

CUENTA CONMIGO

SALUD

> **COVID-19**

RECETA

> **CUEVA DEL
MILODÓN**

BÁRBARA
PRIMERA NADADORA EN CRUZAR EL BEAGLE
HERNÁNDEZ



CEMENTO PORTLAND NORMAL GRADO ALTA RESISTENCIA

Producto especialmente recomendado para la elaboración de estructura en general, pavimentos, radieres, fundaciones, hormigones especiales, como elementos pretensados y postensados; pavimentos y hormigones estructurales; hormigones autocompactantes y hormigones con requisitos de resistencias elevadas.

Por su elevada resistencia química, los hormigones elaborados con este cemento presentarán mayor durabilidad de las estructuras en servicio, menor costo de mantenimiento y menor costo operativo.



COMERCIAL DE LA PATAGONIA
Avda. Principal - ZONA FRANCA
F: 612214111/2214119

**DISTRIBUIDOR EXCLUSIVO
EN ZONA FRANCA**

NUEVO
SACO



PALLETS
DE 80 SACOS



CALIDAD Y
CONFIANZA



OFICINAS COMERCIALES
Y ATENCIÓN A CLIENTES

- > **PUNTA ARENAS**
O'Higgins N° 860
Lunes a viernes
8.00 - 13.30 / 15.00 - 17.00 h.
- > **PUERTO NATALES**
O'Higgins N° 1010
Lunes a viernes
08.30 - 12.00 / 14.00 - 17.30 h.
- > **PORVENIR**
Padre Mario Zavataro N° 273
Lunes a viernes
08.00 - 13.00 / 14.30 - 17.00 h.
- > **PUERTO WILLIAMS**
Pte. Ibañez N° 130
Lunes a viernes
08.00 - 13.00 / 14.00 - 16.00 h.

FONO EMERGENCIAS

PTA. ARENAS **61 220 8020**

PTO. NATALES **61 220 8530**

PORVENIR **61 220 8540**

ATENCIÓN CLIENTES **61 220 8000**

Año 8 / N° 97 / Abril de 2020.
Es una publicación editada y de distribución gratuita de Gasco Magallanes para sus clientes.
Director general: Sergio Huepe. **Comité editorial:** Gonzalo Herrera, Rodrigo Mimica, Gonzalo Espina y Carolina Piñones. **Contenido editorial:** Confin Producciones • **Fotografías:** Istockphoto, Gonzalo Espina. Impreso en Quilicura Impresores, que sólo actúa como impresor.

**¿QUIERE PUBLICIDAD
CON NOSOTROS?
CONTACTENOS**
Rodrigo Mimica | Cel. 993194481
E-mail: rmimica@yahoo.com

[EDITORIAL]

Estimados Clientes

Hemos vivido semanas de gran preocupación y de cambio de nuestros hábitos producto de la proliferación del Covid-19 en el país. Al ser parte de la comunidad, Gasco Magallanes no ha estado ajena a esta situación y como empresa, al igual que la mayoría de las instituciones públicas y privadas del país hemos tomado una serie de medidas tendientes a proteger a nuestros clientes y colaboradores, en el entendido que la salud es primordial para desarrollar nuestras vidas en forma normal.

Es así como a mediados de marzo tomamos la decisión de cerrar la atención al público en todas nuestras sucursales, de esta forma hacemos el llamado a usar nuestros canales remotos de atención como son el Call Center y la página Web. Esta medida u otras que sean necesarias las mantendremos o volveremos a tomar en el futuro según sean recomendadas por nuestras autoridades sanitarias y especialistas. No obstante, al ser la distribución de gas natural y gas licuado (GLP) servicios esenciales que entrega nuestra empresa en Magallanes, hemos dispuesto a nuestros equipos de trabajo para asegurar que el suministro de estos combustibles lleguen a todos los hogares, comercios, industrias y servicios públicos, tales como consultorios y hospitales en donde se realizan labores y atenciones de primera necesidad.

En ese sentido, nos parece oportuno hacer un reconocimiento a todos los funcionarios del sistema de Salud de Magallanes, tanto público como privado, quienes están en el frente de esta lucha por detener la proliferación de coronavirus. Como ciudadanos, tenemos la obligación de asumir conductas responsables y acatar las sugerencias de las autoridades porque la forma más efectiva para combatir a esta enfermedad es ayudarnos entre todos.

Que disfruten este número

>
Sergio Huepe
Gerente Negocio
Magallanes





> Día de la Tierra

El miércoles 22 de abril se conmemora el Día de la Tierra, cuyo propósito es recordar que el planeta y sus ecosistemas nos dan la vida y el sustento. Con este día, asumimos, además, la responsabilidad colectiva, como nos recordaba la Declaración de Río de 1992, de fomentar esta armonía con la naturaleza y la Madre Tierra. Este año, la Seremi del Medio Ambiente invita a la comunidad a conmemorar esta efeméride con pequeñas acciones que cuiden nuestro planeta. Así lo explicó el Seremi de Medio Ambiente Eduardo Schiappacasse “este día nos brinda la oportunidad de concientizar a todos los habitantes del planeta acerca de los problemas que afectan a la Tierra y a las diferentes formas de vida que en él se desarrollan. Con pequeñas acciones podemos hacer la diferencia, por ello la invitación es a cuidar nuestro ecosistema, evitar el sobre consumo, reutilizar nuestros residuos orgánicos a través del compostaje y reciclar”.

11.148 es el promedio de habitantes por cada punto WIFI público en Magallanes Fuente: Ministerio de Transportes y Telecomunicaciones



Adrien de Gerlache

El barón Adrien de Gerlache de Gomery, científico y explorador belga, nació en Hasselt en 1866 e ingresó a la marina belga en 1890. En 1895 se dedicó a organizar un viaje al Polo Sur la que se constituyó en la primera expedición con fines científicos a la Antártica la que se realizó entre los años 1897 a 1899. En ella se realizaron estudios de hidrografía, exploración de tierras, meteorología, glaciología, sondeos, dragados, estudio de la flora y fauna, magnetismo y fotografía. El buque en que viajaban quedó atrapado en los hielos antárticos durante trece meses lo que, no obstante, permitió obtener información meteorológica durante todo un año. Dos de los miembros de la expedición posteriormente fueron mundialmente famosos: el segundo oficial Roald Amundsen, quien fue el primero en llegar a Polo Sur en 1911 y el doctor Frederick Cook, que reclamó haber descubierto el Polo Norte en 1908. De Gerlache falleció en 1934.

> Exposición en La Galería

En La Galería (Armando Sanhueza esquina Av. Colón) se puede visitar la exposición “Las inefables alegrías de la enumeración (yagán)” de la artista Mónica Bengoa. La muestra es producto de una investigación sobre la literatura y el texto en las artes visuales abordando el ajuste de sentido en la traducción entre idiomas. Según explicó la directora de La Galería, Paola Vezzani, la autora intenta realizar una traducción a una lengua originaria mediante fotografías “de textos recortados en fieltro rojo”. La muestra se puede visitar virtualmente en Instagram y Facebook: lagaleriatienda.



> Exposición “Brumas”

Desde el 2 al 30 de abril se desarrolla la exposición “Brumas” de la artista visual Ximena Cousiño; pintora chilena nacida en México, vivió y estudió en Inglaterra, Bélgica, Australia y Chile durante su periodo escolar. Se radicó en Chile para sus estudios universitarios de Licenciatura en Arte. “Brumas” está compuesta por obras de gran formato elaboradas con carboncillo sobre tela. Tras la bruma se encuentran zonas rurales de Temuco y de la región de los Lagos, donde la naturaleza es dominante, pero hay sutiles indicios de presencia humana a través de un camión, una caseta, una vivienda solitaria o postes y cables del tendido eléctrico.



WWW.CENTROPEDIATRICO.CL



**Dr. JORGE BARRIENTOS
VELASCO
PEDIATRA**

FONO

61 221 4948



ENRIQUE ABELLO 105
PUNTA ARENAS

HORARIO DE ATENCION

LUNES A VIERNES

09:30 a 12:30

14:30 a 19:30

“TODOS TENEMOS GRANDES DESAFÍOS”

Soportó el frío del canal Beagle, nadó casi dos horas y se convirtió en la primera persona en cruzar más de 9 kilómetros a nado en este famoso tramo de la Patagonia chilena. La campeona mundial de nado en Aguas Gélidas le contó a Cuenta Conmigo cómo se preparó para esta hazaña.

Nacida en la comuna de Recoleta, Santiago, Bárbara Hernández ha logrado un más que merecido prestigio en el mundo de la natación de aguas abiertas. Esta psicóloga de la Universidad de Chile de 34 años, se convirtió en la primera persona en cruzar a nado las gélidas aguas del canal Beagle en su brecha

más amplia. Con el apoyo de su equipo de entrenadores y de instituciones públicas, Bárbara se demoró una hora 55 minutos y tres segundos en recorrer los 9,4 kilómetros que separan la orilla argentina de la chilena en el canal más austral del mundo.

“Mi pasión por la natación surgió desde muy pequeña, siempre me gustó mucho



“La temperatura del agua siempre me afecta, siempre me duele, y siempre nado con hipotermia, salí del canal Beagle con 33 grados de temperatura corporal”

el mar, iba con mis papas, soy hija única y cada vez que tenía la oportunidad de poder nadar lo disfrutaba mucho. Fui a clases de natación a los seis años y empecé a entrenar a los siete y desde entonces nunca más paré”, cuenta esta deportista que para mantenerse en forma entrena de lunes a sábado de dos a cuatro horas de natación en el Estadio Nacional en Santiago. Tres veces a la semana realiza pesas en el Centro de Alto Rendimiento y otras tres veces a la semana practica yoga. “Además tengo un nutricionista, fisiólogo y kinesiólogo, es un equipo de personas muy buenas que han decidido ayudarme y acompañarme en este camino de la natación profesional.” Además de su entrenamiento habitual, Bárbara se preparó para este desafío en la laguna del Inca en Portillo con el propósito de aclimatarse a los siete grados de temperatura del agua del

canal Beagle. Hace 17 años que Bárbara se dedica a la disciplina de “aguas abiertas” que consiste en nadar en el mar, ríos o lagos, especializándose en aguas frías, llegando a competir en hielo en Europa. Actualmente es campeona mundial en natación de Aguas Gélidas. Ha participado también en competencias desarrolladas en Rusia, Eslovenia, Finlandia, Suecia, Letonia, Alemania, Inglaterra, Estados Unidos y Francia. “He podido competir mucho y representar a nuestro país en esta disciplina”, dice con orgullo.

Fue hace diez años, cuando cruzó el Estrecho de Magallanes, que comenzó a rondarle la idea de cruzar el canal Beagle. “Desde entonces estaba en mi lista de pendientes e imprescindibles, quería conocer el lugar más austral de nuestro país y poder medirme en estas condiciones super duras, y proponer un cruce inédito, un cruce impresionante, algo que pudiera ser visto a nivel mundial y que diera también a conocer nuestra Patagonia y Tierra del Fuego. Entonces emprendí junto a Explora Navarino esta misión de buscar un trecho original del canal, en la parte más ancha, de siete a nueve kilómetros, era mi sueño llegar a medirme en ese lugar.”

-¿Cómo logras controlar los efectos que produce el agua fría en las personas?

“La temperatura del agua siempre me afecta, siempre me duele, y siempre nado con hipotermia, de hecho, salí (del canal Beagle) con 33 grados de temperatura corporal, eso es una hipotermia considerable, pero aprendo a controlar mi cuerpo, a mantenerlo fuerte y enfocado en el propósito que definí, la parte mental es muy importante.”

-¿Cómo te sientes al haber logrado cruzar a nado el canal Beagle?

“Estoy super contenta, muy agradecida, creo que es una super responsabilidad también seguir preparándome y seguir

aventurándome en estos desafíos, especialmente acá en Magallanes que es el lugar de la Patagonia que me ha tratado tan bien.” Bárbara tiene especiales palabras de agradecimiento para el Ministerio del Deporte, Sernatur, Imagen Chile, Municipalidad de Puerto Williams, Explora Navarino y la Armada de Chile entre otras instituciones y personas que le posibilitaron hacer realidad esta hazaña deportiva. También expresa su reconocimiento a Cristina Calderón, a las autoridades de gobierno, para su equipo y “a todos los magallánicos que me han adoptado como una más.”

Aficionada a la lectura, el yoga y a los viajes, esta deportista seguirá con su agenda de actividades, siempre y cuando la pandemia del Covid-19 lo permita, con competencias en Rusia, la maratón de 42 km en Manhattan (Nueva York, Estados Unidos) y canal del Norte en Escocia, entre otros hitos.

“Todos tenemos grandes desafíos, para algunos es cruzar un canal, para otros es poder llegar a final de mes o poder estar con sus hijos o poder dedicarse a algún sueño. Yo creo que a todas las mujeres que tienen un anhelo, que tienen un propósito, que sientan que tienen que ir por algo más, les digo que se atrevan, que sean constantes, que aún con miedo persistan, que nunca teman al fracaso, que el único fracaso que existe es dejar de intentarlo.”



[BÁRBARA HERNÁNDEZ]



“Siempre me gusta representar a mi país en este tipo de desafíos”, dice con orgullo la nadadora.



BIO

- Barbara Hernández
- Nadadora
- Psicóloga
- 34 años

Los “mandamientos” para prevenir el coronavirus

Los coronavirus son una familia de virus comunes que afectan a humanos y animales, y que en las personas pueden provocar enfermedades que van desde un resfriado hasta un síndrome respiratorio agudo severo (SRAS). Durante diciembre de 2019, en Wuhan, China, se registraron los primeros casos de infección respiratoria grave causados por un nuevo coronavirus denominado SARS CoV-2 y, desde entonces, se han multiplicado los contagios.

¿Cuáles son los síntomas?

En general, el virus comienza con signos y síntomas parecidos a los de la Influenza como: fiebre, malestar general, tos o dificultad para respirar. La enfermedad, en la mayoría de los casos es leve, pero podría agravarse llegando incluso a neumonía. El periodo de incubación medio es de 5 a 6 días, con un máximo de 14. Los especialistas indican que los principales hábitos para prevenir esta enfermedad son: **1-** Lavar las manos frecuentemente con agua y jabón o con gel antiséptico. **2-** Limpiar re-

gularmente determinadas superficies, como los escritorios en lugares de trabajo o en la cocina. **3-** Evitar los desplazamientos si se tiene fiebre o tos. Si experimenta síntomas durante un vuelo, avisar inmediatamente a la tripulación. **4-** Toser o estornudar sobre el pliegue del codo (no sobre la mano) o usar un pañuelo que deberá ser inmediatamente tirado a la basura, para después lavarse las manos. **5-** Si se tienen más de 60 años o problemas de salud tales como una enfermedad cardiovascular, respiratoria o diabetes, hay mayor riesgo de que el cuadro sea más grave ante un hipotético contagio, por lo que deben tomarse precauciones extras. **6-** En caso de sentirse mal, quedarse en casa y llamar a un médico o un profesional sanitario, que debería preguntar los síntomas, dónde se ha estado y con quién se tuvo contacto. **7-** En caso de contraer la enfermedad, quedarse en casa, separarse del resto de la familia, incluso al comer y dormir, y utilizar diferentes cubiertos y platos. **8-** Llamar al médico si nota falta de aliento. 



OBTENGA SU RECETA HOY

CONSULTA VISUAL

.....

PIDA SU HORA AL **61 224 1279**

Óptica  Harris

Cueva del Milodón

CA solo 25 km al norte de Puerto Natales y con una superficie de 189,5 hectáreas, la Cueva del Milodón es hoy el segundo lugar más visitado de la región después del Parque Nacional Torres del Paine. El milodón corresponde a un mamífero extinto hace diez mil años, de grandes proporciones. Si bien hay restos de su presencia en otras zonas del país, fue encontrado en 1895 en la cueva que actualmente lleva su nombre. En 1993 fue declarada Monumento Natural. Cuenta con el sendero interpretativo Cueva Grande y un sendero de excursión que conecta prácticamente todos los atractivos turísticos de este Monumento Natural (ruta: guardería-Cueva del Medio-Cueva Chica-

Silla del Diablo-guardería).

Se puede acceder siguiendo la Ruta 9 Norte (Puerto Natales-Bories) por 17 km desde Puerto Natales, hasta llegar a la bifurcación Milodón-Cerro Castillo, desde este punto se recorren 8 km de la Ruta Y-290 que finaliza en el estacionamiento y portería del Monumento Natural. El Monumento Natural Cueva del Milodón cuenta con un Centro de Información Ambiental, servicios higiénicos, áreas de merienda en diferentes sectores, senderos y venta de recuerdos y snacks.

Como medida preventiva por la proliferación del Covid-19, Conaf cerró anticipadamente la temporada de visitas hasta nuevo aviso. ©



DEPORTE



Copa Gasco Magallanes

Una intensa competencia entre los 59 equipos participantes se vive en el campeonato de apertura de la Liga Leñadura – Copa Gasco Magallanes. Luego que el martes 25 de febrero, en dependencias de la Agrupación Futbolito Seniors, se llevara a cabo la reunión de delegados y se conoció la conformación de cada una de las cinco zonas en competencia, se dio inicio al primer partido, el jueves 27 del mismo mes.

Colchonero marcha invicto en el torneo, eso sí sufrió para rescatar un empate en la última fecha. Pets House FC cumple una buena campaña en su año de debut en la liga. En total están participando en el Torneo de apertura 44 equipos en categoría adultos y 15 en categoría Young divididos en grupos. Son cerca de 1.200 jugadores quienes iniciaron la competencia el 27 de febrero y en condiciones normales se extendería hasta mediados de junio. La temporada se inició con la disputa de la Super Copa, que ponía frente a frente al último campeón Atl Sur y al campeón de la Copa de Plata Búfa-

los Mojados. La Súper Copa quedó en poder de estos últimos quienes se impusieron por 4-1. La competencia fue suspendida hasta que se superen las medidas de prevención del Covid-19. 



CUÁNDO LLAMAR A

Tanto personas naturales como empresas, deben comunicarse con LLAE, cuando realicen trabajos en los siguientes lugares:



FRENTE A SU DOMICILIO



- Construcción de cercos
- Plantar árboles o arbustos
- Instalar postes para buzones o canastos de basura
- Confección de jardines
- Pavimentar veredas o entradas de vehículos

EN TODA LA VÍA PÚBLICA (Mandantes y contratistas)

- Veredas y pavimentos
- Plazas y paisajismo
- Instalación de juegos infantiles
- Intervención de instalaciones subterráneas:
 - Agua
 - Alcantarillado
 - Energía eléctrica.



ZONAS RURALES O AFECTAS A SERVIDUMBRES



- Edificaciones
- Canales o zanjas
- Nivelación de terrenos
- Instalación de otros servicios
- Iluminación de exteriores
- Tareas de paisajismo

- ES UNA OBLIGACIÓN LEGAL
- RESGUARDA SU SEGURIDAD
- SERVICIO GRATUITO

 **61 2208027**
 **llae@gasco.cl**



Merluza con salsa margarita

Con una amplia oferta gastronómica abrió sus puertas el hotel-restaurante Kran-Kréen ubicado en O'Higgins 765, en Punta Arenas. El chef recomienda un pescado típico de Magallanes: la merluza, acompañada de la clásica y exquisita salsa margarita. Kran-Kréen atiende de lunes a domingo de 7:30 a 22 horas. Las reservas se pueden hacer al +569 3136 1362

INGREDIENTES

- > 1 kg de merluza
- > 400 gr de camarones
- > 400 gr de pulpo
- > 400 gr de choritos
- > 400 gr de ostiones
- > 50 gr de mantequilla
- > 1 1/2 taza de vino blanco
- > 6 cucharadas de harina
- > 3 tazas de leche
- > 100 gr de mantequilla
- > 20 cc de aceite
- > 2 cebollas cortadas en cuadritos
- > Sal y pimienta a gusto



"Kran-Kréen"
O'Higgins 765

PREPARACIÓN

En un sartén agregar una cucharada de mantequilla y un chorrito de aceite. Derretir la mantequilla, agregar la cebolla cortada en cuadritos y un chorro de vino blanco y dejar reducir. Una vez lista colocar la merluza a cocinar por 10 minutos y luego reservar. Saltear los mariscos y agregar un chorro de vino blanco, luego incorporar mantequilla. Incluir la harina y revolver por 1 minuto, luego agregar la leche y revolver todo el tiempo. Condimentar con sal y pimienta al gusto y dejar cocinar por 3 minutos. Montar el plato y acompañar con papas naturales o fritas.

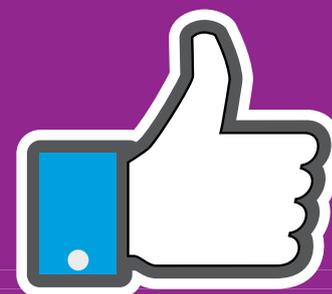
Consejos para la belleza de la piel

Nuestra piel requiere cierta atención para que luzca saludable, radiante y joven. Aparte de los productos que puedas comprar, te damos algunos consejos de belleza que contribuyen al cuidado de la piel: **Lavarse el rostro con miel.** En lugar de jabones o productos químicos, aplica miel por todo el rostro y luego retírala con agua tibia. **Utilizar agua fría.** El agua caliente puede causar flacidez y reseca la piel. Por el contrario, el agua fría ayuda a tonificar, cerrar los poros y conservar los aceites naturales de la piel. **Usar una toalla suave.** Cuando termines de enjuagarte, sécate con ligeras palmaditas y una toalla suave. **Aplicarse aceites vegetales.** Los aceites hidratan, limpian y suavizan la piel de manera natural. Usa aceite de coco, almendras, oliva o rosa mosqueta. **Evitar el consumo de alcohol.** Causa deshidratación y, por ende, reseca la piel y envejecimiento prematuro. **Beber zumos naturales.** Los jugos de frutas y vegetales aportan a la piel vitaminas, minerales y antioxidantes que estimulan su regeneración y la protegen de los daños externos.



USO SEGURO Y EFICIENTE DE LA ENERGÍA

Una actitud responsable, evita accidentes



- ⊗ Nunca utilices una manguera de jardín o plástica para conectar los artefactos a gas.
- ⊗ Revisa y mantén tu red interior de gas en buen estado, asesórate con un instalador autorizado.



[ENTREAMIGAS]

Cómo trabajar desde la casa

Realizar el trabajo desde la casa es una alternativa conveniente para que las organizaciones y sus colaboradores. **Cambiar el chip.** Al trasladar su puesto de trabajo a casa, debe asumir que el cambio es básicamente espacial y que por fortuna va a evitar realizar desplazamientos demorados y estresantes. **Establecer el espacio.** El hecho de abandonar el típico escritorio de la oficina no implica que pueda estar todo el día en la cama o frente al televisor con su computador personal. Lo ideal es establecer un lugar específico y adecuado en su casa. **Definir las reglas básicas.** Antes de empezar a trabajar en casa, se deben establecer unos límites puntuales para lograr desempeñar las funciones y tareas a su cargo con éxito. **Determinar los horarios.** Este aspecto es fundamental. Cumplir con los mismos horarios de la oficina es una buena opción para mantener la productividad. **Evaluar el desempeño.** Al cabo de un tiempo prudencial, un mes, por ejemplo, es recomendable evaluar la experiencia y los resultados obtenidos en el desarrollo del trabajo desde casa.

Las mejores jugadoras de fútbol a nivel mundial



Marta Vieira da Silva, Brasil



Hope Amelia Solo, EE.UU



Alexandra Patricia Morgan, EE.UU

Moda otoño-invierno 2020



Las revistas de moda y los especialistas aseguran que estas serán las prendas de vestir preferidas en este otoño-invierno. **Corsets:** Junto con los encajes y guantes larguísimos que hasta incluyen bolsillos o volados, le ponen el acento al erotismo y se usan como segunda piel, pero también como tercera. **Colores:** En este momento social de incertidumbre impulsa la preponderancia de colores enérgicos, los rojos vienen a levantar el ánimo. El beige deja de ser “el aburrido” de la paleta, se vuelve más cremoso que el camel, y es el nuevo favorito. **Contrastes:** Lo femenino adquiere dimensiones nuevas y amplía el universo de acción en formas menos ingenuas y en contradicción. Un nuevo punk que conjuga la agresividad de antaño con delicadezas se ve en las mezclas de tul y cuero. **Estilo militar:** El army que está en todas las temporadas evoluciona hacia una integración de estilos: va con flores, encajes y tejidos delicados. **Piezas adaptables:** La moldería apunta a piezas transformables que permitan construir y reconstruir variables de silueta: con avíos, frunces, nudos, drapeados y pliegues estratégicos, se adaptan a diferentes cuerpos y le dan versatilidad al uso. **Cuero:** El cuero en todas sus formas, colores y grosores.

LA INTOXICACIÓN CON MONOXIDO DE CARBONO PUEDE CAUSAR LA MUERTE

Si una persona inhala Monóxido de Carbono, que se puede presentar en fallas en ductos de evacuación de estufas o calefont, **llévela inmediatamente a donde pueda respirar aire fresco y busque enseguida ayuda médica.**

Prevenja y realice mantenimientos periódicos a sus artefactos conectados a la red de gas, por un instalador autorizado por la SEC.

 **Gasco**
MAGALLANES

“Explora VA”

El programa Educativo Gasco-Educa de Fundación Gasco, con el apoyo de Gasco Magallanes, participó de la primera versión del Campamento “Explora VA”, actividad organizada por PAR Explora Magallanes de la Umag. El campamento consistió en un encuentro de formación e intercambio de experiencias dirigido a directivos, docentes y educadores de cualquier asignatura y ciclo escolar que quisieran enriquecer sus prácticas pedagógicas utilizando herramientas y aptitudes que entrega la ciencia, la tecnología y la innovación. En el lanzamiento, el programa GascoEduca presentó su Laboratorio Móvil, en donde los profesores asistentes pudieron conocer los detalles de su programa educativo, además de contenido relacionado con el gas y las energías más utilizadas en la región. Después del lanzamiento, el Campamento Explora VA se trasladó a Porvenir por cinco días, donde participaron en diferentes actividades junto a la comunidad educativa. Dentro de las actividades programadas por Explora este 2020 se encuentran: Club de Investigación Científica Escolar, Ferias Científicas Escolares en Puerto Natales (mayo 2020), Porvenir (agosto 2020); Congreso Regional Escolar de las Ciencias y la Tecnología; y Semana Explora (octubre 2020). ■



RATA

NACIDOS EN: 1900, 1912, 1924, 1936, 1948, 1960, 1972, 1984 y 1996.
Después de correr en varias direcciones diferentes el mes pasado, necesitas un descanso. Tus amistades te invitan a eventos sociales. Es un buen momento para divertirse un poco.

BUEY

NACIDOS EN: 1901, 1913, 1925, 1937, 1949, 1961, 1973, 1985 y 1997.
Las amistades se ven destacadas este mes. Puedes hacer excelentes conexiones en fiestas y reuniones de las organizaciones a las que perteneces. Es buena idea tomarte algo de tiempo para descansar y disfrutar.

TIGRE

NACIDOS EN: 1902, 1914, 1926, 1938, 1950, 1962, 1974, 1986 y 1998.
Tienes una gran reputación este mes, y te será muy fácil atraer la atención que deseas. Prepárate para hablar con un supervisor o con tu pareja acerca de tus ideas a futuro con respecto a tu relación.

CONEJO

NACIDOS EN: 1903, 1915, 1927, 1939, 1951, 1963, 1975, 1987 y 1999.
La espiritualidad está enfocada para ti este mes, y puedes sentirte mucho más en conexión con la naturaleza. Podrías hacer alguna caminata, hacer un trabajo de jardinería, o pasar tiempo con personas afines que sean más espirituales.

DRAGON

NACIDOS EN: 1904, 1916, 1928, 1940, 1952, 1964, 1976, 1988 y 2000.
El enfoque de este mes está en los recursos ajenos. Es bueno saber quién puede ser de ayuda en tu vida en este momento. Un amor del pasado puede regresar, y es posible que haya una reconexión.

SERPIENTE

NACIDOS EN: 1905, 1917, 1929, 1941, 1953, 1965, 1977, 1989 y 2001.
Las relaciones se vuelven el foco de este mes, y hay mucho que puedes hacer para acercarte a tu pareja. Comparte lo que piensas, y podrán estar en la misma página en lo que respecta a la manera de ocuparse de la casa o del dinero.

CABALLO

NACIDOS EN: 1906, 1918, 1930, 1942, 1954, 1966, 1978, 1990 y 2002.
Tu salud y bienestar general están enfocados este mes. Sería una buena idea ingerir comidas saludables y beber mucha agua. Enfócate en tener pensamientos felices y hacer cosas que te gustan.

CABRA

NACIDOS EN: 1907, 1919, 1931, 1943, 1955, 1967, 1979, 1991 y 2003.
Tu atención se vuelve hacia los niños y la creatividad. Puede que tengas que terminar algunos proyectos decorativos en tu hogar. Si estás buscando el amor, este es un buen momento para ser sociable.

MONO

NACIDOS EN: 1908, 1920, 1932, 1944, 1956, 1968, 1980, 1992 y 2004.
Tu sector de hogar y familia extendida ahora se ve resaltada. Puede que tengas visitas o podrías viajar para ver a algunos familiares. Este mes te trae un proyecto laboral que has estado esperando.

GALLO

NACIDOS EN: 1909, 1921, 1933, 1945, 1957, 1969, 1981 y 1993.
El pensamiento y la comunicación se ven enfocados este mes. Considera sumar a tu vida una práctica de meditación. Si estás buscando el amor, este es un buen momento para hacerte ver.

PERRO

NACIDOS EN: 1910, 1922, 1934, 1946, 1958, 1970, 1982 y 1994.
Hay una energía positiva en torno a las finanzas este mes. Sería una buena idea hablar con tu familia sobre tus objetivos y visualizar la vida que quieres tener. Aclarar tus ideas te dará muchas oportunidades.

JABALI

NACIDOS EN: 1911, 1923, 1935, 1947, 1959, 1971, 1983 y 1995.
Este mes, eres la reina o el rey de la fiesta, y los demás lo notan. Comienzas a recibir invitaciones de parte de personas que te gustan. Pero tal vez te interesa más quedarte en casa que aceptar las invitaciones de la gente.

LOSSE CONSTRUCTORA
Proyectos Industriales
Oficinas, Bodegas y Más



cotiza con nosotros
y haz tu proyecto realidad



☎ 61 2 21 45 78
✉ ventas@losse.cl
📍 Prolongación Mardones 02049

VISITA NUESTRA
PAGINA WEB

WWW.LOSSE.CL

COMETSUR
COMERCIALIZADORA DE METALES DEL SUR



*Juntos,
limpiemos
Punta Arenas
de Neumáticos*



**COCINAS
MAGALLANICAS**



**DESPACHO GRATIS
A DOMICILIO**

- QUEMADORES • TOMAS DE AIRE
- MANGUERAS PARA GAS Y
TODOS LOS ACCESORIOS PARA
ADAPTAR SU COCINA

**FERRETERIA
SAN MARCOS**  

Zenteno 99 | Punta Arenas ☎ 61 221 6695
✉ ferreteria@comercialsanmarcos.cl

**ENTREGAMOS TUS LENTES EN
MEDIA HORA**
(SI TENEMOS TU RECETA OPTICA EN STOCK)



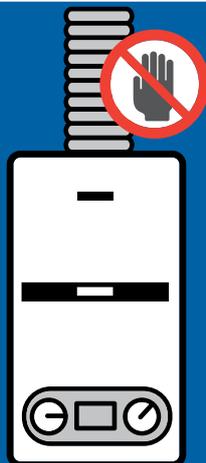
Óptica Harris

☎ **+56 61 222 4671** Lautaro Navarro 1038
Punta Arenas

USO SEGURO Y EFICIENTE DE LA ENERGÍA

**Cuida los ductos
de evacuación
de gases**

- ☉ Los ductos de evacuación de gases deben estar en buen estado y correctamente instalados.
- ☉ Jamás modifique un ducto. Cualquier intervención sólo debe hacerla un instalador autorizado



**PUBLIQUE
AQUI!**

- Más de **58.000** revistas mensuales distribuidas
- Llegamos a todos los hogares de la XII Región.
- Somos el medio con mayor alcance en Magallanes.

¡CONTACTENOS!

☎ +569 9319 4481
✉ rmimica@yahoo.com

COMETSUR
COMERCIALIZADORA DE METALES DEL SUR



*Juntos,
limpiemos
Punta Arenas
de Chatarra*



URGENCIAS LAS 24 HRS.



RESONANCIAS

ECOGRAFÍAS

ESCÁNER

RADIOGRAFÍAS

Usted puede decidir donde tomar sus exámenes de urgencia.
Elija al mejor equipo médico que estará disponible para usted
las **24 horas del día, los 7 días de la semana.**



FONO URGENCIAS 

96496 5666

CLINICA MAGALLANES | AV. BULNES 01448
61 221 9299 | 61 223 2573
www.scannersur.cl