltima semana del año, el Instituto Nacional de estadísticas -INE- dio a conocer las últimas cifras de las exportaciones, donde Biobío presentó un incremento de casi un 50% durante el mes de octubre.

Al respecto, el seremi de Economía en Biobío, Mauricio Gutiérrez, explicó que “el INE nos entrega una buena noticia, las exportaciones crecieron un 46,1% en comparación al mismo mes del año anterior, con los destinos principales que son China y Estados Unidos, y lo más importante de esto es que el sector manufacturero muestra un repunte en sus exportaciones, porque dentro del ranking de exportaciones está en primer lugar la fabricación de papel, celulosa y cartón, también los productos del acero, es decir, todo aquello que agregue valor y que signifique industrialización”.

Asimismo, recalcó que,

con estas positivas cifras, se hace cada vez más evidente que Biobío es considerada una importante zona exportadora, lo que además trae consigo un mayor desarrollo para la economía local.

“Son cifras positivas, es una muestra más que estamos haciendo muy bien las cosas en materia económica, ya se siente en la economía un aumento en los empleos, una mayor cantidad, en este caso, de exportaciones en Biobío, que es por definición una región exportadora con muchos puertos y con un sector manufacturero que ya está alcanzando un dinamismo que a nosotros nos gusta, porque finalmente esto apunta a una mayor generación de empleo”, manifestó Gutiérrez.

Finalmente, la autoridad regional sostuvo que “estamos muy contentos como Gobierno, esperamos seguir con esta tendencia al alza, que la economía se siga dinami-

zando, y esto se suma, entre otros a otra buena noticia como por ejemplo la aprobación de la ley de pago a 30 día, es decir, en materia económica el Gobierno está aprobando con muy buena nota la gestión que estamos haciendo nosotros en esta área”.

ROMPIENDO RECORDS

En tanto, desde la institución encargada de la promoción de la oferta exportable de bienes y servicios chilenos, ProChile, su director regional en Biobío, Gino Mosso, en relación a estas cifras, dijo que “aunque aún no termina 2018, ya podemos adelantar que ha sido un año excepcional para las exportaciones chilenas y en particular para las regiones del Biobío y Ñuble, en que se romperán



LAS PRINCIPALES INCIDENCIAS del período corresponden a los sectores Industria y Silvoagropecuario, con variaciones interanuales positivas de 45,8% y 60,6%, respectivamente.

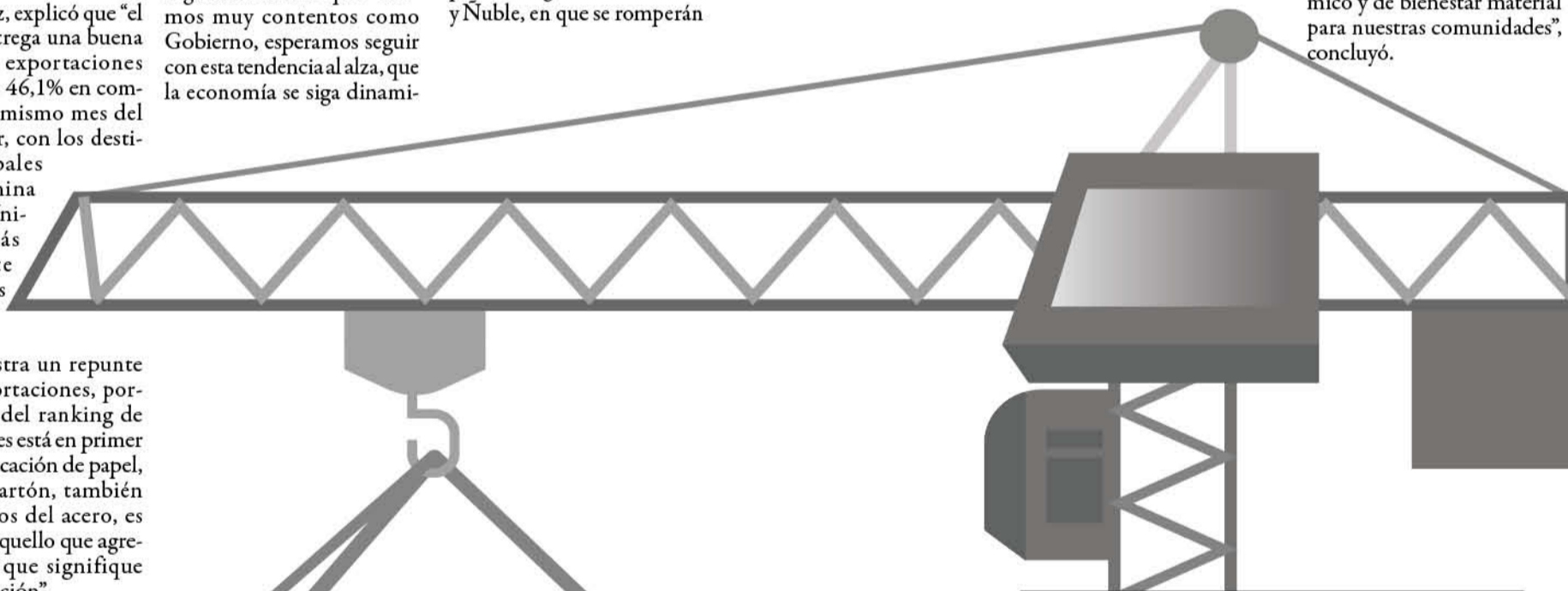
récords en varios sectores, especialmente los relacionados con alimentos, como las exportaciones de fruta fresca, de cerezas, arándanos y berries, así como también de productos del mar, con un gran crecimiento en ventas al exterior de jibia, salmón,

jurel y algas”.

Del mismo modo, agregó que “también observamos repuntes en productos manufacturados, así como forestales y madereros. También de servicios, incluyendo la ingeniería, arquitectura, diseño, además de industrias creativas, con servicios audiovisua-

les, videojuegos y cómic”.

Además, Mosso destacó que estas cifras son un aporte para muchas personas de Biobío y su bienestar. “Lo más importante de estas cifras es que representan la oportunidad de trabajo para cientos de hombres y mujeres en Biobío, así como de desarrollo económico y de bienestar material para nuestras comunidades”, concluyó.



EXPORTACIONES POR ACTIVIDAD ECONÓMICA

FABRICACIÓN CELULOSA, PAPEL Y CARTÓN	40,7%
FORESTALES	37,9%
ALIMENTOS	14,6%
INDUSTRIAS BÁSICAS HIERRO Y AC	2,1%
PRODUCTOS QUÍMICOS BÁSICOS	1,8%
PRODUCTOS METÁLICOS	0,5%
EXTRACCIÓN DE MADERA	0,5%
OTROS	2%

EXPORTACIONES SEGÚN PAÍS

China	26,3%
EE.UU	21%
Perú	6,6%
Corea del Sur	4,8%
México	4,6%
Japón	4,5%
Holanda	3%
Alemania	2,2%
Italia	2,2%
Colombia	1,9%
Otros	23,2%



CRÍTICA DE CINE

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

ROMA (2018)



Una obra maestra de calidad y contenido, ganadora del León de Oro



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

FICHA TÉCNICA:

Dirección: A. Cuarón
Guión: Alfonso Cuarón
País: México
Duración: 135 min.

SINOPSIS:

Son los años setenta. En la colonia Roma, ubicada cerca del centro de la ciudad, en Ciudad de México, vive una familia de la alta burguesía formada por la Señora Sofia, interpretada por Marina de Távira (Los árboles mueren de pie, 2015), su marido médico y sus cuatro hijos. En un segundo plano, está Cleo, interpretada por Yalitza Aparicio (Debutante), una joven criada indígena que junto con Adela, interpretada por Nancy García (Debutante) son las principales responsables del cuidado de

los cuatro niños de la casa. Cleo es la primera en levantarse por las mañanas para despertar a los niños para ir a la escuela y la última en irse a la cama después de limpiarlo todo, mientras sus patrones desgastan su relación con discusiones a puerta cerrada. Su armónica vida se verá trastocada por acontecimientos privados y públicos.

ANÁLISIS:

Dirigida por el mexicano Alfonso Cuarón (Óscar por mejor Director: Gravedad, 2015) llega este film del género Drama-Biopic. Ambientado en los años 70 y con fondo de ciudad de México. Se trata de una película semi-biográfica de la vida del mismo director, a través de quien sería su nana de pequeño (Cleo - Yalitza Aparicio). Con un guion



SIN SPOILERS

impecable, el cual transcurre en completa racionalidad con la trama, permitiendo la madurez y desarrollo de los personajes, asegurando el tiempo filmico para disfrutar de la fotografía como del relato, ambos, el plato fuerte del film. Una película filmada en blanco y negro para generar coherencia con el "realismo mágico" como

argumento literario tomado por el Director y que busca generar empatía con el espectador, concibiendo momentos y cuadros cargados de drama, así como incómodos de presenciar, pero de una belleza y perfección sublimes. Se debe reconocer que Roma, será una película de la cual hablaremos por mucho tiempo más, y de

la cual se extraerá catedra, sin duda alguna.

VALORACIÓN:

La última joya estrenada por Netflix. Un relato sobrecogedor y de una calidad como pocos films. Más que panorama, una obligación para cualquier amante del buen cine.

PARA NAVIDAD

Santo Tomás Los Ángeles invita a la comunidad a visitar su tradicional pesebre



Si ganas esto:



Te pido esto:



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



Fue una iniciativa que nació bajo el alero de una académica de Santo Tomás Los Ángeles y que, con el paso del tiempo, se convirtió en una verdadera tradición para esta casa de estudios.

Se trata del pesebre que, en época de navidad, adorna el hall de acceso de las dependencias ubicadas en calle Mendoza. La iniciativa va de la mano de la actual jefa de carrera de Técnico en Educación Parvularia, Eliana Ortega.

Hace 24 años, con el nacimiento de su primera hija, Ortega pensó en armar un pesebre y comenzó con la Sagrada Familia.

"Al año siguiente, le agregué los Reyes Magos, después fueron un par de pastores y así fue tomando vuelo sin pensar nunca en llegar a tanto", relató la académica de Santo Tomás Los Ángeles.

Todos los años se van renovando algunos personajes o se incluyen otros nuevos porque su idea es darle dinamismo; en la actualidad, está conformado por 55 representantes de distintas etnias.

Para la académica de Santo Tomás Los Ángeles, tener la posibilidad de crear este pesebre "me hace sentir sumamente honrada porque me permite expresar lo que

muchas veces no podemos decir verbalmente; el pesebre tiene un mensaje profundo de unidad, podemos ver distintas razas, podemos ver incluso distintas creencias y todos ellos están convocados al nacimiento del niño Jesús. Eso es lo hermoso y las lecturas que podemos sacar de unirnos de una vez, sobrepasar todas esas diferencias de color, de idioma, de etnias, ser uno solo bajo el alero de la estrella".

Asimismo, todos quienes quieran conocer este tradicional pesebre pueden acercarse al hall de acceso de la sede de Santo Tomás Los Ángeles, ubicada en calle Mendoza #120.

ÚNICO EN LA PROVINCIA DE BIOBÍO

Carla Cea Uribe: la estudiante angelina que obtuvo puntaje nacional en la PSU de matemática

Se trata de la alumna del Liceo Alemán del Verbo Divino, quien quiere estudiar medicina en la Pontificia Universidad Católica.

Alejandra Sánchez Ocampo.
asanchez@latribuna.cl

Aún no se dan a conocer los resultados de la PSU 2018. Estos se han mantenido en absoluta reserva y solo el próximo miércoles 26 de diciembre, a las 8 de la mañana, los más de 6 mil alumnos de la provincia podrán saber cómo les fue en esta prueba.

Pese a lo anterior, el pasado viernes, 211 estudiantes del país recibieron una sorpresa llamada por parte de diversas universidades del Consejo de Rectores. Estos jóvenes distinguidos son parte de la lista de los máximos puntajes nacionales de la PSU 2018.

Carla Cea es una de ellas.

La alumna egresada del cuarto año C del Liceo Alemán del Verbo Divino de Los Ángeles alcanzó los 850 puntos en la prueba de matemática.

En entrevista con La Tribuna, la estudiante declaró estar muy contenta y, si bien estaba confiada en obtener un buen resultado, jamás se imaginó ser parte de los máximos puntajes del país.

“El viernes me llamaron y me dijeron que había sido máximo nacional en matemática, y la verdad es que no lo podía creer. Sabía que me había ido bien, pero conversando con mis compañeros dudé en alguna pregunta, por eso no pensé que obtuviese el puntaje nacional, ya estaba convencida que no sería así, pero así fue, y estoy feliz”, declaró Carla.

Asimismo, detalló que “en ese momento estaba con mi mamá y hermano chico en la casa, nos pusimos muy contentos, le avisamos a mi papá, y es una felicidad grande para toda la familia”.

Del mismo modo, Carla agregó que “lo que esperaba era que me diera el puntaje para estudiar lo que yo quería, había hecho los cálculos. En los ensayos del colegio siempre sacaba entre 730-770 puntos; en el preuniversitario variaba y lo más que había sacado fue 809 en matemática”.

La joven de 17 años, quien además egresó con promedio siete de cuarto medio, con este puntaje espera poder estudiar lo que siempre le



CON TAN SOLO 17 AÑOS, la joven es parte de los 211 estudiantes destacados del país.

ha gustado y soñado: medicina en la Pontificia Universidad Católica.

Con respecto a los resultados de las demás pruebas, estas las conocerá en la fecha estipulada por calendario, el 26 de diciembre.

ORGULLO FAMILIAR

La familia de Carla está compuesta por sus padres Ana y Luis Emilio y su hermano menor Gonzalo, quienes hace casi 11 años llegaron desde Punta Arenas a Los Ángeles. Todos con gran orgullo hablan de este enorme logro de su hija y hermana.

Ana Uribe, la madre de la joven, expresó que “es un tremendo orgullo para nosotros como familia. Carla es nuestra primera hija, la primera nieta, sobrina, entonces, es un núcleo familiar muy grande que está detrás de ella. Esto ha sido una felicidad para todos”.

Asimismo, detalló que “nosotros no somos de acá de Los Ángeles, pero tenemos hartos amigos que se han hecho parte de nuestra familia, y ha sido súper emocionante recibir todo el cariño. Hay muchos que le dicen a Carlita que gracias por darles esta alegría, que están todos contentos y orgullosos por ella, ha sido muy bonito”.

APOYO INCONDICIONAL

Una de las personas que jugó un papel primordial en este logro tan importante de Carla es su profesora jefe, Paulina Campos Salazar, quien desde primero medio la apoyó en este camino.

Al respecto, la madre de la joven estudiante enfatizó que “su profesora jefe fue un pilar fundamental

para ella, ha sido un siete, le hizo matemática desde primero medio, siempre apoyándola y ayudándola con las guías, fuera de horario de trabajo, realmente ha sido un gran apoyo y digno de reconocer, porque nosotros estamos muy agradecidos de ella”.

Asimismo, Carla también recaló la ayuda que tuvo de su profesora, así como de sus padres, quienes desde muy pequeña la apoyaron y motivaron para alcanzar este importante resultado.

SIEMPRE EN LOS PRIMEROS LUGARES

Carla siempre ha sido buena alumna, y sobresale dentro de su curso, y hoy, con tan solo 17 años, ya está egresada de cuarto medio, y reconocida por su rendimiento, esfuerzo y constancia de años.

“Siempre fue buena para estudiar. De hecho, Carla sale de cuarto medio con 17 años, y para nosotros fue un drama eso, porque en la mayoría de los colegios no la reciben tan chica. Entonces, la recibían condicional y decían ‘si rinde la dejamos o si no la bajamos de curso’, y eso me pasó acá y en Punta Arenas”, contó Ana.

Durante su etapas escolar, Carla siempre se destacó, no tan solo en el colegio, sino que también en su casa. Desde pequeña ya comenzaba a mostrar luces de sus ganas de ir por más.

Su madre cuenta que Carla perpetuamente logró los primeros lugares, y desde tercero básico comenzó a potenciar la lectura, leyéndose libros de 400 o 500 páginas, “la saga de Harry Potter se la leyó en tres meses teniendo 10 años, y de ahí

no paró, y para Navidad nos pedía sagas completas de libros”.

“Estamos realmente felices, orgullosos, y ahora a esperar qué pasa con Ciencia y Lenguaje, y ver si se va o no, y si es así hay que dejarla no más”, concluyó la orgullosa madre.

AÑOS DE PREPARACIÓN

Desde primero medio, la joven comenzó a prepararse para la PSU, organizando sus guías de estudios y apuntes, durante todos los años de Enseñanza Media, y al momento de comenzar a estudiar ya tenía todo ordenado y digitalizado.

También, durante tercero y cuarto medio hizo preuniversitario en Pedro de Valdivia, además de contar con el apoyo de todos sus profesores y padres.

Finalmente, Carla recaló que para tener un buen rendimiento es importante, “principalmente, empezar a preocuparse por las notas, porque el NEM igual ayuda hartos, eso es algo que hay que tener siempre en cuenta, y también hacer muchos ejercicios, estudiar hartos el primer y segundo trimestre, y el tercero hacer ejercicios. Siempre dicen que la semana anterior no hay que estudiar nada, es difícil hacerlo, pero yo ese fin de semana no tome un apunte ni cuaderno, me relajé en mi casa, disfruté con mi familia y amigos, y el día de la PSU estaba tranquila, relajada y segura”.

Este jueves, en Concepción, se llevará a cabo la ceremonia de reconocimiento, en la que la estudiante del Liceo Alemán recibirá doble distinción: en primer lugar, por su puntaje nacional y, segundo, promedio ranking de 850 puntos.



LA FAMILIA CEA URIBE: Carla, junto a sus padres Ana y Luis Emilio, y su hermano menor, Gonzalo, orgullosos por este importante logro.

130° ANIVERSARIO

Cuerpo de Bomberos angelino realizó campeonato de ajedrez

En las instalaciones del Salón de Honor del Cuerpo de Bomberos angelino se desarrolló el segundo torneo de ajedrez en conmemoración al centésimo trigésimo Aniversario Fundación del Cuerpo de Bomberos de Los Ángeles 1888-2018.

El evento gratuito es organizado por el Club Academia de Ajedrez Los Ángeles Biobío, patrocinado por el Cuerpo de Bomberos de la comuna y su Cuarta Compañía Bomba Chile-España.

A la cita asistió la comunidad ajedrecística de la zona, quienes buscaron derrocar al rey enemigo en tres categorías principales: infantiles, cadetes y abierta.

La competencia destacó por el alto nivel técnico de los pequeños, quienes defenderán el ajedrez escolar de la provincia el próximo año, especialmente por el sistema de juego que consistió en cinco rondas con un ritmo de 15 minutos más cinco segundos de incremento desde la jugada uno.

Fotografías: Alberto Zúñiga



Carlos Esquella, Cristian Estrada Lavín, Monserrat Morales y Pablo Salinas.



Cristian Hott, Cristian Estrada, Walter Gallardo y Danilo Villagrán.



Marcelo Leiva, Matías Aguilar, Alexis Poblete y Seam Gómez.



Camila Gallardo, Sandra Carrillo y Belén Gallardo.



Luis Miranda, Benjamín Cid y Nelson Rebolledo.



Gonzalo Miranda, Indira Lavín y Daniel Soza.



Francisco Concha, Isabel Sánchez y Patricio Veloso.



Fernanda Ponce, Luciano Estrada y Matías Estrada.



Matías Cid, Consuelo Díaz y Bárbara Hott.



**HOY QUEREMOS CELEBRAR
JUNTO A USTEDES CON UNA
TORTA DE MIL HOJAS.**

CMPC saluda a la comuna de Nacimiento,
en su aniversario número 415, por toda su
historia y gran aporte en el desarrollo
del emprendimiento.

¡FELIZ ANIVERSARIO!



DOS SERVICIOS DE ALTA Resolutividad (SAR), 4 Servicios de Atención Primaria de Urgencia (SAPU) y 1 Servicio de Urgencia Rural (SUR) conforman la red de dispositivos de emergencia.

DE LOS ÁNGELES

Informan horarios de atención de urgencia en salud para Navidad y Año Nuevo

Dos Servicios de Alta Resolutividad (SAR), 4 Servicios de Atención Primaria de Urgencia (SAPU) y 1 Servicio de Urgencia Rural (SUR) conforman la red de dispositivos de emergencia que ofrece la salud comunal a sus 180 mil usuarias y usuarios.

Como es habitual cada fin de año, estos establecimientos abrirán sus puertas para responder adecuadamente a las necesidades de la comunidad, complementando la labor que efectúa Urgencias del Complejo Asistencial "Dr. Víctor Ríos Ruiz".

En el caso de los SAR Norte y Entre Ríos, operarán a contar de

las 17:15 horas el 24 de diciembre, prosiguiendo con una atención continuada hasta las 8 de la mañana del 26 de diciembre. El 31 de diciembre será bajo la misma modalidad, partiendo a las 17:15 horas y hasta las 8 de la mañana del 2 de enero.

El SAPU Sur y Nororiente abrirán desde las 17:15 y hasta las 22 horas, el 24 y 31 de diciembre; mien-

tras que el 25 de diciembre y el 1 de enero, lo harán entre las 9:00 y las 22:30 horas.

El SAPU Nuevo Horizonte, en tanto, funcionará de 17:15 a 22:30 horas, el 24 y 31 de diciembre; y de 12:00 a 21:30 horas, el 25 de diciembre y el 1 de enero. El SAPU Dos de Septiembre, por su parte, atenderá de 16:00 a 21:00 horas, el 24 y 31 de diciembre; mientras que el 25 de diciembre y el 1 de enero lo hará entre las 9:00 y las 22:30 horas.

Finalmente, el SUR Santa Fe trabajará de 16:00 a 21:00 horas, el 24 y 31 de diciembre; y de 08:00 a 24:00 horas, el 25 de diciembre y el 1 de enero (con médico de 09:00 a 14:00 horas). A ello se suma el servicio de ambulancia para esta localidad, disponible las 24 horas del día.

RESULTADOS PSU

Universidad de Concepción Campus Los Ángeles contará con Centro de Orientación al Postulante



EN EL CAMPUS LOS ÁNGELES de la Universidad de Concepción funcionará a partir de las 9 horas del miércoles 26 de diciembre y las 13:00 horas del domingo 30 de diciembre de 2018 el Centro de Orientación al Postulante.

La instancia funcionará a partir de las 9 horas del miércoles 26 de diciembre y las 13:00 horas del domingo 30 de diciembre de 2018, el Centro de Orientación al Postulante

Este próximo miércoles 26 de diciembre serán publicados los resultados PSU para, así, iniciar el proceso de postulación a las más de 41 universidades que participan de esta instancia del Consejo de Rectores y Adscritas al Sistema Único de Admisión. Por esta razón, en el Campus Los Ángeles de la Universidad de Concepción funcionará a partir de las 9 horas del miércoles 26 de diciembre y

las 13:00 horas del domingo 30 de diciembre de 2018 el Centro de Orientación al Postulante.

Instancia en que todos aquellos estudiantes que necesitan apoyo en la realización de su postulación pueden acercarse al Campus, ubicado en Juan Antonio Coloma 0201, en donde encontrarán a todo un equipo de profesionales capacitados para orientar en esta trascendental etapa del proceso de admisión.

Así lo destacó el Dr. Mauricio Rondanelli, subdirector académico y estudiantil de la UdeC: "La Universidad de Concepción Campus Los Ángeles asume el rol de entidad acreditada por el Demre para llevar a cabo el proceso de orientación al postulante, en

relación a la oferta de carreras que existe a nivel nacional en las Universidades que participan de este proceso, contamos con un equipo con amplia experiencia en el tema".

Junto con eso, realizó un llamado a todos quienes necesitan apoyo, o tengan dudas en cómo realizar la postulación, se acerquen a la universidad: "Este es un proceso abierto para todos los estudiantes que se encuentren en esta etapa. Además, para aquellos que tengan alguna incongruencia con su NEM, existirá una oficina del Demre, que recibirá todas aquellas inquietudes. Junto con eso, tendremos además un equipo del programa PACE, que orientará a los estudiantes que forman parte de este programa ministerial".

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

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
Retén Tucapel	2243133
Retén Polcura	2243136
Retén Trupán	2243135
5ta. Comisaría Yumbel	2243142
Subcomisaría Cabrero	2243168
Subcomisaría Laja	2243178
Retén Monte Águila	2243176
Retén Salto del Laja	2243044
Retén Tomeco	2243175
Retén Río Claro	2243164
Retén San Rosendo	2243162
Retén Rere	2243165
Cementerio Parque del Sur	2315152
Cementerio Parque Santa María	2315152
CGE Distribución S.A.	600-7777777
Abastible	2313147
Enagas	2322498
Essbio	2321151
Fono Sida (N° nacional)	800-202120
Fono Sida (N° local)	2320099
Conaf	130
Incendios Forestales	2322126
Juzgado de Letras N° 1	2312439
Juzgado de Letras N° 2	2321666
Juzgado de Letras N° 3	2321116
SII	2218800
Asistencia a contribuyentes SII	2218813
Telefonograma	2324024
Radio Taxi Santa María	2321380
Radio Taxi Beeper Andes	2324080
Radio Taxis Amanecer (Caupolicán s/n)	2320001
Radio Taxi Los Ángeles	2323044
Taxis Plaza Pinto (Barrio Sur)	2321125
Taxis C. Rengo (Colón-Almagro)	2321226
Taxis Colón (Plaza de Armas)	2321270
Taxis Tucapel (Colón-Almagro)	2321489
Taxis Hospital (Avda. Ricardo Vicuña)	2318778
Taxis Andes	2314090



NUEVO TÍPICO
Restaurant

La Mejor Parrillada de Los Ángeles

Celebra estas Fiestas de Navidad y Año nuevo, con una cena en NocheBuena. Recomendamos nuestro rico Pastel de Choclo

Reservas 43 23 63 35 60 Camilo Rodríguez N° 200 Los Ángeles

LOTE INDUSTRIAL A 5 KM. DE LOS ÁNGELES,

Avenida Las Industrias, ex fundo El Avellanito. Parcelas desde 0,53 ha. Excelente ubicación y acceso, gran plusvalía, 9-98444534.



RECORRIENDO LA VIII Y IX REGIÓN

CONCEPCIÓN - LOS ÁNGELES (Directo c/ 30 Min)
TEMUCO, VILLARICA Y PUCÓN
DESDE TU SMARTPHONE / www.busestjm.cl

432-369584 / 412-311124



Coopere con el Hogar de Ancianos Don Orione

www.hogardonorione.cl

Haga su depósito en la cuenta N°68059710 Banco Crédito e Inversiones, a nombre de Congregación Pequeña Obra de la Divina Providencia

Gentileza: Diario La Tribuna Coronas de Caridad en:

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



BUSES PORVENIR
Te acompaña en tu Camino...



Arriendo de Buses - Viajes Especiales - Traslado de Personal
MiniBuses - Buses

Cotice con nosotros: +569 90892026
busesporvenir@gmail.com

Pollonas y Braseros



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

Cenas y Eventos
Menús ejecutivos
Viernes y Sábados:
Música en vivo
Karaoke yailable



Reservas al fono 43-2320058

Colo Colo 235 Los Ángeles



Amaco
SERVICIOS AMBIENTALES
www.Amaco.cl

LIMPIEZA DE FOSAS SÉPTICAS Y ARRIENDO BAÑOS QUÍMICOS

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

Los Ángeles: Calle 3 Lote 35 El Maitén Fono: 962194284-966777851
Concepción: Luis Acevedo N° 45 Chiguayante Fono: (41) 2357632
Chillán: Lote 11 Fundo Chiquimávida s/n Fono: (42) 2971375



HOTEL MULCHÉN

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

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

Gran salón de eventos frente a la plaza de armas.

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



CONTACTO COMERCIAL
VIOLA MORA (SRA. YOLITA)
9 79645316

San Cristóbal
97.5 fm

Clasificados

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

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

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

20.1 Propiedades Venden

Vendo sitio en Villa Génesis Urbanizado \$7.500.000.- Conversable. Celular: 953163722

20.2 Propiedades Arriendan

Se arrienda espacio en salón boutique para manicurista, podólogo y depiladora, todo con implementación completa. Cel: 934016809

50.1 Empleos Ofrecen

Se necesita peluquero (a) para salón boutique. Cel: 934016809

50.2 Empleos Buscan

SE OFRECE JOVEN para trabajar en empresa de aseo o en cualquier rubro, disponibilidad inmediata. ☎ 990798395

SE OFRECE SEÑORA para trabajar de lunes a viernes, para labores de casa o cuidar niños. ☎ 997923411

50.2 Empleos Buscan

SE OFRECE SEÑORA para labores de casa, ideal fines de semana, feriados, cuidado ancianos por las noche. ☎ 999884647

SE OFRECE NOCHERO con experiencia, o auxiliar de aseo, disponibilidad inmediata. ☎ 990705349

SE OFRECE FAMILIA 3 integrantes para cuidar parcela o campo. ☎ 954475981

SE OFRECE AYUDANTE mecánico forestal, para faena o en terreno, licencia B y D. ☎ 986470170

SE OFRECE SEÑORA para trabajar de lunes a viernes. ☎ 999131105

SE OFRECE GUARDIA con curso OS-10 al día de turnos 4x4, o para trabajar en área de aseo, disponibilidad inmediata. ☎ 986946366

SE OFRECE SEÑORA para cuidar y/o acompañar a adulto mayor. ☎ 967586046

50.2 Empleos Buscan

SE OFRECE NOCHERO con experiencia, o auxiliar de aseo, disponibilidad inmediata. ☎ 990705349

SE OFRECE FAMILIA 3 integrantes para cuidar parcela o campo. ☎ 954475981

SE OFRECE AYUDANTE mecánico forestal, para faena o en terreno, licencia B y D. ☎ 986470170

SE OFRECE SEÑORA para trabajar de lunes a viernes. ☎ 999131105

SE OFRECE GUARDIA con curso OS-10 al día de turnos 4x4, o para trabajar en área de aseo, disponibilidad inmediata. ☎ 986946366

SE OFRECE SEÑORA para cuidar y/o acompañar a adulto mayor. ☎ 967586046

SE OFRECE SEÑORA para cuidar abuelito por la noche, realizar labores domésticas. ☎ 978887729

SE OFRECE SEÑORA para trabajar con 1 persona de la tercera edad, puertas adentro de lunes a viernes o por las noches. ☎ 959721781

SE OFRECE SEÑORA para cuidado de niños por medio día. ☎ 986257192

SE OFRECE CONDUCTOR para camión 3/4 o furgón con licencia A1 y A2. ☎ 982443327

SE OFRECE SEÑORA como asesora del hogar, hacer aseo tres veces a la semana. ☎ 962151566

SE OFRECE SEÑORA responsable, para cuidar adulto mayor o en casa particular, jornada completa de lunes a viernes. Disponibilidad inmediata. ☎ 947376408

SE OFRECE JOVEN como asesora del hogar, puertas adentro o afuera, cuidado de niños, de lunes a sábado. ☎ 955325191

SE OFRECE SEÑORA para aseo, cocina, ordenadora, reponedora. ☎ 990186458

SE OFRECE SEÑORITA para trabajar en tienda o supermercado de reponedora de productos o ropa, etiquetar o casa de reposo. ☎ 975482185

50.2 Empleos Buscan

SE OFRECE SEÑORA como asesora puertas afueras, por medio jornada, también por días. ☎ 96420177

SE OFRECE CHOFER de camión batea y operador de retroexcavadora, con experiencia, licencia A2, C y D al día. ☎ 948750711

SE OFRECE SEÑORA como asesora del hogar, de lunes a viernes de 8:30 a 16:30, o por días. ☎ 956314376

SE OFRECE PERSONA para trabajar con adulto mayor de lunes a sábado. ☎ 948560721

SE OFRECE SEÑORA para trabajar en aseo, responsable, disponibilidad inmediata. ☎ 990186458

SE OFRECE SEÑORA para trabajar como asesora del hogar, hacer aseo. ☎ 972001011

SE OFRECE CABALLERO con experiencia: nochero, jardinero, auxiliar de servicios, guardia, conserje de edificios. ☎ 78194172

80 Servicios

SE OFRECE INGENIERO en administración, con experiencia y conocimientos contrables y en computación ☎ 933498753

OFRECE GRABACIONES de video y edición full hd, fotografías para todo tipo de eventos en general. ☎ 962519803

SE OFRECE MAESTRO trabajos de construcción, reparaciones - radiers - construcción de baños, fosas sépticas - drenes. ☎ 997892080

SE OFRECE MAESTRO pintor, pinturas en general, reparaciones, empastes, casa. ☎ 946268805

SE OFRECE SERVICIOS de gasfitería, reparaciones, instalaciones, polifusión, construcción de baños, proyectos, instalación de fosa séptica, otros. ☎ 949792389

SE OFRECE MAESTRO carpintero, terminaciones, ampliaciones casa, galpones, techumbres cerámica, segundo piso. ☎ 956412317

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

95 Varios

SE COMPRA SILLA de ruedas. ☎ 98696521

SE VENDE RESPALDO para cama de 1 y 1/2 plaza. Mesa de arrimo, estilo tallada madera nativa de 100x45 cms. a \$150.000 y una de 77x37 cms. a \$80.000.- ☎ 972635277

SE VENDE COMEDOR grande con 3 sillas \$30.000.- vendo puertas de interior \$10.000 c/u. ☎ 983189642

SE VENDE COMEDOR de vidrio, 100 x 150 cms. sin sillas. valor \$35.000.- ☎ 981841326

SE VENDE MESA de centro de 110 x 80 cms. madera nativa, valor \$160.000 ☎ +56972635277

SE VENDE TELEVISOR 14", buen estado. valor \$30.000 ☎ 955253643

SE VENDE TERNO Talla 42 color negro, vestidos para fiesta de licenciatura y todo tipo de zapatos, living de madera en buen estado con cojines nuevos (3 piezas). ☎ 977576698

SE VENDE PARLANTE Karaoke bluetooth micrófono con garantía. valor \$70.000.- ☎ 997732053

SE VENDE PARLANTE grande XL ecualizador doble, micrófono inalámbrica, embalado, garantía, \$70.000.- ☎ 973058021

SE VENDE COLCHONES marquesas y literas, en Condell #448 ☎ 968249486

SE VENDE BORREGAS para reproducción en \$60.000.- c/u ☎ 989328312 - 955189394

SE VENDE ESTUFA a leña, de fierro martillado, con doble cañón protector, Valor \$50.000 ☎ 963120748

VENDO ENCICLOPEDIA médica para el hogar, 4 tomos, valor \$50.000.- ☎ 988611815

COMPRO ENCERADORA en buen estado, ☎ 971702097

SE VENDE PLANTA cebollinos valencianos y gramo de oro, valor \$10.000.- Metro. ☎ 963081097

VENDO MERMELADA de mosqueta, \$5.000.- el frasco conservero. ☎ 979734052

95 Varios

SE VENDE LAVAPELOS ☎ 982775311

VENDO COLCHONES de 1 1/2 y 2 plazas \$25.000.- y \$40.000.- vendo mesas \$40.000.- y \$30.000.- c/u ☎ 983189642

VENDO BOMBA AGUA Optra 2012 nueva \$12.000.- ☎ 971702097

VENDO CALEFONT Mademsa usado en muy buen estado, 12 Litros, valor \$40.000.- ☎ 998119327

VENDO ESTAMPILLAS billetes y monedas antiguas de colección. ☎ 997977625

VENDO 2 SILLONES de living antiguo \$50.000.- c/u. ☎ 998470768



REQUISITOS PARA PUBLICAR EN CLASIFICADOS DE DIARIO LA TRIBUNA

AVISOS GRATUITOS:

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

AVISOS PAGADOS:

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

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

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

CUPÓN AVISOS

Tratar:

LUNES 24 DE DICIEMBRE DE 2018

DATOS PERSONALES

Nombre:

R.U.N.:

Teléfono:

Dirección:

Ciudad:

\$ Avisos Económicos

Remates

Martillero, en exhibición fono: 987719146. (27551)

REMATE: En Los Ángeles, calle Colón N° 341 el 28 de diciembre 2018 a las 11:30 hrs. A.M. 2° J.C DE CONCEPCION, FORUM SERVICIOS FINANCIEROS S.A./ BARRERA. CAUSA ROL 2255-2018, se rematará 1 furgón MERCEDEZ BENZ MOD 111 CDI AÑO 2016 DIESEL PLACA PAT DE VEHI. JG JT 49-5, TERMAL -1400 R, CON CAUCIÓN DE \$400.000. Héctor Anabalón Cuevas

Extractos

EXTRACTO: JUZGADO DE LETRAS Y GARANTÍA MULCHÉN, Causa rol V-36-2018, por resolución de fecha 11 de octubre de 2018, se declaró interdicción por demencia a doña LIDIA DEL CARMEN FLORES MUÑOZ, cedula de identidad 6.749.001-0, nombrándosele curador definitivo a su HIJA doña Viviana Alejandra Cortes Flores. (27555)



PUBLIQUE
SUS AVISOS LEGALES AQUÍ

Colo Colo 464, Los Ángeles

ÍNDICES BURSÁTILES



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

CON DIVIDENDO

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

SIN DIVIDENDO

Índice	Valor	% Var.	Rent. 7 días	Rent. 30 días	Rent. 52 sem.	Rent. Año
IPSA	3.879,67	+0,62	0,60	5,58	20,91	20,37
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	5.900,41	+0,56	2,24	6,87	29,21	20,21
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	2.545,33	+0,81	2,40	8,15	42,42	41,69
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



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)
2018						
Enero	47.019	564.228	117,00	0,5	0,5	2,2
Febrero	47.066	564.792	117,05	0,0	0,5	2,0
Marzo	47.301	567.612	117,29	0,2	0,7	1,8
Abril	47.301	567.612	117,66	0,3	1,0	1,9
Mayo	47.396	568.752	117,99	0,3	1,3	2,0
Junio	47.538	570.456	118,11	0,1	1,4	2,5
Julio	47.681	572.172	118,53	0,4	1,8	2,7
Agosto	47.729	572.748	118,73	0,2	2,0	2,6
Septiembre	47.920	575.040	119,14	0,3	2,3	3,1
Octubre	48.016	576.192	119,57	0,4	2,7	2,9
Noviembre	48.160	577.920	119,57	0,0	2,7	2,8

- (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 2018: 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 diciembre de 2018 hasta el 9 de enero de 2019, de acuerdo a tabla proporcionada por el Banco Central.

FECHA	U.F.	I.V.P.
DICIEMBRE 2018		
01-12-2018	27434,76	28.543,25
02-12-2018	27437,41	28.545,69
03-12-2018	27440,06	28.548,13
04-12-2018	27442,71	28.550,57
05-12-2018	27445,36	28.553,01
06-12-2018	27448,01	28.555,45
07-12-2018	27450,67	28.557,90
08-12-2018	27453,32	28.560,34
09-12-2018	27455,97	28.562,78
10-12-2018	27459,62	28.565,22
11-12-2018	27463,28	28.567,78
12-12-2018	27466,93	28.570,28
13-12-2018	27470,59	28.572,78
14-12-2018	27474,24	28.575,28
15-12-2018	27477,9	28.577,78
16-12-2018	27481,56	28.580,28
17-12-2018	27485,21	28.582,78
18-12-2018	27488,87	28.585,29
19-12-2018	27492,53	28.587,79
20-12-2018	27496,19	28.590,29
21-12-2018	27499,85	28.592,79
22-12-2018	27503,51	28.595,29
23-12-2018	27507,17	28.597,80
24-12-2018	27510,83	28.600,30
25-12-2018	27514,49	28.602,80
26-12-2018	27518,15	28.605,31
27-12-2018	27521,81	28.607,81
28-12-2018	27525,47	28.610,31
29-12-2018	27529,14	28.612,82
30-12-2018	27532,82	28.615,32
31-12-2018	27536,50	28.617,82
ENERO 2019		
01-01-2019	27.565,79	28.685,79
02-01-2019	27.565,79	28.687,87
03-01-2019	27.565,79	28.689,96
04-01-2019	27.565,79	28.692,04
05-01-2019	27.565,79	28.694,13
06-01-2019	27.565,79	28.696,22
07-01-2019	27.565,79	28.698,30
08-01-2019	27.565,79	28.700,39
09-01-2019	27.565,79	28.702,47

MONEDA

Dolar	693,50	Pesos
Euro	788,16	Pesos
Índice de Tipo de Cambio Multilateral	104,03	Índice

CAMPEONATO PROMUEVE LA DONACIÓN DE SANGRE

Pequeños Héroes del Deporte llenaron el gimnasio del hospital

Se hizo buen fútbol y promovió la vida sana, pero sobre todo se salvarán vidas.

El campeonato que se jugó en el gimnasio del hospital, organizado por la Escuela de Fútbol del Complejo Asistencial Dr. Víctor Ríos Ruiz, "Pequeños Héroes del Deporte" fue todo un éxito.

Participaron 24 equipos en esta justa, donde cada uno debió llevar 10 donantes de sangre a la unidad, por lo tanto, se reunió aproximadamente 240 unidades de sangre. Estas cubrirán la permanente necesidad que existe en estos centros del líquido vital para el tratamiento de determinadas enfermedades y situaciones de extrema gravedad como las ocurridas en accidentes de tránsito.

Los pequeños héroes, quienes fueron pro-

tagonistas de esta primera convocatoria, buscaron la superioridad frente a sus similares. En la categoría sub 8 se coronó campeón el cuadro azulgrana y; en sub 11 junto a sub 13, Miguel Jara.

En cuanto al campeonato, la organizadora, Claudina Sepúlveda, comentó que tenían pocas expectativas, pero cuando dieron el puntapié inicial, fueron superadas con creces.

Dentro de las expectativas para 2019, la organización espera realizar en junio su convocatoria anual en las categorías de damas y varones adultos que buscará nuevos donantes de sangre u otra donde nuevamente sean protagonistas los pequeños.

Fotografías: Alberto Zuñiga.



SE BUSCA



COMMUNITY MANAGER

Se busca periodista para área comercial

- Manejo de redes sociales.
- Excelente redacción.
- Capacidad de trabajo en equipo.

Enviar antecedentes a mvidal@latribuna.cl

La Tribuna
EL DIARIO DE LA PROVINCIA DE

SE BUSCA

PERIODISTA

REQUISITOS: proactivo, buena redacción y capacidad real de trabajo en equipo.

Únete al medio de comunicación más importante de la provincia de Biobío.

Enviar antecedentes a mvidal@latribuna.cl

La Tribuna
EL DIARIO DE LA PROVINCIA DE

DEPORTES



LA OBRA SE ESTIMA que tendrá una duración de 25 meses y se proyecta que comience el primer semestre del próximo año.

INVERSIÓN DE 14 MIL MILLONES DE PESOS

GORE firmó convenio para construir nuevo estadio de Los Ángeles

Como uno de los traspasos de recursos más grandes de su historia, el Gobierno Regional (GORE) del Biobío selló el compromiso que tuvo con la provincia por más de 4 años.

Sebastián Díaz Sandoval
deportes@latribuna.cl

En una ceremonia histórica en el corazón de la provincia de Biobío, se llevó a cabo la firma del convenio del traspaso de recurso para el nuevo estadio de Los Ángeles.

Fueron años de espera, que concluyeron tras el anhelado sello del compromiso que traspasará los recursos para que se lleve a cabo un sueño que comenzó el 21 de mayo de 2014, cuando la presidenta Michelle Bachelet anunció un nuevo estadio para Los Ángeles.

A la reunión, en el auditorio de la Universidad Santo Tomás, asistieron distintas figuras del deporte, entre las que se encontró el histórico capitán de Deportes Iberia, José Salcedo, además de Diego Guidi y otros.

Para el portal de la municipa-

lidad de Los Ángeles, el capitán comentó que “es un momento histórico que comenzó con marchas, caravanas, junta de firmas y hoy en día se concreta un gran paso que necesitaba la ciudad”.

Dentro de las autoridades, destacó la asistencia del intendente regional, Jorge Ulloa, quien junto al alcalde Esteban Krause, firmó el esperado documento que transfirió los más de 14 mil millones de pesos aprobados por el Consejo Regional, que se suman a los anteriores 9 mil millones aportados por el IND que permitirán llevar a cabo la construcción del estadio.

El intendente agradeció en la reunión a los dirigentes deportivos junto a los vecinales, quienes son pilares fundamentales de la sociedad que llevaron a cabo este proyecto y “los principales beneficiados que iniciaron las acciones de hacer posible que la calidad de vida mejore”.

En cuanto al estadio, comentó que “cuestan las cosas, pero pueden

salir si hay voluntad de todos, ese es el propósito del Presidente y por esa razón, vengo con alegría y orgullo”

Para finalizar, la máxima autoridad regional, anunció otros trabajos del Gobierno Regional en beneficio de la provincia de Biobío y cerró afirmando que “esto no más que la devolución del Estado de Chile, hacia miembros de la comunidad que han hecho un aporte al país y hoy ese aporte va de vuelta en estas obras”.

Por su parte, el alcalde Krause sostuvo su agradecimiento al intendente por la entrega de estos recursos faltantes, señalando que se trata de “una obra y un estadio del futuro que será un gran aporte no sólo para el deporte de la comuna sino a todas las actividades que permitirá que se desarrollen en su interior”.

Por ahora, el municipio trabajará en la elaboración de las bases que permitirán la licitación del estadio, para luego pasar a etapa final de construcción.

LA HISTORIA QUE PARECIÓ NUNCA ACABAR

Tras el anuncio de la presidenta Michelle Bachelet, todo pareció dar una pronta luz verde para colocar la primera piedra. Pero los retrasos en

“Una obra y un estadio del futuro que será un gran aporte no sólo para el deporte de la comuna sino a todas las actividades que permitirá que se desarrollen en su interior”.

Esteban Krause

la aprobación de recursos, dineros que no podrían ser ejecutados por separado y hasta investigaciones por “graves” irregularidades en la aprobación de los fondos para el nuevo estadio de Los Ángeles por el consejero regional, Luis Santibañez, harían que un proyecto solicitado por la ciudadanía, donde

esta participó en su diseño, casi no se concretara.

Fueron años de lucha para llevar a cabo el proyecto que constantemente fue aplazado por diversos motivos, pero este año, tras varios meses de negociaciones y polémicas, Los Ángeles tendrá finalmente su nuevo estadio.



CON LA REMODELACIÓN e inversión de 1.133 millones, el estadio estará dentro de los mejores de la provincia de Biobío.

INVERSIÓN DE 1.133 MILLONES

Estadio de Cabrero lucirá nueva imagen con ostentosa remodelación

Con la firma del convenio para la conservación del Estadio Municipal del Complejo Deportivo de Cabrero, la estructura de la comuna industrial contará con mejoras significativas.

Gonzalo Meller
deportes@latribuna.cl

Con asistencia de distintas autoridades, se firmó el convenio que posicionará a la comuna de Cabrero como una gran sede deportiva de la provincia de Biobío gracias a la remodelación de su Estadio Municipal.

El escrito para el convenio de conservación fue de mano del propio intendente regional, Jorge Ulloa y; el alcalde de la comuna, Mario Gierke, quienes suscribieron el documento, que aseguró el traspaso de 1.133 millones de pesos para la ejecución de las obras.

Dentro de las mejoras que se realizarán se encontrará una nueva carpeta de césped con drenaje, reposición de casetas de transmisión radial y boleterías, mejoramiento de fachadas y accesos, nuevas torres de iluminación y el reemplazo de

la techumbre actual por una marquesina.

El intendente Ulloa explicó que la firma del convenio se enmarca en el contexto del apoyo gubernamental a las actividades deportivas y saludables. Asimismo, explicó que valoró la seriedad con que esta municipalidad elabora sus proyectos, en concordancia con las necesidades de la ciudadanía.

Por su parte, el alcalde Gierke, recaló el trabajo que el municipio efectúa con las autoridades de gobierno y la buena acogida que han tenido con las iniciativas presentadas. Además, adelantó que durante la próxima semana se firmará otro convenio para la reposición de aceras de la Villa La Araucanía, de Cabrero, junto a la gestión de múltiples proyectos en beneficio de la comuna industrial.

A la reunión, también asistió el presidente de la Asociación Nacional de Fútbol Amateur (ANFA) de Cabrero, Edwan Quevedo, el

cual indicó que el mejoramiento del Estadio significará altísimas proyecciones para el deporte local, que esperaba con ansias la materialización de la iniciativa.

MATERIALIZACIÓN DE UN SUEÑO

Cabe señalar que en Cabrero se encuentra el representativo en Tercera División "B" del Fútbol Amateur, por lo tanto, con esta remodelación, el cuadro verde podrá luchar con más fuerza nuevamente la batalla por ascender a Tercera A.

El fútbol comunal requería hace muchos años la remodelación de su estadio, ya que desde el 2012 cuando comenzó la administración del alcalde, los dirigentes del fútbol amateur de Cabrero expresaron inmediatamente la necesidad de remodelación y reparación integral del Estadio Municipal Luis Figueroa.

Consultado por el logro, el alcalde afirmó estar conforme, ya que trabajaron tenazmente en el proyecto y finalmente lo lograron financiar.

"Se va a cambiar y renovar casi todo, va a quedar pasto natural no sintético, las torres de iluminación,

"Aquí estamos una vez más apoyando todas las gestiones del alcalde, trabajando de la mano para poder seguir creciendo en el ámbito deportivo en infraestructura y así poder sacar a nuestros niños del polvo y el barro".

Edwan Quevedo

graderías, los baños, los camarines, la fachada, las torres de transmisión y otros. Va a quedar un estadio nuevo prácticamente, uno completamente restaurado", aseguró.

El presidente de la asociación de Anfa Cabrero, destacó la importancia de contar con "un recinto de buena calidad, en óptimas condiciones para poder practicar el fútbol como corresponde, ya que tenemos un estadio que está muy deteriorado, y tendrá una remodelación total".

Asimismo, se refirió al gran aporte para los nuevas generaciones de deportistas. "Aquí estamos una vez más apoyando todas las gestiones del alcalde, trabajando de la mano para poder seguir creciendo en el

ámbito deportivo en infraestructura y así poder sacar a nuestros niños del polvo y el barro", aseveró.

También, la autoridad del fútbol amateur, explicó que las entre jugar en un recinto deportivo que sea de tierra y jugar en un recinto deportivo que tenga un césped en condiciones, "indudablemente todos van a querer jugar ahí y van a dar lo mejor para poder tener una mejor actividad física y representar de buena forma a nuestra comuna".

Por último, Quevedo cerró agradeciendo las gestiones, sintiéndose "muy orgulloso y satisfecho de nuestra primera autoridad que trabajando de la mano, nos ha hecho posibles muchos sueños que no eran tan reales antes".

DOS EJERCICIOS QUE QUEMAN GRASA RÁPIDO

Conozca más sobre el entrenamiento Emom y Supersets



QUEMAR GRASA Y CALORÍAS costará muchísimo si se mantiene lento el metabolismo por lo que hay que mantenerlo acelerado.

Perdemos peso de líquido y músculos, pero no de grasa. ¿La solución? Combinar la dieta con ejercicios dedicados exclusivamente a eliminar el tejido adiposo del cuerpo

Adelgazar no es fácil. Hay veces que seguimos una determinada dieta y los resultados los notamos solo en la báscula. Pesamos menos pero seguimos teniendo esa barriga que impide que nos abrochemos bien los pantalones o que nos cerremos del todo la chaqueta. Eso ocurre porque perdemos peso de líquido y músculos, pero no de grasa. Y lo peor de todo es que esos gramos que hemos perdido los recuperamos en unas semanas.

¿La solución? Combinar la dieta con ejercicios para quemar grasa. Eso sí, no sirve cualquier entrenamiento. Los numerosos estudios realizados al respecto, con grupos de gente que solo hacían dieta, otros que hacían dieta y ejercicios aeróbicos (unos 50 minutos, 3-4 veces a la semana) y otros que hacían dieta y

ejercicios de fuerza-resistencia, demuestran que entre el primer y segundo grupo no había diferencia en cuanto a pérdida de grasa; justo lo contrario que ocurría en el tercer grupo.

Perder grasa no es lo mismo que perder kilos. Para adelgazar eficazmente y de forma definitiva se debe combinar la dieta con un entrenamiento adecuado

Así, los ejercicios aeróbicos (correr, montar en bicicleta o nadar) no son efectivos a la hora de perder grasa. ¿Lo mejor? Hacer ejercicios de anaeróbicos con resistencias y repeticiones.

ENTRENAMIENTOS EMOM

El primer punto del plan elaborado por Gaddour consiste en un método llamado

EMOM o "every minute on the minute" (cada minuto en un minuto). No te lées: si te mandan hacer 10 sentadillas EMOM, significa que debes realizarlas en el tiempo, dentro de los 60 segundos, que te sea posible, y descansar el resto. Si ese número de sentadillas te lleva 35 segundos, habrás de descansar los 25 siguientes.

Este tipo de entrenamiento, muy popular en el CrossFit, "es increíblemente efectivo para la pérdida de grasa", asegura Gaddour, ya que el periodo estructurado y los de descanso permiten gestionar de forma eficaz la fatiga, haciendo que la intensidad no baje. ¿Resultado? Más calorías quemadas y, por tanto, más grasa potencial para gastar.

SUPERSETS 'TABATA'

En el segundo punto nos encontramos con 'Tabata', un protocolo de entrenamiento de intervalos de alta intensidad de 4 minutos, creado en la década de 1990 por el investigador japonés Izumi Tabata. Este descubrió que alternar 20 segundos de sprints de máxi-

ma intensidad con descansos de 10 mejoraba la condición física y lograba quemar más calorías a un ritmo increíblemente rápido.

El experto recomienda realizar el primer ejercicio durante 20 segundos, y luego descansar 10 segundos. Hacer el segundo ejercicio durante 20 segundos, luego descansar 10 segundos. Y repetir el proceso cuatro veces seguidas. Luego descansar un minuto. Para una quema mayor de grasa, se debe hacer un entrenamiento de, al menos, 30 minutos.

ALGUNOS EJEMPLOS

Superset superior-inferior. Empareje un ejercicio que trabaje la parte superior del cuerpo, como flexiones, con un ejercicio que trabaje la inferior, como saltos de cuclillas.

Core-Cardio Superset: Empareja un ejercicio básico, como sentadillas, con un movimiento de cuerpo total, como saltar a la cuerda.

Unilateral Superset: Escoge un ejercicio que haga trabajar solo un lado de su cuerpo, como squats. Hacerlo con

uno y otro lado del cuerpo, sucesivamente.

El ejercicio solo no funciona

Como bien sabes, no existe una fórmula mágica que te ayude a eliminar grasa si no cuidas tu dieta. Es más, puede que este sea el factor más importante en todo el proceso para conseguir tu objetivo. No debes dejar de comer, ni mucho menos. Solo tienes que vigilar qué es lo que ingieres.

Los expertos recomiendan que sustituyas los hidratos de carbono de absorción rápida por verdura, fruta, pescado y

legumbres fundamentalmente. Todo ello en las cantidades que quieras. Debes asegurarte de que aportas al organismo todas las proteínas y grasas saludables que necesita. Es importante tratar de nivelar el aporte de calorías con el gasto. Lo mejor es que haya un ligero déficit entre lo que comes con lo que quemas en el gym con los ejercicios anteriormente descritos.

Además, se debe activar el metabolismo, ya que el porcentaje de calorías y grasas que puedes quemar en el gimnasio no es nada comparado con las otras 23 horas del día.

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

PSICÓLOGA

MARCELA TRONCOSO ESCOBAR

Psicóloga Clínica,
Psicóloga Jurídica,
Terapeuta familiar
y de pareja

Consulta
Gabriela Mistral N°79
Fono: 43-2230298

OTORRINO-LARINGÓLOGO

DR. MARIO TAPIA C.

Especialista adultos
y niños. Oído, Nariz,
Garganta.
Martes y Jueves
en **Alta Salud**

Av. Los Carrera 200
Tercer piso
43-2571760 - 43-2571761

Foto del día

Mauricio Pinilla Herrera - Lima, Perú.



¿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.

**SI QUIERE SEGUIR BEBIENDO ES PROBLEMA
SUYO, SI QUIERE DEJAR DE BEBER
ES PROBLEMA NUESTRO.**

REUNIÓN LUN/MIÉR/VIÉR/SÁB DE 20 A 22 HRS.

**ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS,
PASAJE LAS SALVIAS 1238, LOS ÁNGELES
+56 984027782**

Sc
San Cristóbal
97.5 fm

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

Sudoku

Dificultad: Normal

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

Dificultad: Difícil

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

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

Santoral

Hoy: Adela

Fases de la luna

- MENGUANTE**
29 de diciembre
- NUEVA**
7 de diciembre
- CRECIENTE**
15 de diciembre
- LLENA**
22 de diciembre

Sudoku solución 23 de diciembre

Dificultad: Normal Dificultad: Difícil

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

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

SE PUEDE SEGUIR EL VIAJE DEL VIEJO PASCUERO

Así es el juego interactivo de Google en Navidad

La Aldea de Santa cumple 15 años y celebra la temporada con actividades en línea.

Desde personalizar su propio duende hasta programar código, la nueva entrega del popular juego interactivo de Navidad de Google La Aldea de Santa llega cargada de actividades festivas, educativas e interactivas para que los internautas se encuentren con un nuevo pueblo de elfos para explorar. Como cada año, el gigante tecnológico preparó una serie de actividades en línea con tono navideño.

La Aldea de Santa dispone de juegos educativos, planes para lecciones, archivos PDF y videos instructivos que animan a probar sus habilidades de programación, aún si no sabe cómo desarrollar código.

Este año, la iniciativa tiene preparadas actividades como las historias navideñas del Asistente de Google, stickers para el teclado de Gboard (para iOS y Android) y un seguimiento del recorrido del personaje de Santa Claus por el mapa virtual, entre otras.

NOVEDADES EN LA ALDEA

¿Sabe cómo decir "Feliz Navidad"



ESTE 2018, usuarios podrán jugar a empaclar regalos, generar secuencias lógicas y seguir el recorrido de Santa a través del juego animado.

en francés o finlandés? ¿Qué significa "Feliz Año Nuevo"?

La nueva versión del juego interactivo incluye un apartado que le permitirá entretenerse con las traducciones de las frases más festivas. En esta versión usted podrá crear y personalizar de pies a cabeza a los elfos, eligiendo atuendos, accesorios

y estilo de peinado, entre otros. Los usuarios podrán probar qué tanto saben de las tradiciones navideñas en varios lugares con un concurso de preguntas creado con Google Earth y Street View.

El potencial de Maps también llega a la actividad con una actividad que le permite a los usuarios seguirle la

pista a Santa Claus hasta el 24 de noviembre.

"La señora Claus y un equipo elite de cartógrafos de Google se unieron para que todos sepan dónde se encuentra, tan pronto como despegue del Polo Norte. Santa compartirá su ubicación contigo en Google Maps para que puedas

ver cómo viaja a lo largo del mapa", explica Google.

La compañía incluyó también una sección que muestra a personas de todo el mundo celebrando la Navidad con una selección de imágenes de la comunidad global de Guías Locales, quienes escriben reseñas de lugares y actividades.

AL FINALIZAR ESTE 2018



LAS NUEVAS FUNCIONES están disponibles en dispositivos Android y iOS.

La red social, que pertenece a Facebook, dice que con estas funciones quiere otorgar a sus usuarios nuevas formas de interacción y conexión con amigos y contactos de Instagram. Las nuevas opciones

están disponibles en las herramientas más utilizadas de la red social: las historias (que permiten la publicación de fotos y videos durante 24 horas) y las emisiones en directo.

El sticker para hacer preguntas en las historias es una de las opciones recientes más populares de Instagram. Ahora será posible usarlo también en las emisiones en directo de la aplicación para

Tres nuevas funciones que llegaron a Instagram

Responder preguntas con una canción en Instagram Stories y nuevos stickers para hacer una cuenta regresiva son algunas de las novedades que llegan a Instagram antes de finalizar el año.

obtener respuestas en vivo. Estas aparecerán en una lista de preguntas para cada usuario. También podrá compartir fotos y videos desde el rollo de cámara hasta el video en directo.

RESPONDA CON MÚSICA

Instagram ahora permite responder una pregunta en Instagram Stories con una canción que tenga en su biblioteca de música. El usuario que reciba la res-

puesta podrá reproducir la canción en su historia. Igualmente será posible compartir una foto o un video mientras la música se reproduce en segundo plano. Así mismo, Instagram añadió nuevos efectos en la cámara que responden a los ritmos y sonidos de una canción. Los nuevos iconos estarán en el botón de captura de la cámara. Esta función está disponible en los países donde la función de música está actualmente activa.


NUEVOS STICKERS

Un nuevo sticker interactivo que le permite hacer una cuenta regresiva es otra de las novedades incluidas. Esta pegatina, que puede ser usada para ocasiones como el Año Nuevo, estará disponible en la bandeja de stickers una vez tome una foto o un video. Debe poner un nombre e ingresar una fecha u hora final. También puede personalizar el color antes de compartir su historia. Sus amigos pueden tocar la cuenta regresiva para seguirla o compartirla en sus propias historias y de esta forma recibirán una notificación cuando la cuenta atrás termine. La etiqueta de cuenta atrás está disponible en todo el mundo en iOS y Android.



Puzzle

Germán Fuentes



Parco	Virgía	Dos	Abandona	Older
Deslucido				
Ciudad española				
Galio		Risita		
Apodo		Futil		
Calcio				
Actriz U.S.A.				
Boro	Girar	Tribu		Letra num.
		Cerdo		Canoso
Nombre fem.			Anona	
			Bueno ingl.	
Serpiente		Vencer		
		Partiría		
Metal			Prep.	Librillos
			Gruta	
Lodos			Vocal doble	
			Alegres	
Lucharé inv.				My
				Valora
Aquel	Sodio		Letra griega	
	Oreja ingl.		Número	
Pez gallo		Rey de Frigia		
		Cons.		
Hectárea		Peludo		
		Yodo		
Nombre masc.	Vocal		Músico peruano	



Ferías



Los Carrera
Altura N° 1200

Farmacia de Turno



Redfarma
Los Carrera N° 200

El tiempo

Los Ángeles	Temuco	Angol	Concepción
Ayer 9° 28°			
HOY 12° 29°	10° 15°	14° 30°	11° 24°
Mañana 12° 29°			

EN CUALQUIER LUGAR



WWW.LATRIIBUNA.CL

Horóscopo

♈ ARIES

AMOR: Nadie te debe exigir cosas que no estás dispuesto/a a hacer. Las condiciones no son buenas para una relación. SALUD: Cuidado con agarrarte una insolación. Protege tu piel. DINERO: Gastos de último momento dada la fecha. COLOR: Amarillo. NUMERO: 6.

21 de marzo al 20 de abril.

♉ TAURO

AMOR: Regala amor a todos tus seres queridos y déjate llevar por este ambiente rodeado de magia. SALUD: Evita sufrir algún percance o accidente. DINERO: Ese esfuerzo constante te dará satisfacciones en lo financiero y laboral. COLOR: Celeste. NUMERO: 14.

21 de abril al 20 de mayo.

♊ GÉMINIS

AMOR: Pon tu mayor esfuerzo para que después nadie te esté recriminando que no intestaste salvar la relación. SALUD: Más cuidado con aumentar el riesgo de padecer problemas al corazón. DINERO: Es importante que crezcas profesionalmente. COLOR: Rojo. NUMERO: 1.

21 de mayo al 21 de junio.

♋ CÁNCER

AMOR: Piensa un poquito más las cosas para que no vayas a generar un malestar sin tener la intención de hacerlo. SALUD: Debes tratar esos cuadros de ansiedad. DINERO: Más cuidado con ser víctima de la ambición de otras personas. COLOR: Lila. NUMERO: 29.

22 de junio al 22 de julio.

♌ LEO

AMOR: Hablar con la verdad te hace ser una persona transparente y digna de confianza para cualquier persona. SALUD: Un alto para calmar las cosas sería muy bueno para ti. DINERO: Las inversiones son positivas, pero deberá ser cuidadoso/a con lo ganado. COLOR: Ámbar. NUMERO: 4.

23 de julio al 22 de agosto.

♍ VIRGO

AMOR: El día acompañará a quienes anden en búsqueda de una nueva pareja para terminar el 2018. SALUD: Debes tener cuidado cuando transites hacia tu lugar de destino. DINERO: Has una revisión de última hora para evaluar el estado de tus finanzas. COLOR: Burdeo. NUMERO: 18.

23 de agosto al 22 de septiembre.

♎ LIBRA

AMOR: No es un día para generar discordia en las personas, ya que estamos a vísperas de la Navidad. SALUD: Esas molestias renales pueden deberse a los cálculos. Vea a un médico. DINERO: Tenga la paciencia suficiente para ver cómo mejorará todo. COLOR: Negro. NUMERO: 23.

23 de septiembre al 22 de octubre.

♏ ESCORPIÓN

AMOR: Hoy es víspera de Navidad por lo que la cercanía con los tuyos deberá ser la prioridad. SALUD: Debes cambiar tu forma de vida si es que deseas mejorar tu condición de salud. DINERO: No disminuyas tu empeño o no cumplirás tus metas. COLOR: Verde. NUMERO: 2.

23 de octubre al 22 de noviembre.

♐ SAGITARIO

AMOR: Volver al tiempo del romanticismo no es malo considerando que eso se ha ido perdiendo. SALUD: Has dejado pasar mucho tiempo y no te has preocupado de los exámenes pendientes. DINERO: Demuestra responsabilidad al poner al día tus cuentas. COLOR: Naranja. NUMERO: 11.

23 de noviembre al 20 de diciembre.

♑ CAPRICORNIO

AMOR: Tal vez hay cosas a las que no haz prestado atención y pueden terminar definiendo tu futuro sentimental. SALUD: Calma un poco las revoluciones hoy que es víspera de Navidad. DINERO: No te desalientes si las cosas no salen según tus planes. COLOR: Rosado. NUMERO: 9.

21 de diciembre al 20 de enero

♒ ACUARIO

AMOR: Día mágico donde el amor y el afecto a los demás debe ser demostrado. SALUD: Esos malos ratos y exceso de tensión no son la mejor forma de iniciar el día. DINERO: Estudia bien esa propuesta antes de decidir si es conveniente para ti. COLOR: Morado. NUMERO: 16.

21 de enero al 19 de febrero.

♓ PISCIS

AMOR: Las soluciones a los temas de pareja dependen de ambos pero el primer paso lo debes dar tú. SALUD: Orienta toda tu energía en recuperarte en un 100%. DINERO: Buenas noticias para quienes han estado buscando trabajo. COLOR: Violeta. NUMERO: 15.

20 de febrero al 20 de marzo.

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