UNA REVISTA DE GASCO MAGALLANES / Nº 82 / NOVIEMBRE DE 2018

gasco MAGALLANES

CUENTA CONMIGO

TURISMO REGIONAL

>MONTE TARN

RECETA

>SALMÓN CON SALSA MARGARITA

SUSANA SUAREZ

CIUDADANA ILUSTRE 2018

FOGÓN PARRILLERO EXTERIOR/INTERIOR

DESIGN AND TECHNOLOGY
PARRILLAS BINELLI
CALIDAD CERTIFICADA

ARMADO EN SECO
TRASLADABLE
FACIL CONSERVACION
INSTALACION EN MINUTOS
TIRAJE GARANTIZADO
REPUESTOS

PREMOLDEADA 01
Ancho: **108 cm**
Prof.: **66 cm**
Alto: **260 cm**
Peso: **450 kg**

PREMOLDEADA 02
Ancho: **126 cm**
Prof.: **75 cm**
Alto: **260 cm**
Peso: **650 kg**

Terminaciones: LADRILLO | TEXTURADA | CEMENTO
Opcionales: TAPAS | PUERTAS | MESADA

ACCESORIOS

PARILLA HIERRO 80 CM

MINI SPIEDO

TENEDOR CON EXPULSE

COMERCIAL DE LA PATAGONIA

CRÉDITOS DIRECTOS | ATENCIÓN PERSONALIZADA

VISA mastercard MAGNA Red compra transbank.

DISTRIBUIDOR EXCLUSIVO PARA PUNTA ARENAS EN ZONA FRANCA
Av. Principal, a pasos de la Costanera • Fonos: 61 221 4119 | 61 221 4111
E-mail: zfranca@comercialpatagonia.cl

gasco MAGALLANES

OFICINAS COMERCIALES Y ATENCIÓN A CLIENTES

> PUNTA ARENAS
O´Higgins Nº 860
Lunes a viernes
8.00 - 13.30 / 15.00 -17.00 h.

> PUERTO NATALES
O´Higgins Nº 1010
Lunes a viernes
08.30 - 12.00 / 14.00 -17.30 h.

> PORVENIR
Padre Mario Zavataro Nº 273
Lunes a viernes
08.00 - 13.15 / 14.00 -17.00 h.

> PUERTO WILLIAMS
Pte. Ibañez Nº 130
Lunes a viernes
08.00 - 12.30 / 14.00 -16.00 h.

FONO EMERGENCIAS
PTA. ARENAS 61 220 8020
PTO. NATALES 61 220 8530
PORVENIR 61 220 8540
ATENCION CLIENTES 61 220 8000

Año 6 / Nº 82 / Noviembre de 2018.
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 Valentina Concha. **Contenido editorial:** Confin Producciones • **Fotografías:** Istockphoto, Gonzalo Espina. Impreso en RR Donnelley, que sólo actúa como impresor.

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

[EDITORIAL]

Estimados Clientes

En nuestro número de noviembre de la revista Cuenta Conmigo hemos querido destacar la trayectoria de Susana Suarez García, distinguida como Ciudadana Ilustre 2018 por su larga trayectoria como voluntaria de la Cruz Roja, institución a través de la cual ayudó solidariamente a cientos de personas necesitadas. Esta profesora normalista de 93 años es una testigo de la historia de Magallanes cuyo relato ha plasmado en un libro de memorias que en la actualidad sigue escribiendo. Hemos querido destacar no sólo su vocación por asistir a los enfermos, sino que además su abnegada dedicación por más de sesenta años a la causa de la Cruz Roja, en donde, a pesar de su avanzada edad, sigue aportando activamente. Un ejemplo de tesón y perseverancia.

También queremos destacar la realización de la Fiesta de la Ciencia organizada por Explora Conycit, actividad que reunió al mundo público y privado en la plaza Muñoz Gamero de Punta Arenas, con el propósito de acercar la ciencia a los escolares y la comunidad en general, en donde Gasco Magallanes participó activamente con un estand.

Otra actividad que congregó las voluntades de todos los sectores fue la jornada de limpieza de playas liderada por la Directemar, en la que también participamos porque estamos convencidos que la sociedad se debe comprometer activamente con el cuidado del medio ambiente, con especial atención en los lugares que, cuando el clima lo permite, realizamos actividades de esparcimiento con nuestras familias.

Que disfruten este número

Sergio Huepe
Gerente Negocio
Magallanes

> Contra la violencia

El 25 de noviembre se conmemora el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra la Mujer luego que, en 1999, Naciones Unidas confirmara la necesidad de generar conciencia permanente en todos los países del mundo sobre la violencia en contra de la mujer. La fecha recuerda a las hermanas Mirabal, tres activistas políticas y sociales de República Dominicana, asesinadas el 25 de noviembre de 1960 por la dictadura del General Trujillo. En Chile, cada año, cerca de 40 mujeres son las víctimas de esta forma extrema de violencia.

Gabriel de Castilla

Al navegante y explorador español Gabriel de Castilla se le atribuye el primer avistamiento de la Antártica, a comienzos del siglo XVII, azaña que entonces pasó inadvertida. De Castilla zarpó desde Valparaíso en 1603 al mando de tres embarcaciones en una expedición encomendada por su primo hermano el virrey del Perú para reprimir las incursiones de corsarios holandeses al sur de Chile. Las coordenadas de sus descubrimientos indican que reconoció a las islas Shetland del Sur en la parte septentrional de la Península Antártica y es muy probable que hubiese llegado también a las islas Melchior. La base antártica española en la isla Decepción lleva su nombre. Gabriel de Castilla nació en Palencia, España, en 1577 y se estima que falleció en Lima en 1620.

138 arribos de cruceros
se esperan para la temporada de verano en Punta Arenas

(Fuente: EPA Austral)

> Gabriela Mistral vuelve a Punta Arenas

"Una Gran Gabriela" es el nombre del montaje teatral que recorrerá desde el Centro Cultural de Punta Arenas hasta el Liceo Sara Braun, compuesta por una marioneta de más de tres metros con la imagen de una anciana Gabriela Mistral la que transitará por las calles de Punta Arenas el 24 y 25 de noviembre, además del 1 y 2 de diciembre. A 100 años de su paso por Magallanes, el montaje, protagonizado por un elenco ciudadano de más de 40 personas, recorrerá desde el Centro Cultural de Punta Arenas, cruzando la avenida Costanera, hasta el Liceo ubicado en Avenida Colón. Las jornadas comenzarán a las 17 horas en la explanada del Centro Cultural, ubicado en Av. 21 de mayo 2421.

> Encuentro musical

El "III Encuentro de Orquestas y Coros", se llevará a cabo el miércoles 21 de noviembre a las 20:00 horas en el Aula Magna del Liceo Experimental, ubicado en Angamos N°17 y contará con la participación de orquestas y coros de diferentes estamentos, además de la participación de la Orquesta Infantil de la Escuela Bernardo O'Higgins de Puerto Natales. La actividad es organizada por la Fundación Enrique Lizondo Calvo y la entrada es liberada.

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

"SIEMPRE TRATÉ DE SER CONCILIADORA"

Aunque no se lo esperaba, igualmente lo agradece de corazón. Es la Ciudadana Ilustre 2018, voluntaria de la Cruz Roja por más de sesenta años en los que incansablemente socorrió a los más necesitados. Esta es la historia de Susana Suarez de Doberti.

"Me sorprendí, me emocioné y me alegré", con esas palabras describe la reacción que tuvo Susana Suarez de Doberti cuando fue reconocida como Ciudadana Ilustre de Magallanes del presente año por su destacada y extensa trayectoria como voluntaria de la Cruz Roja institución desde la cual ayudó y consoló a cientos de personas. Esta profesora normalista, madre de cuatro hijos, abuela de trece nietos (dos fallecidos) y ocho bisnietos, viuda del ganadero, comerciante y piloto civil, Tomás Doberti, nació en Punta Arenas en 1925. Es hija de Leonides García y Celestino Suarez, administrador de estancia español. Susana recuerda que por la actividad laboral de su progenitor vivió junto a su familia en isla Picton hasta los ocho años "entre lobos marinos y los yaganes."

"En isla Picton, en esos tiempos, había una estancia, había vacunos, pero pocos ovinos porque la isla es muy rocosa, y a mi papá lo habían contratado como administrador en esa isla", recuerda con toda claridad a sus 93 años. A los ocho años, en 1933, migra a Punta Arenas en donde estudia hasta "primero humanidades" en el Liceo de Niñas para luego, con sólo 15 años, se traslada a Ancud en donde ingresa a la Es-

> Más alegrías que penas, y las penas llevarlas como vienen no más, yo creo que hay que aceptar lo que le toca a uno con entereza.

cuela Normal recibiéndose como profesora normalista. En la capital de Chiloé, a los 18 años, Susana Suárez fue reina de belleza. "En la Escuela Normal de Ancud fui Reina de la Primavera del estudiantado, en el año 1945", la que calificó como "una linda experiencia, a esa edad esas cosas son inolvidables, uno nunca se lo espera, estoy muy orgullosa de que me hayan elegido, porque yo no era oriunda de ahí".

Al regresar a Magallanes ejerció la docencia en Porvenir por tres años. Luego, "en aras del amor" se retiró de la pedagogía quedándose en la isla ya que se casó con Tomás Doberti, ganadero, comerciante y piloto civil quien la cortejó desplegando su avión sobre el colegio donde impartía clases.

En 2018, Susana Suarez cumplió 60 años como activa socia voluntaria de la Cruz Roja y como una destacada integrante del comité de damas de la Sociedad Española y, hace seis años, como integrante del grupo Plumas Literarias, "porque a mí me encanta escribir". De hecho, su pasión por las letras la motivó a escribir en 2008 "Fragmentos de mi Vida" una obra autobiográfica la que abordó en ese año "porque pensé que no iba a vivir más", confiesa con una sonrisa cómplice diez años después.

"Incluso ahí me despedí, en la última parte me despido, me despido de los nietos, de los bisnietos, porque yo tengo 13 nietos (dos fallecidos) y tengo 8 bisnietos. Así es que yo escribí todo esto de mi vida, pero cuando vi que seguía viviendo empecé a escribir otra vez la continuación, de los viajes que realicé con mis amigas, de las cosas que me van sucediendo a diario, tanto las penas como las alegrías."

-¿Más alegrías que penas?

"En realidad sí, más alegrías que penas, y las penas llevarlas como vienen no más, yo creo que hay que aceptar lo que le toca a uno con entereza, con fuerza, guardarla en el corazón no más y después más vale reflejar alegrías que reflejar tristeza."

Su segundo libro autobiográfico los escribe, cómodamente, en su computador el que domina tras hacer un curso. De hecho, también lo utiliza "todos los días" para jugar al truco, naipe y solitario.

-¿Qué ha significado la Cruz Roja para usted?

"Muchísimo, siempre me gustó el sistema de salud, hice todos los cursos que la Cruz Roja tenía, de samaritana y enfermera, me tocó ayudar mucho a las personas vulnerables. Uno realmente conoce la vida tal como es, porque uno a veces se hace otra idea, de que todo es muy maravilloso, pero en realidad hay cosas que no son tan maravillosas y la gente es capaz de vivirlas, de superarlas y de aguantarlas."

Susana cuenta que, al instalarse en Punta Arenas, cuando sus hijos tuvieron edad escolar, "le propuse a mi marido que yo quería mi metro cuadrado", y de esa forma pudo desarrollar sus inquietudes sociales. "Estoy muy agradecida tanto del compañerismo, buenas amigas, gente que hasta hoy día me encuentran, es muy agradable sentir que te agradecen, aunque uno lo hace desinteresadamente, sin esperar ninguna ayuda, por eso para mi este premio fue mucha sorpresa porque todo se hace de corazón, con cariño, pero sin ambición de pedir que me lo reconozcan."

-¿Qué hace falta en Magallanes para ir en ayuda de las personas que tienen necesidad?

"Hoy la gente es más emprendedora, les han ayudado bastante, pero siempre falta. En primer lugar los sueldos habría que subirlos, sobre todo la gente jubilada está muy mal. La parte habitacional yo la encuentro que está bastante buena comparada con la situación de la misma gente en Santiago en donde las casitas son muy endebles. Sobre todo, para la juventud debería haber una casa, más estadios, para que los jóvenes tengan para donde ir para que no estén parados en las esquinas, que los incentiven a hacer deporte."

-¿Cómo le gustaría que la recordaran?

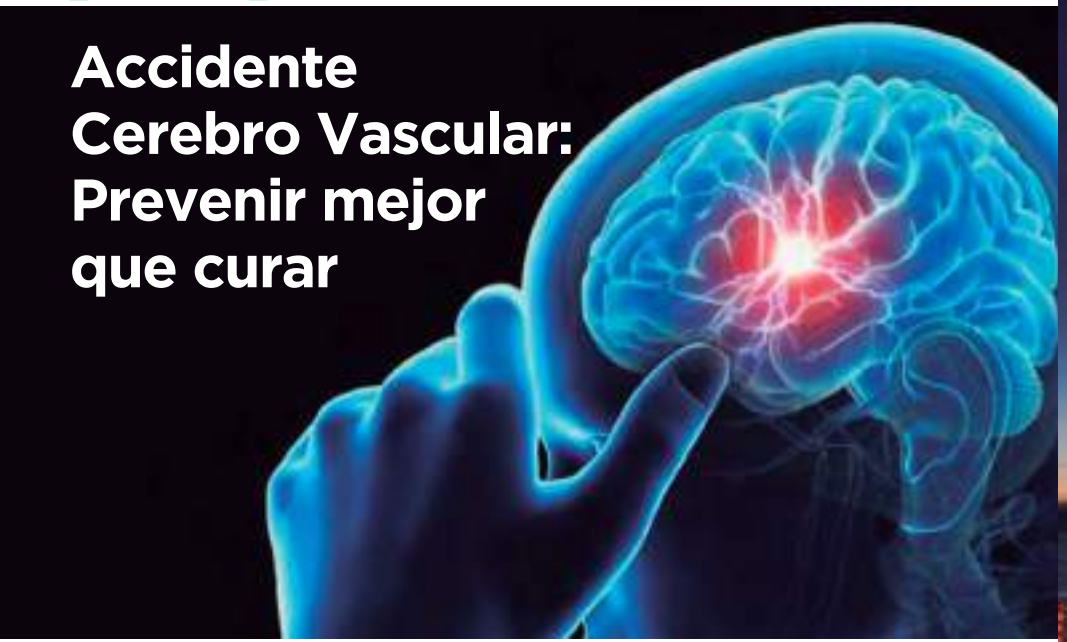
"Me gustaría que me recordaran como una buena persona, traté en lo posible de ayudar a los demás, de comprender a la gente, de entenderla. Siempre traté de ser conciliadora, que ayudé a los demás, que era alegre y muy metedora de pata."

La educación, su familia y la Cruz Roja, son las grandes pasiones de Susana.

BIO

- **Susana Suarez de Doberti**
- **Ciudadana Ilustre 2018**
- **93 años**
- **Profesora normalista**

Accidente Cerebro Vascular: Prevenir mejor que curar



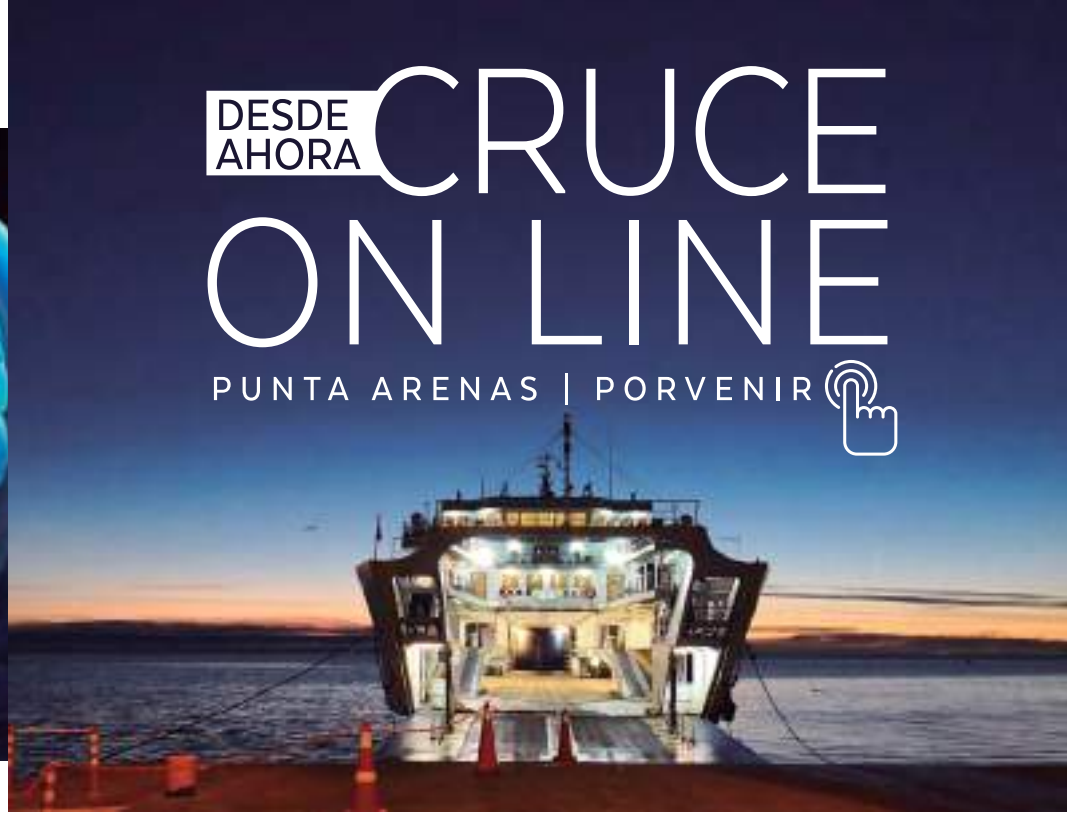
Magallanes tiene un lamentable record al ser la región con mayor prevalencia de Accidente Cerebro Vascular (ACV). El ataque cerebrovascular (ACV) es la principal causa de muerte en Chile, con 9.004 fallecidos el año 2013, lo que corresponde a una persona por hora. La Corporación de Rehabilitación Club de Leones Cruz del Sur cuenta con un completo programa para tratar las secuelas de un episodio como este. Es por eso que ha comenzado una campaña para tomar conciencia respecto de esta enfermedad. Cómo tratar y qué hacer frente a un ACV, así como detectar a tiempo estos eventos pueden marcar la diferencia a la hora de la recuperación.

¿Qué es un ACV?

Es una emergencia médica, que ocurre cuando se interrumpe el suministro de sangre al cerebro o cuando existe un sangrado en el cerebro. Puede ocurrirle a cualquier persona y de un momento a otro, independiente de su edad, sexo o raza. No obstante, existen factores de riesgo que hacen aumentar la probabilidad de padecerlo.

¿Cómo prevenir un ACV?

- Consumir menos sal.
- Bajar la presión arterial, tenerla controlada y bajo tratamiento cuando corresponda.
- Tratar y controlar toda enfermedad cardíaca: arritmias, enfermedad de válvulas o de las arterias coronarias.
- No fumar.
- Moderar el consumo de alcohol.
- Practicar actividad física regularmente (1 hora, 3 veces por semana).
- Bajar la glicemia (azúcar en la sangre), en particular si hay antecedentes familiares de diabetes.
- Bajar el colesterol.
- Evitar el exceso de peso (no usar medicamentos para bajar de peso, ni drogas estimulantes).



Compra en línea tus pasajes hasta 3 horas antes del zarpe y asegura tu cruce.

Preséntate directamente en el Terminal con tu tarjeta de embarque (imprime 2 copias) y tu documento de identidad, 1 hora antes del zarpe.

Si compras en línea pasaje para vehículo, presenta el padrón al momento de embarcar.

TRANSBORDADORA AUSTRAL BROOM S.A.
LIDER EN CONECTIVIDAD

TAMBIÉN COMPRA PRESENCIAL

Punta Arenas
·Juan Williams 06450 | Tel: +56 **61 272 8100**
·Terminal Tres Puentes
Porvenir
·Manuel Señoret 831 | Tel: +56 **9 3268 7405**
·Terminal Bahía Chilota

www.tabsa.cl
TABSA @_tabsa @_tabsa

Monte Tarn

El fotógrafo y excursionista Franklin Pardón es de los pocos magallánicos que han ascendido al monte Tarn cuya cumbre se eleva a los 850 metros y que se encuentra en las cercanías del faro San Isidro.
Para quienes deseen intentar subirlo, la primera recomendación es dar aviso en el retén de Carabineros de Agua Fresca sobre los horarios y ruta que tomarán.

El ascenso comienza a 500 metros finalizado el pavimento de la ruta 9 sur, tras lo cual deben tomarse una serie de senderos por una zona de turba. Luego se cruza un bosque y al terminar nuevamente turba llegando al "campamento base" a 600 metros de altura. Luego hay que dirigirse a un callejón para enfilar a la cumbre en una travesía que demora entre 4 a 5 horas.

RECOMENDACIONES

- Ir con un guía que conozca la zona
- Empezar el ascenso temprano
- Usar ropa de nieve
- Llevar bastones y raciones de marcha

Maravillosos paisajes se pueden observar tanto desde la cima, como en el trayecto a ella.

Fotografías: Franklin Pardon

Pablo Oyarzún:

“Queremos que participe toda la familia en el deporte”

Se acercan los 500 años del descubrimiento del Estrecho de Magallanes y la rama femenina de basquetbol del Club Español quiere celebrar en grande. Es por ello que para finales de noviembre y los primeros días de diciembre organizaron un campeonato internacional de baloncesto en el que participaran 250 jugadoras repartidas en 20 equipos de categorías sub 13, sub 15, sub 18 y serie de honor (adultos).

El Director de la rama femenina de basquetbol del Club Deportivo Español, Pablo Oyarzún, explicó a Cuenta Conmigo que esta iniciativa se espera repetir hasta el 2020 cuando se cumplan los cinco siglos de la gesta de Hernando de Magallanes.

“La idea es hacer este campeonato tres años seguidos y hacer una megafiesta del deporte apoyando la actividad de la Sociedad Española, al club deportivo y alguna otra actividad que tenga el gobierno de turno”, explicó el directivo quien es ingeniero comercial, ex Director General de Juaneb y ex jugador de basquetbol del Español. El campeonato, en el que participarán las bicampeonas nacionales sub 15 del Club Español se desarrollará el 30 de noviembre, el 1 y 2 de diciembre en Punta Arenas en cuatro categorías de sub 13, sub 15, sub 18 y serie de honor. El certamen, que implica un gran esfuerzo de organización y que cuenta con el auspicio de Gasco Magallanes, fue bautizado como “497 años camino al descubrimiento del Estrecho.”

“La importancia del deporte en la región, es necesario que esté vinculado a la familia y a los hijos. Un niño en forma independiente no puede tener resultados si no es acompañado por los padres. Queremos que participe toda la familia en el deporte”, expresó el dirigente deportivo finalmente.

CUÁNDO LLAMAR A LLAE

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

LLAME ANTES DE EXCAVAR

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 PUBLICA
(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

CAMARA CHILENA DE LA CONSTRUCCION · SEC · Gasco MAGALLANES

Salmón con salsa margarita

Con una oferta gastronómica que ha ido creciendo con el correr de los años, Porvenir ha seguido la tendencia turística de la región. Es así como el restaurante Anclamar ubicado en la calle Manuel Señoret 440 ofrece una variada carta de exquisitos platos locales, tales como el tradicional y apetecido salmón con salsa margarita cuya receta compartieron con Cuenta Conmigo.

PREPARACIÓN

Salmón: *calentamos la plancha a fuego medio, ponemos el salmón con sal a gusto y un poco de aceite. Cocinamos el salmón por 12 a 15 minutos.*

Salsa: *ponemos en una cacerola la mantequilla con el ajo hasta derretir la mantequilla, luego agregamos los ostiones, camarones y anillo de calamar y el vino. Cocinamos bien los mariscos y agregamos la salsa bechamel, agregamos la sal y revolvemos a fuego medio y agregamos la centolla y cilantro.*

INGREDIENTES

- 1 trozo de filete de salmón (325 grs. app)
- 4 unidades Ostiones
- 8 unidades Camarón
- 5 unidades Anillos de calamar
- 3 patas de Centolla
- 150 grs salsa bechamel
- Cilantro
- Mantequilla
- Ajo, Sal
- Vino blanco

Restaurante"Anclamar"
Manuel Señoret Nº440
Porvenir

Consejos para madres estresadas

El estrés en sí mismo no es negativo. Los expertos en la materia aseguran que lo importante es tener un nivel óptimo de estrés que nos dinamice. Por norma general, los padres implicados en la educación de sus hijos tienen la sensación de que el día no tiene horas suficientes, que siempre se está corriendo para llegar siempre tarde y que en la práctica es muy difícil llegar a conciliar saludablemente, familia y trabajo. Los niños tienen una enorme capacidad para captar el estado anímico de sus padres, por lo tanto, es aconsejable tener presente algunas pautas de comportamiento que hagan más fácil la relación con sus hijos, entre las que se pueden destacar: Que los padres se adapten a los horarios y ritmos propios del niño. Gestionar óptimamente el tiempo que pasan juntos, haciendo que sea un tiempo de calidad. Que los padres reconozcan los momentos duros por los que pueden estar pasando los niños e interiorizar que son parte de su propio desarrollo. El hecho de buscar ciertas comodidades (médico y colegio cercanos al domicilio, por ejemplo) dejarán más tiempo disponible para estar con los hijos y disfrutar de su proceso de crecimiento físico, intelectual y social.

USO SEGURO Y EFICIENTE DE LA ENERGÍA

Mantén tus artefactos en **buen estado**

- Si una llama de gas tiene puntas amarillas, tu artefacto no funciona bien. Hazlo revisar.
- Una mantención periódica de tus artefactos a gas, te asegurará su buen funcionamiento.

gasco
MAGALLANES

Para mujeres bajas

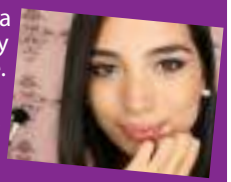
El consejo principal de moda para las chicas bajitas es que tengan confianza y se muestren con la frente bien en alto. Por otro lado, si quieren crear la ilusión de que tienen una altura adicional les sugerimos: Utiliza colores monocromáticos ya que el uso de un sólo color de pies a cabeza puede ayudarte a crear una silueta alargada. Usa zapatos de tacones para "ganar" unos centímetros. Usa pantalones de talle alto los que ayudan a que la cintura luzca más alta y "aparecen" unas piernas más altas. No tengas miedo de los maxis: Las faldas plisadas tienen una tendencia a "ocultar" que se trata de algo maxi. Utiliza elegantes faldas o vestidos de estilo recto y otras más cortas. Las minifaldas y los vestidos son fantásticos si tienes unas piernas hechas para ellos. Una combinación correcta entre zapatos, vestidos o faldas pueden ayudarte a crear una apariencia de piernas largas y delgadas.

Youtubers más populares

Según el portal marketing4ecommerce.cl las tres youtubers chilenas más populares son:

1.- Lenay
Cantante norteamericana, novia del youtuber chileno German Garmendia. Tiene 5.656.879 de suscriptores.

2.- Claudia Piaachic
Chilena dedicada a la moda y maquillaje. Tiene 2.226.121 suscriptores.



3.- Llonquen
Realiza videos musicales. Su canal cuenta con 1.828.022 suscriptores.

La mejor forma de preparar infusiones

Es crucial seguir ciertas pautas para obtener una infusión aromática y, sobre todo, que conserve todas las propiedades de las plantas que la constituyen. Como regla general se debe de utilizar la cantidad de producto por taza señalado en las indicaciones del mismo (generalmente una cucharada pequeña colmada por taza). Si se quiere preparar una tetera, hay que tener en cuenta adaptar la cantidad de acuerdo con el volumen de agua que vamos a utilizar. Calentar el agua hasta que llegue al punto de ebullición. No dejar que siga hirviendo. Verter el agua en un recipiente (tetera o taza) y añadir el producto. Tapar la infusión. para que no se evapore ni los aceites esenciales ni los principios activos de las plantas que la componen. Dejar reposar. Las infusiones de plantas medicinales precisan generalmente entre 8 y 12 minutos de reposo. Retirar el filtro/infusor con las plantas o colar. Se aconseja evitar endulzar la infusión. Si no puedes prescindir de ello, opta preferiblemente por el uso de edulcorantes naturales, tales como el azúcar moreno o la miel.

LA INTOXICACIÓN CON
MONÓXIDO
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**.

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

gasco
MAGALLANES

Fiesta de la Ciencia 2018

El 12 de octubre, en la plaza Muñoz Gamero de Punta Arenas, Gasco Magallanes participó en la Fiesta de la Ciencia organizada por PAR Explora de CONICYT la que este año se orientó a la temática de "Los ¿Por qué?" en el marco de la Semana Nacional de la Ciencia y la Tecnología. En la ocasión Gasco montó un estand en el que se explicaban "Los ¿Por qué?" del gas. La actividad, que tiene como objetivo acercar la ciencia a los estudiantes y la comunidad, logró colmar de conocimientos a más de 2 mil asistentes de diversos colegios, jardines y transeúntes. Fueron más de 23 instituciones ligadas a la ciencia y tecnología que expusieron sobre diversas temáticas científicas a través de sus estands.

Día Mundial de Limpieza de Playas

El 28 de septiembre se celebró el Día Mundial de Limpieza de Playas con una jornada de aseo en la avenida Costanera de Punta Arenas. La organización estuvo a cargo de la Dirección General del Territorio Marítimo (Directemar) de la Armada junto con la colaboración de diversos organismos públicos y de un total de doce empresas entre las que se destacó Gasco Magallanes aportando con diversos útiles para el desarrollo de la actividad en la que se recolectaron 12,5 toneladas de basura. La iniciativa congregó a más de 500 personas, entre estudiantes y adultos. Entre los establecimientos educacionales destacaron: Colegio Miguel de Cervantes, Colegio Alemán, Escuela Villa Las Nieves y Liceo Sara Braun.

RATA
NACIDOS EN: 1900, 1912, 1924, 1936, 1948, 1960, 1972, 1984 y 1996.

Las relaciones personales cercanas florecen con los intereses compartidos este mes. Planea algo divertido. Las situaciones son impredecibles.

BUEY
NACIDOS EN: 1901, 1913, 1925, 1937, 1949, 1961, 1973, 1985 y 1997.

Es un mes estelar, querido Buey. Tú y otros cercanos a ti disfrutan de la compañía mutua. Este también es un momento oportuno para reparar relaciones.

TIGRE
NACIDOS EN: 1902, 1914, 1926, 1938, 1950, 1962, 1974, 1986 y 1998.

Tienes que buscar pequeños indicios y pistas sutiles sobre cómo se siente la gente en tus relaciones personales cercanas. Algunas personas ocultan sus sentimientos bien en lo profundo.

CONEJO
NACIDOS EN: 1903, 1915, 1927, 1939, 1951, 1963, 1975, 1987 y 1999.

Confronta y resuelve de forma rápida los problemas en tus relaciones cercanas. Haces las cosas bien al prevenir futuras confrontaciones cuando corriges lo que está incorrecto.

DRAGON
NACIDOS EN: 1904, 1916, 1928, 1940, 1952, 1964, 1976, 1988 y 2000.

Sé flexible y disfruta de acontecimientos impredecibles con aquellos cercanos a ti. Las cosas no se están cayendo a pedazos, simplemente son más interesantes.

SERPIENTE
NACIDOS EN: 1905, 1917, 1929, 1941, 1953, 1965, 1977, 1989 y 2001.

"Sé lo que estás pensando." No, no lo sabes hasta que preguntas. Solo en ese momento puedes realmente comunicarte en tus relaciones personales cercanas.

CABALLO
NACIDOS EN:1906, 1918, 1930, 1942, 1954, 1966, 1978, 1990 y 2002.

Reemplaza la impaciencia y temperamento con concentración y reflexión. Apoya a aquellos que te necesitan ahora. Haz preguntas. Ábrete a las emociones y pensamientos lo más que puedas.

CABRA
NACIDOS EN: 1907, 1919, 1931, 1943, 1955, 1967, 1979, 1991 y 2003.

Las relaciones personales cercanas ahora necesitan saber escuchar, cuando a alguien podría servirle todo el conocimiento que tú adquiriste a través de la experiencia.

MONO
NACIDOS EN: 1908, 1920, 1932, 1944, 1956, 1968, 1980, 1992 y 2004.

Es un mes estelar para tus relaciones personales. Esto aplica en particular cuando se trata de reuniones. Es momento de volver a reunir gente después de estar lejos.

GALLO
NACIDOS EN: 1909, 1921, 1933, 1945, 1957, 1969, 1981 y 1993.

Podría haber un punto crucial en tus relaciones personales cercanas durante un mes auspicioso. Ocurrió un cambio muy significativo, y tal vez nadie se dio cuenta, pero tú y/o los demás ahora no pueden evitar verlo.

PERRO
NACIDOS EN: 1910, 1922, 1934, 1946, 1958, 1970, 1982 y 1994.

Decir solo lo que es necesario pone una barrera que los demás sienten que no pueden atravesar. El mejor enfoque es tener una conversación cara a cara con cada una de tus relaciones personales cercanas.

JABALI
NACIDOS EN: 1911, 1923, 1935, 1947, 1959, 1971, 1983 y 1995.

Replantéate algunos problemas, quizás aquel asunto que no quieres abordar porque ya has enfrentado el drama antes, y que ahora requiere decisiones que no puedes demorarte en tomar. Aclara las cosas.

ROCA N°935, PUNTA ARENAS

FRANCESCO
PIZZERIA

50% DESCUENTO en PIZZAS

CUPÓN VÁLIDO SOLO PARA DÍAS MARTES
Este cupón no es acumulable, válido por todo el año 2019

Visítanos FRANCESCO PIZZERIA FRANCESCOPIZZERIA

LOsse
CONSTRUCTORA

PROYECTOS LLAVE EN MANO
DISEÑOS PERSONALIZADOS
EMPRESA MAGALLÁNICA

QUINCHOS

MARDONES 02049
612741644 / 612214578
ventas@losse.cl
WWW.LOSSE.CL

Asado al Palo
EN TU PATIO

- Asador móvil trasladable.
- Ladrillos refractarios
- Medida 75x90x30 cm
- Pintura de alta temperatura.
- Lanza de 1.10 mt de 3 posiciones.

HUINCA

COMERCIAL DE LA PATAGONIA

DISTRIBUIDOR EXCLUSIVO PARA PUNTA ARENAS EN ZONA FRANCA
Av. Principal, a pasos de la Costanera
Fonos: 61 221 4119 | 61 221 4111
E-mail: zfranca@comercialpatagonia.cl

PUBLIQUE AQUI!

- Más de 57.000 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

COCINAS MAGALLANICAS

- FOGONES A LEÑA
- ENCIMERAS A GAS
- ACCESORIOS

FERRETERIA SAN MARCOS
Zenteno 115 - Punta Arenas
sanmarcos.compras@gmail.com
61 221 6695

EMERGENCIAS Y MANTENCIONES

CLÍNICA DEL HOGAR
Mantenimientos y Construcciones

INSTALADORES AUTORIZADOS
SEC
SUPERINTENDENCIA DE ELECTRICIDAD Y COMBUSTIBLES

- GAS
- ELECTRICIDAD
- AGUA

24 HRS
FONO EMERGENCIAS
+56 9 9830 3100

clinicadelhogar@hotmail.com
+56 9 9830 3100

CEMENTO COMODORO
35 AÑOS EN LA REGIÓN

COMODORO
CEMENTO

NUEVO SACO DE 25 KG

LA MITAD DE PESO
EL DOBLE DE
SEGURIDAD

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

DISTRIBUIDOR EXCLUSIVO EN ZONA FRANCA

NUEVO SACO | PALLETS DE 80 SACOS | CALIDAD Y CONFIANZA

Los mejores amigos

Úsalos siempre juntos

Para evitar quemaduras:
- Guarde el agua caliente en un termo.
- Deje siempre el hervidor vacío.
- Mantenga el termo fuera del alcance de los niños.

COANIQUEM

SCANNER SUR

IMAGENES DIGITALES

La **Superintendencia de Salud** certifica la calidad y seguridad de los procesos de atención. **Exija este sello** en la toma de sus exámenes.

CLINICA MAGALLANES | AV. BULNES 01448

61 221 9299 | 61 223 2573

CONVENIOS CON FONASA, ISAPRES, MUTUALES Y FF.AA.

www.scannersur.cl