

CUENTA CONMIIGO

SALUD

> **CÁNCER DE
PRÓSTATA**

DEPORTES

> **MARGARITA
SEPÚLVEDA**

COLECCIONISTAS

> **RODRIGO
OLIVARES**

LUIS

EMPRESARIO Y PILOTO DE RALLY

MLADINIC

ACTUALIZAMOS NUESTRA APP TABSA

- ✓ Compra pasajes para todos nuestros servicios
- ✓ Regístrate y accede a los beneficios para residentes en Tierra del Fuego y Navarino*
- ✓ Obtén tu tarjeta de embarque digital
- ✓ Recibe información actualizada de cada cruce y avisos de contingencias



DESCARGA TU APP AQUÍ



TABSA

* Compra de pasajes y beneficios a P. Williams, disponibles a contar del 1 de septiembre.



OFICINAS COMERCIALES
Y ATENCIÓN A CLIENTES

> PUNTA ARENAS

O'Higgins Nº 860
Lunes a jueves
08.15 - 13.30 / 15.00 - 17.00 h.
Viernes
08.15 - 13.00 / 14.30 - 16.00 h.

> PUERTO NATALES

O'Higgins Nº 1010
Lunes a viernes
8.15 - 12.00 / 14.00 - 17.00 h.

> PORVENIR

Padre Mario Zavataro Nº 273
Lunes a viernes
08.15 - 13.00 / 14.30 - 17.00 h.

> PUERTO WILLIAMS

Centro Comercial 154 sur.
Lunes a viernes
08.00 - 13.00 h.

FONO EMERGENCIAS

PTA. ARENAS 61 220 8020

PTO. NATALES 61 220 8530

PORVENIR 61 220 8540

ATENCIÓN
CLIENTES 61 220 8000

Año 13 / Nº 131 / Agosto de 2024.
Es una publicación editada y de
distribución gratuita de GASCO
Magallanes para sus clientes.

Director general: Sergio Huepe.
Comité editorial: Gonzalo Herrera,
Valentina Concha, Claudio Villegas,
Rodrigo Mimica y Gonzalo Espina.

Contenido editorial: Confin
Producciones • **Fotografías:** Istockphoto,
Gonzalo Espina. Impreso en Gráfica
Quilicura, que sólo actúa como impresor.

¿QUIERE PUBLICIDAD
CON NOSOTROS?
CONTACTENOS

Rodrigo Mimica | Cel. 993194481
E-mail: rmimica@yahoo.com

[EDITORIAL]

Estimados Clientes

En agosto se disputará la 50 versión del Gran Premio de la Hermandad (GPH), tradicional rally patagónico que une a los pueblos de Chile y Argentina. Con el propósito de honrar a quienes, en 1974, dieron vida a esta competencia y a todos quienes han mantenido en el tiempo viva la llama del deporte tuerca, hemos dedicado nuestra nota principal a uno de los cinco chilenos que han triunfado en el GPH, Luis Mladinic León, quien, siguiendo la tradición familiar, abrazó este deporte, alcanzando el podio del rally binacional en 2013 junto a su navegante, Francisco Cárdenas. También hemos querido destacar el desarrollo y masiva participación de las actividades de las Invernadas 2024, organizadas por la Ilustre Municipalidad de Punta Arenas, algunas de las cuales se desarrollaron en el marco de condiciones climáticas extremas. Asimismo, GASCO Magallanes, nuevamente, brindó un decidido respaldo al Chapuzón Austral realizado en Puerto Williams, actividad que pone de relieve al canal Beagle en la ruta turística de la Patagona chilena.

Finalmente, mediante nuestra tradicional Campaña de Uso Seguro y Eficiente de la Energía, GASCO Magallanes desarrolló una serie de acciones tendientes a fortalecer las conductas preventivas en la utilización de artefactos a gas natural y gas licuado, las que deben ser revisadas periódicamente para evitar accidentes.

Que disfruten de este número

Sergio Huepe
Gerente Negocio
Magallanes





> Día de Profesor Normalista

El día del Profesor Normalista en Chile es una efeméride que rememora la labor de estos docentes. Se celebra el 26 de agosto, fecha que coincide con la promulgación de la Ley de Instrucción Primaria Obligatoria (Ley N.º 3.654) en 1920. Esta celebración fue establecida durante el gobierno del presidente Ricardo Lagos en 2005. Bajo la presidencia de Arturo Alessandri Palma y tras 18 años de discusión sobre la obligatoriedad de la educación primaria, se aprobó la Ley de Educación Primaria Obligatoria, basada en el ideario de Manuel Montt que velaba por el cumplimiento de la normativa en la búsqueda de garantizar un acceso gratuito a instituciones educativas de todos los niños del país sin distinción de ingresos económicos o condiciones sociales.

-12,9°
Celsius

Fue la temperatura mínima que marcó el 22 de junio en Punta Arenas, la más baja desde que existe registro.

Fuente:
Laboratorio de
Climatología
del Instituto de
la Patagonia.



Nestor Ríos Cardoza

Con una dinámica gestión el actual Director del Liceo Polivalente Sara Braun, junto a su equipo, logró frenar la migración de alumnos desde la educación pública a la subvencionada. Ha sido un arduo camino, que asumió en abril de 2018, en el que el natalino Néstor Ríos Cardoza, Profesor de Inglés, ha logrado plasmar un nuevo proyecto educativo en el que combinan la conexión con los desafíos del siglo XXI, junto a inversión en infraestructura, y la revalorización del rol docente. “Además, es esencial fomentar una clara adhesión de las familias a la educación pública”, explica este docente de 64 años que estudió en la Universidad Austral de Chile (UACH) y en la Universidad Tecnológica Metropolitana. En Magallanes se ha desempeñado laboralmente en la Escuela F41 de Cerro Sombrero, en el Colegio Británico y en el Instituto de Idiomas del mismo establecimiento. Posteriormente ingresó al Colegio Punta Arenas y, paralelamente, se desempeñó como docente en Inacap y la Universidad Tecnológica. “En los años 2015 y 2016 fui parte del equipo docente del Instituto Sagrada Familia ingresando nuevamente a la educación pública el 2017, al liceo María Behety”, recuerda.

> Eventos culturales de las Invernadas

Del 8 al 11 de agosto se realizará el XI Encuentro Internacional de Acordeonistas “Ramón Bahamonde”. El evento comprende seis presentaciones en vivo las que se inician con el Concierto Vive Acordeón el jueves 8 a las 20 horas en la Catedral de Punta Arenas. El viernes 9 a las 15 horas en el Auditorio de la Umag se realizará el Concierto Didáctico y a las 19 horas en el Teatro Municipal la Gala de Acordeonistas. Luego, el sábado 10 de agosto a las 15 horas, en el Teatro Municipal, se realizará una exposición de acordeones y a las 19 horas una Gala de Acordeonistas con diversos estilos. Finalmente, el domingo 11 de agosto a las 15 horas una Intervención Urbana en la Zona Franca. Igualmente, entre el 30 y 31 de agosto se realizará el XXXV Encuentro del Folclore de Chiloé Patagónico “Adolfo Nancuante”. El evento, que es organizado por el Grupo de Danzas de Chiloé Llauken, se desarrollará en el gimnasio de la Escuela Hernando de Magallanes. La entrada tendrá un costo de \$2.000



TRANSCARGO
CHILE

Casa Matriz:
Av. Los Flamencos 0722
61 2214592; 61 2214303
Whatsapp: +56 958494471
Punta Arenas

Sucursal:
Sepúlveda Leyton 3128
226836782; 998095469
Whatsapp: +56 998095469
Santiago Centro

Facilitamos envíos a:

- Puerto Natales
- Porvenir
- Puerto Williams

- Mudanzas
- Envíos paquetería
- Retiro de cargas en Santiago
- Reparto Gratis en zona urbana



www.transcargochile.cl

“Elvis Presley vino a cambiar toda una generación”



El suboficial de la Armada y enfermero naval, Rodrigo Olivares Fuenzalida no oculta su fanatismo por la vida y obra del Rey del Rock and Roll, Elvis Presley, artista multifacético norteamericano que “vino a cambiar toda una generación”, asegura este también ávido coleccionista de todo lo relacionado con el mundialmente famoso intérprete nacido el 8 de enero de 1935 en la ciudad de Memphis, Estados Unidos. Olivares cuenta en la actualidad con una colección

de 500 piezas relacionadas con Presley, desde discos de vinilo, trajes, figuras, cinturones, películas, joyas, juguetes y libros, entre otros. Ha realizado una intensa búsqueda, desde 2008, que incluye el mundo de internet, pero también una visita presencial a Graceland en 2023, la residencia y lugar de culto de Elvis Presley en su país natal. Este fanático confiesa, a sus 49 años, que está conectado con la música del Rey del Rock desde su infancia. “Al ver sus conciertos, su puesta en escena me fascinó.

Su música también me conecta con la infancia, es como la banda sonora que tiene mi vida”.

Dentro de las piezas más preciadas de la colección de Rodrigo, se encuentra un auto en miniatura de la serie de dibujos animados Cars, que se diseñó como tributo a Elvis. Sin embargo, reconoce que son los trajes (réplicas) del intérprete los que tiene un mayor valor monetario. “Un traje de Elvis puede costar hasta un millón de pesos”, explica este coleccionista que tam-

bién realiza presentaciones tributo al cantante norteamericano en las que se caracteriza desde el peinado, trajes, cinturones, joyas y los míticos movimientos y bailes del Rey. “Todos los días escucho música de Elvis o algún artista relacionado como Frank Sinatra, Dean Martin y Tom Jones. Elvis tenía la gran capacidad de pasearse en distintos estilos como el góspel, blues, rock and roll y baladas. Él vino a cambiar el modo de vestir, de bailar, fue como una liberación”. ©

“SERÍA FANTÁSTICO QUE SE TELEVISARA EL GRAN PREMIO DE LA HERMANDAD”

Al cumplirse 50 años del Gran Premio de La Hermandad, Cuenta Conmigo quiso conocer la experiencia de uno de sus protagonistas. Luis Mladinic ganó la competencia junto a Francisco Cárdenas en 2013, convirtiéndose en uno de los cinco pilotos chilenos que se han coronado campeones en una competencia en donde, tradicionalmente, se han impuesto los deportistas argentinos.

“De los 50 Gran Premio de la Hermandad he ido a 30 o 35 versiones”. De esta forma, el empresario y piloto, Luis Mladinic León confirma su pasión por el mundo tuerca y, en especial, por este tradicional rally que comenzó como una iniciativa de un grupo de amigos chilenos y argentinos. La primera edición se disputó entre el 17 y el 18 de agosto de 1974, largando desde Porvenir, a las 7 de la mañana. Veinte valientes corredores iniciaron esta aventura por cami-

nos de ripio y con máquinas preparadas a pulmón.

Mladinic ha estado ligado al automovilismo toda su vida, en especial gracias a la pasión por este deporte de su tío Lalo Mladinic. En 2001, Luis dio sus primeros pasos en las carreras de Cabo Negro en la monomarca Chevet para luego incursionar en competencias en Argentina. En 2007 corre su primer rally, en la categoría de 2.000 cc, junto a su hermano Jorge, obteniendo el primer lugar en la competencia que comprendía



[LUIS MLADINIC]

un recorrido entre Punta Prat y la Chipera. “Desde los 13 o 14 años he ido a ver el Gran Premio de la Hermandad (GPH) acompañando a mi tío Lalo”, recuerda este piloto que, finalmente, en 2010 participa en su primera competencia binacional con un Nissan Primera en 2.000 cc junto a su navegante y copiloto, Francisco Cárdenas. “Pudimos ganar la segunda etapa de Porvenir a Río Grande, en la primera etapa tuvimos un accidente y estuvimos enterrados un par de horas, pero aun así obtuvimos la cuarta ubicación”, dice con orgullo. Un año crucial en la carrera deportiva de Luis Mladinic es 2013 cuando, haciendo dupla nuevamente con Cárdenas, obtiene el primer lugar en la General del GPH a bor-

do de un Honda Civic de 2.000 cc haciendo un promedio de 170 km/hr de velocidad y alcanzando una máxima de 220 km/hr. De esta forma se convierte en el quinto chileno en ganar esta tradicional competencia junto a Sergio Violic, Iván Cárdenas, Cristóbal Masle y Jacob Masle. Junto con destacar que el GPH sea una carrera de “bandera a bandera” y consultado como enfrenta anímicamente el someterse a altas velocidades en caminos de ripio, Mladinic asegura que “no es que no tengas miedo. En el minuto que dejes de tener miedo pasa a ser más complicado. Tenemos todas las medidas de seguridad necesarias. Jaula, butacas, cinturones, los autos están bien preparados, armados con

lo mejor que uno puede tener para andar a esas velocidades, a esos ritmos de carrera. No puedes dejar de ir atento a lo que vas haciendo”.

También destaca la figura del navegante y copiloto la que califica de “pieza fundamental”. Explica que “debes tener plena confianza en lo que te va diciendo. Si viene un “ciego”, un lomo que no te permite ver lo que viene, si el navegante te dice que el ciego es a fondo, tienes que hacerlo a fondo. Si no le haces caso al navegante lo más probable es que no llegues muy lejos y lo mismo pasa si el navegante se equivoca”.

La historia del GPH

La historia cuenta que, en abril de 1974, el gobernador de Tierral del Fuego, Uros Domic junto al presidente del Club de Volantes de Porvenir, Pedro Vukasovic contactaron al presidente del Automóvil Club de Río Grande, Víctor Donoso, y gestaron la idea. Se eligió una fecha que permitiera homenajear a los Libertadores de ambos países, conmemorando el 17 de agosto el fallecimiento del General José de San Martín, y el 20 de agosto, el natalicio del General Bernardo O'Higgins. Se consideró también que, en esa época del año, comienza a retroceder el invierno y se cuenta con condiciones climáticas y de suelo que varían entre el barro, la nieve y el ripio seco lo que imprime un mayor desafío a los pilotos. Se definió que la pista incluiría tramos de rutas de Argentina y Chile y caminos alternativos poco transitados en un trayecto aproximadamente de 413 km los que separan a Porvenir de Río Grande, estableciéndose que cada año se alternaría la cabecera de la carrera entre estas dos urbes.

La comisión organizadora del certamen

“ En el GPH hay una unión entre pueblos hermanos y que así debería haber sido siempre ”

estuvo a cargo de Chile a través del Club de Volantes de Porvenir, liderado por Antonio Vukasovic, Pedro Rodríguez, José López Cárdenas y Víctor Valenzuela. También formaron parte de esta primera versión Marcos Vukasovic, Félix Miranda, Juan Gross, Guillermo Beros, Jorge Sánchez y Félix España. Los primeros triunfadores del GPH fueron Nicolás “China” Senkovic de Río Grande, en la categoría A, y Goyco Maslov, de Porvenir, en la B, ya que en sus inicios la carrera contaba con dos categorías solamente.

Luis Mladinic asegura que “una de las gracias que tiene el GPH es que es de bandera a bandera, sin tramos entremedio. Son entre 430 a 450 kilómetros. Tienes que reabastecerse de combustible, por un tema de seguridad no partimos con el estanque lleno. La época del año en que se hace es



[LUIS MLADINIC]

➤ *Junto a su tío Lalo y su hijo Lukas, Luis Mladinic participa activamente en el Gran Premio de la Hermandad, formando parte del nutrido grupo de pilotos chilenos y argentinos que, junto a sus familias, dan vida a este tradicional rally de la Patagonia.*



@Sebastian Garay



muy entretenida porque te puede tocar el piso seco, barro, nieve, hielo. No sabes con lo que te vas a encontrar. Vas a una carrera que sabes con que te vas a encontrar el día que largas en la mañana, antes de eso, la verdad, no puedes suponer nada".

Junto con brindarles un sentido reconocimiento a los organizadores a quienes "hay que sacarles el sombrero", Mladinic reconoce que sería "fantástico" que se televisara el GPH. "Hay mucha gente que sigue esta carrera, principalmente por radio, pero en algún momento se hizo, por el lado argentino, se ha hecho el esfuerzo, se ha ido avanzando", destaca. Asimismo, hace hincapié en que "siempre falta apoyo. Es una carrera cara porque la logística es cara. Hay muchos voluntarios y otros servicios contratados como el helicóptero estacionado en caso de accidente. La verdad, hay que sacarles el sombrero a los dirigentes porque no es nada fácil juntar los recursos para poder hacer todo esto", agradece.

Finalmente, este destacado piloto destaca que el GPH sea una competencia binacional. "Uno tiene una amistad con los argentinos que es muy relevante. Uno tiene muchos amigos, en Río Gallegos, en Río Grande, en Ushuaia. En el GPH hay una unión entre pueblos hermanos y que así debería haber sido siempre". ☺

BIO

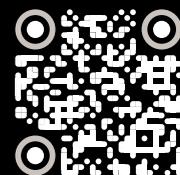
- **Luis Mladinic León**
- **49 años**
- **Empresario**
- **Casado, 2 hijos**



HOTEL MARTIN GUSINDE



**TARIFA ESPECIAL PARA MAGALLÁNICOS
O PARA RESIDENTES EN LA XII REGIÓN**

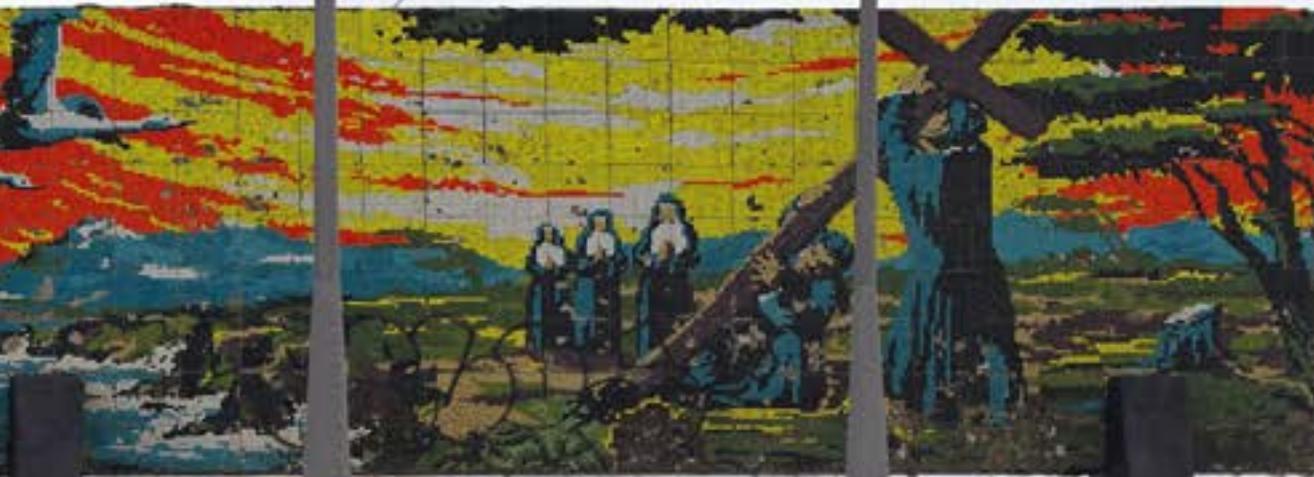


**PUERTO
RESERVA AQUÍ
NATALES**

www.martingusinde.com

CARLOS BORIES 278 | PUERTO NATALES
RESERVAS: +56 61 271 2129 | HOTEL: +56 61 271 2180
EMAIL: RESERVAS@MARTINGUSINDE.COM

Murales de Don Bosco



El Monumento a San Juan Bosco y a Las Tierras Magallánicas, inaugurado el 1 de febrero de 1966, está ubicado en la intersección de avenida Manuel Bulnes y calle Los Flamencos, en Punta Arenas. Está compuesto por una escultura de bronce, confeccionada en Italia por la fundición Bontelli y por un conjunto de murales que representan la trayectoria en Magallanes. Ambos fueron encargados con motivo de los setenta y cinco años de

la llegada de los misioneros salesianos. La escultura representa la labor de educación y evangelización de dicha congregación, promovida por San Juan Bosco. Por ello, en la escultura se aprecia a San Juan Bosco con dos niños, uno con vestimenta occidental y el otro con vestimenta indígena. Los murales están compuestos por dos bloques de cementos rectangulares que dan cuenta de la trayectoria de la región y la labor de los salesianos. ©



La realidad del cáncer de próstata en Chile



En Chile existe una tendencia al alza de casos diagnosticados y en 2022, de acuerdo con datos de Globocan, se llegó a la cifra de 9.678 hombres con esta enfermedad, mientras que en el mundo fueron 1.467.854 casos. Los especialistas recalcan que es muy relevante el diagnóstico precoz porque la etapa temprana es potencialmente curable, con tasas sobre el 90%. Cuando la enfermedad es avanzada en etapas de metástasis, la enfermedad ya no es curable. En general, los datos globales indican que la patología se detecta en etapas más tempranas, pero en Chile las estadísticas son menos favorables.

La mortalidad es un índice que se busca disminuir en Chile, aspecto donde el oncólogo de RedSalud Ernesto Maturana, ve que existe esperanza. "Cada vez hay más terapias y tratamientos que permiten

prolongar la vida de los pacientes y si logramos desarrollar buenos programas de prevención, tamizaje de la enfermedad en etapas tempranas y acceso a tratamientos, probablemente la mortalidad puede ir bajando.

Un tema relevante para detectar alguna anomalía es la realización del antígeno prostático como examen de base, procedimiento simple que considera la extracción de sangre. Teniendo los resultados de este antígeno se determinarán los pasos a seguir, pudiendo continuar con el tacto rectal solamente de ser necesario. Y, por último, como complemento se puede requerir la realización de una resonancia magnética.

"Los hombres en general tienen poca cultura de prevención, no como las mujeres que se hacen su mamografía todos los años. A los hombres les cuesta hacer-



TERMOPANELES VENTANAS PVC

DISEÑAMOS | FABRICAMOS | INSTALAMOS

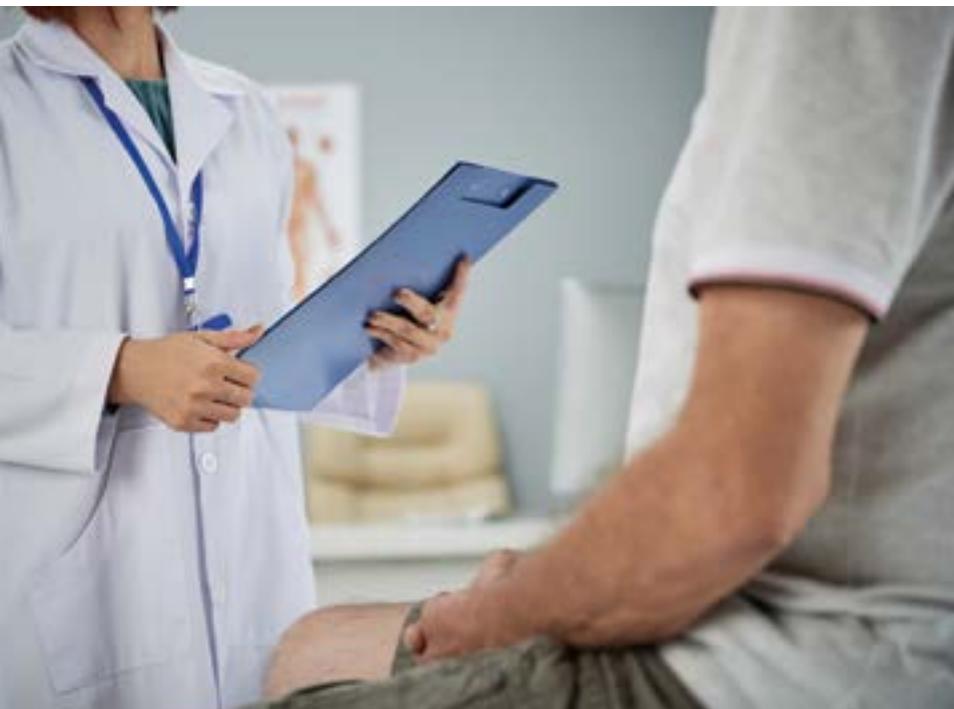
- Puertas automáticas
- Ventanas PVC con aislación acústica
- Todo en Termopaneles
- Muro cortina
- Distribuidor para la región de vidrios LIRQUÉN



@TERMOAUSTRAL



- Av. General del Canto esquina Circunvalación
- ventastermoaustral@gmail.com
- +562 2777 5005
- +569 8281 2334



se exámenes de sangre, ir al médico y el problema del cáncer de próstata es que el paciente puede estar mucho tiempo enfermo sin darse cuenta”, explica el especialista.

Respecto de la proyección de esta patología, un estudio de la revista The Lancet publicado en abril 2024, advierte que el cáncer de próstata es el cáncer más común en hombres en 112 países, representa el 15% de los cánceres y se estima que se podría duplicar el número de pacientes con esta enfermedad al 2040, llegando a estar en esta condición 2,9 millones de personas y la mortalidad se podría elevar a 700.000 fallecidos.

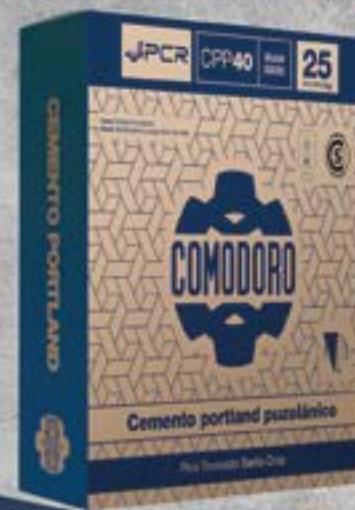
Por ello, el doctor Ernesto Maturana es categórico en su mensaje. “Si es que hay

formas de curar esta enfermedad o de no llegar en etapas tan avanzadas es mediante la prevención, haciéndose estudios, el antígeno prostático, ir a ver al urólogo cuando se tenga síntomas. Ésta es la mejor medida que tenemos para luchar contra este cáncer”, destaca. 



Somos el cemento que ha construido la historia de Punta Arenas por más de 40 años.

Somos el cemento con el que la región proyecta su futuro.



CEMENTO PORTLAND NORMAL

- APLICACIONES DE ALTA RESISTENCIA
- ESTRUCTURAS
- ESPECIAL PARA CLIMA FRIO
- GRADO ALTA RESISTENCIA

CEMENTO PORTLAND PUZOLÁNICO

- PARA TODAS LAS APLICACIONES MÁS ECONÓMICO
- GRADO ALTA RESISTENCIA SUPERIOR A CEMENTO DE GRADO CORRIENTE

 61 271 0046
 +569 8580 6125 +569 8580 6126
 +569 8580 6127
 ventas@comercialpatagonia.cl
 comercialdelapatagonia



TODOS NUESTROS CEMENTOS
 CERTIFICADOS NORMA CHILENA NCh 148
 GRADO ALTA RESISTENCIA

Invernadas 2024

A pesar de las bajas temperaturas, las actividades de las Invernadas 2024, organizadas por la Municipalidad de Punta Arenas, congregaron a una gran cantidad de asistentes y participantes, tanto de Magallanes como turistas nacionales y extranjeros.

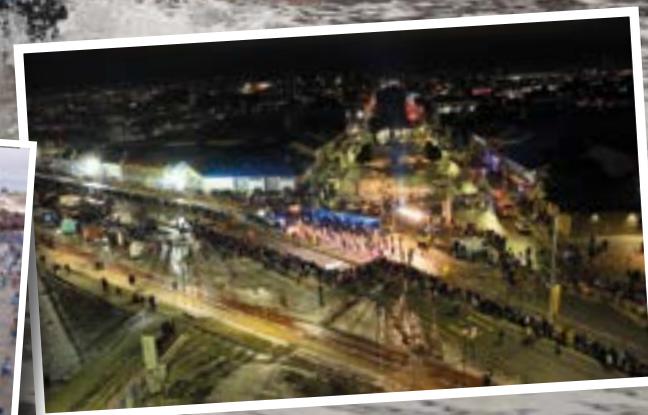
El sábado 29 de junio, en la avenida Costanera de Punta Arenas se realizó el tradicional Chapuzón del Estrecho en donde miles de valientes enfrentaron las gélidas aguas del mar. En Puerto Williams, en tanto, el 21 de julio se realizó el Chapuzón Austral actividad que contó con el respaldo

de GASCO Magallanes y en donde cientos de bañistas se lanzaron al canal Beagle. Entre el sábado 6 y domingo 7 de julio, se desarrolló el Carnaval de Invierno el que contó con la participación de más de 50 grupos, incluyendo 62 ba-

tucadas, murgas, carros alegóricos y disfraces. El recorrido del Carnaval se extendió por casi dos kilómetros e incluyó 80 puestos de comida. Al finalizar ambas jornadas se contó con espectáculos musicales para adultos, jóvenes y niños. 

TURISMO

En las aguas del canal Beagle se desarrolló el Chapuzón Austral, actividad organizada por autoridades de Puerto Williams junto al decidido respaldo de GASCO Magallanes.



Margarita Sepúlveda
“Me motiva saber hasta dónde están los límites”



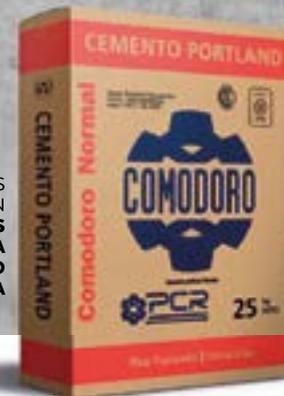
graficar que este deporte no es para cualquiera. “Me motiva saber hasta dónde están los límites, hasta donde puedo llegar. He hecho tres Ultras de mil (kilómetros) y cada vez me voy demorando menos, voy aprendiendo, y sabía que podría hacer mil kilómetros, pero no sabía si podía ganarle a este clima”, confiesa.

Margarita está vinculada al deporte desde el colegio en donde practicó gimnasia rítmica y artística. “A fines de 2018 conocí gente que andaba en bicicleta y me invitaron a participar y empecé, en forma recreativa. Aquí sólo se da el mountain bike y algo de ruta, que ha desaparecido”. En la pandemia surgieron grupos online con quienes participó en desafíos en casa. “Hice uno de 160 kilómetros, estuve siete horas pedalando en mi casa y uno de los chicos me dijo que estaba buena para hacer ultra, me dijo que tienes hartito aguante y además tienes mucha cabeza”. Eso la motivó a participar del Across Andes Araucanía Andina, una carrera de mil kilómetros que se desarrolló en noviembre 2021, donde “fui la última en cruzar la meta en el tiempo reglamentario”. Al año siguiente, en la misma competencia logró el quinto lugar en mujeres. Luego, en octubre de 2022, compitió en la Gravel Coast de 240 kilómetros que se desarrolló en la comuna de Navidad, región de O’Higgins, en donde obtuvo el cuarto lugar mujeres. 🌐

@ClementeDiaz

CONSTRUYA BASES SÓLIDAS EXIJA CEMENTO COMODORO

TODOS NUESTROS CEMENTOS SON CERTIFICADOS NORMA CHILENA NCh 148 GRADO ALTA RESISTENCIA



PUNTOS DE VENTA XII REGIÓN

PUNTA ARENAS

Comercial de la Patagonia	Av. Principal Zona Franca
El Águila Constructor	Av. Frei 0510
Ferretería Prat	Arturo Prat 2573 / Mardones 0995
Todo Aceros	O’Higgins 742
Ferretería San Marcos	Zenteno 115
Ferretería Campo Sur	Av. Frei 1324
Ferretería DUO	Armando Sanhueza 188
Ferretería Incoín	Ignacio Carrera Pinto 1169
Covepa	General Salvo 0648
Gomplás	Maipú 428
Ferretería Martín	Tucapel 0415
Ferretería Gestión Patagonia	Costanera Del Río 0498
Ferretería El Maestro	Cacique Papón 3477
Ferretería Katrina Spa.	Entrada Nelda Panicucci
Ferretería Divar	Av. Circunvalación 83
Prodalám	Las Liebres sitio 29 Barrio Industrial
Ferretería Ferremundo	Jorge Montt 35, Playa Norte
Ferretería Mercedes	Marcel Callo 01131
Ferretería El Mirador	Circunvalación 1950-A
Ferretería San Agustín	Av. Martínez de Aldunate 3656.
Ferretería La Cinco	Enrique Rosales 0367 (Pob. 18 sept.)
Ferretería Formantel	Av. Eduardo Frei 278
Ferretería Ro-Ye Spa	Luis Uribe 509, Barrio Prat
Ferretería Versal	Las Heras 712
Ferretería Santos Mardones	Pedro De Valdivia 01295
Ferretería M&H Spa.	Ruta 9 Norte Km. 10,5 N° 010563

PUERTO NATALES

Ferretería El Águila	Bulnes 1083
Ferretería Pivcevic	Bulnes 613
Ferretería Don Tuty	Santiago Bueras 937

PORVENIR

Ferretería Ferrando	Monseñor Señoret 363
Ferretería Koiuska	Koiuska 155
Ferretería La Oferta	Manuel Bulnes 636





Pechuga de pollo con salsa de champiñón

En el corazón del barrio croata se encuentra la cafetería y restaurante Bakán en la que además sus exquisitos dulces, tortas, cafés, jugos, bebidas y sándwich, ofrecen menú de almuerzo todos los días. Atienden de lunes a sábado de 8.30 a 20 horas continuado. Su chef compartió con Cuenta Conmigo su receta de pechuga de pollo con salsa de champiñón acompañado de papas fritas, un clásico.

PREPARACIÓN

Salsa de champiñones: Cortar la cebolla en cuadritos y sofreír hasta dorar, agregar una cucharada de té colmada de caldo de verduras. Agregar la crema líquida, revolver a fuego suave hasta antes de llegar al punto de hervor. Salpimentar a gusto. **Para las pechugas de pollo:** Poner unas gotas de aceite de oliva en el sartén y esparcirlo uniformemente. Calentarlo y poner las pechugas, condimentar con ajo en polvo y orégano, dejar hasta que se doren y dar vuelta para dorar por el otro lado. Salpimentar a gusto. **Papas Fritas:** Lavar y pelar las papas, cortarlas en forma de bastoncillos y freírlas. Servir las pechugas con las papas fritas y con un cucharón verter la salsa sobre el pollo

INGREDIENTES

- > 800 gr Pechuga de pollo
- > 1 kg Papas
- > 500 cc Crema líquida
- > 400 gr Champiñones
- > 1/2 Cebolla
- > Sal
- > Pimienta
- > Orégano entero
- > Ajo en polvo
- > Caldo de verduras en polvo



"Bakán"
Croacia 1168 - Punta Arenas
☎ +56 9 4203 0306
📍 bakan_cafe

Cómo tener una contraseña segura

A la hora de crear tu propia política de contraseñas es fundamental tener en cuenta varios aspectos que aumentan su resistencia a los ciberataques. **La longitud.** Es un factor clave en su seguridad. Las contraseñas más largas proporcionan una barrera que es más difícil de penetrar para los ataques de fuerza bruta, en la que los piratas informáticos intentan todas las combinaciones posibles. Se recomienda que las contraseñas tengan al menos 12 caracteres. **Complejidad.** Una contraseña segura debe incluir una variedad de caracteres, como letras mayúsculas y minúsculas, números y símbolos especiales como @, #, \$, %, y más. **Aleatoriedad.** Evitar patrones predecibles o secuencias obvias. Las contraseñas que consisten en palabras comunes, nombres de personas, fechas de nacimiento o cadenas como "123456" o "qwerty" son extremadamente vulnerables a los ataques. **Diversidad.** Es tentador usar la misma contraseña para varias cuentas. Sin embargo, esta práctica es muy arriesgada. Si una contraseña se ve comprometida en una cuenta, todas las demás cuentas que comparten esa contraseña son vulnerables. Por lo tanto, debes utilizar contraseñas diferentes para cada cuenta en línea que tengas.



disfruta del sabor del mar en tu hogar

ENLATADOS

LIMITOS EN ATUN - CHORITOS
ATUN DESMENUZADO - CHOLGAS
PAILA MARINA - SARDINAS - JIBIAS
SURTIDO DE MARISCOS - JUREL

CONGELADOS

SURTIDOS DE MARISCOS
FILETE DE MERLUZA
CAMARONES - KANI KAMA
FILETE DE PANGASIUS

Encuétralos en los mejores Supermercados y Negocios de Magallanes y Aysén

DISTRIBUYE corcoran

¿La lavadora realmente se traga los calcetines?



Cada cierto tiempo, el mundo se sumerge en el fascinante enigma de los calcetines solitarios que misteriosamente desaparecen de nuestras vidas. ¿Dónde van a parar?, ¿Se los traga la lavadora o tienen un destino secreto? La verdad es que este fenómeno afecta a la mayoría de las personas y ha inspirado un sinnúmero de mitos. Los expertos aconsejan: **Separarlos por colores y tipos.** Siempre

que sea posible, se recomienda separar los calcetines por colores y tipos antes de ponerlos en la lavadora. **Revisar el tambor antes de cargar la lavadora:** Antes de poner a lavar la carga de ropa, es importante asegurarse de revisar el tambor en busca de calcetines u otras prendas que puedan haber quedado atrapadas en ciclos anteriores. **Ponerlos en mallas especiales:** Para separarlos del resto de la ropa al momento de lavar los calcetines, se puede utilizar una bolsa de malla especial para evitar que se mezclen. De esta manera, se puede evitar que los calcetines se separen durante el lavado y luego se pierdan. Incluso, es recomendable para todo tipo de ropa interior.

Los portales **ondacero.es** y **mundodeportivo.com** indican que las **temperaturas más bajas registradas en el mundo fueron:**

1. **-93.2°C**

en Domo Fuji, Antártica (2010)

2. **-89.2°C**

en Base rusa Vostok, Antártica (1983)

3. **-82°C**

en Base Amundsen-Scott, Antártica (1982)

Extracto de calafate para cosmética

El uso del calafate en cosmética es ancestral. Las mujeres originarias de nuestra tierra lo utilizaban como maquillaje, por su hermoso color morado azulado. Hoy sabemos que esa coloración es gracias a las antocianinas que contiene. A ellas se les atribuyen propiedades antiinflamatorias, anticancerígenas y antioxidantes mediante la estimulación del colágeno y la elastina prolongando la vida de una piel sana y luminosa. Por estas razones es que Alter-Nativa realizó un ensayo clínico con voluntarios de Magallanes, obteniendo resultados sorprendentes, formulada con calafate y ácido hialurónico. "Nuestro extracto fue certificado por el Centro Regional de Estudios. Este trabajo de formulación cosmética fue presentado al concurso Enovus Emprende con Chile Converge e Iplacex, ganado el primer lugar luego de competir con más de 1500 trabajos a nivel nacional. Hoy la crema está en laboratorio cosmético para su producción y certificación", explica Patricia Arcila de Alter-Nativa.



INICIAMOS RETIRO DE AUTOS CHATARRA A DOMICILIO SIN COSTO



COMETSUR PUNTA ARENAS

COMERCIALIZADORA DE METALES DEL SUR

BODEGA COMPRA DE METALES

☉ Maipú 1255
Punta Arenas
☎ +56 61 237 1225

PATIO COMPRA DE FIERROS

☉ Km 7,5 Norte
Camino Viejo, Río Seco
☎ +56 9 9263 2748

Campaña de Uso Seguro y Eficiente de la Energía

El martes 18 de junio, en Porvenir, GASCO Magallanes realizó el lanzamiento de la Campaña de Uso Seguro y Eficiente de la Energía tendiente a prevenir la ocurrencia de accidentes y de promover el consumo responsable de energía, más aún, teniendo en cuenta que desde 1986 a mayo 2024 se registraron en la región 317 accidentes producto de emanaciones de monóxido de carbono, con 323 personas lesionadas y 31 fallecidas. Gonzalo Herrera Albornoz, Gerente Comercial de GASCO Magallanes indicó que para la empresa "resulta de suma importancia realizar esta campaña que tiene como principal objetivo concientizar a la población sobre la seguridad en las instalaciones interiores". ■



Programa en lecto escritura en Escuela España



Un total de 17 niños de entre 2do y 4to básico de la Escuela España de Punta Arenas se verán beneficiado por el Programa de

Tutorías impulsado por las Fundaciones Teraike y Letra Libre que tiene como propósito acompañar a niños rezagados en el aprendizaje de la lecto escritura. Al igual que el año pasado, la iniciativa cuenta con el respaldo de GASCO Magallanes. Así lo destacó Francisca Vogt, Directora Ejecutiva Fundación Teraike, quien explicó que la tutoría comprende un acompañamiento en línea de los estudiantes quienes también cuentan con el apoyo de sus familias. ■

Equipo de detección de gases a Séptima Compañía de Bomberos

Un moderno analizador de ambientes que permite detectar gases inflamables fue donado por GASCO Magallanes a la Séptima Compañía de Bomberos de Punta Arenas con el propósito de reforzar la vital labor que realizan los voluntarios, especialmente en la época invernal. Se trata de un detector Altair 5X. multi analizador de gases que permite monitorear ambientes estableciendo el porcentaje de oxígeno, monóxido de carbono y ácido sulfhídrico.

Rodrigo Oyarzo, Capitán de la Séptima Compañía de Bomberos dijo que "Bomberos cuenta con nuevo implemento de trabajo para poder realizar de forma más segura los monitoreos de ambiente". ■



RATA

NACIDOS EN: 1924, 1936, 1948, 1960, 1972, 1984, 1996, 2008 y 2020.

Este mes, necesitas comenzar a ahorrar un poco más, los gastos desmedidos y poco controlados serán una gran carga para ti, por lo que es necesario que hagas esfuerzos y que recortes tu presupuesto lo más que puedas para poder contar con dinero en el futuro.

BUEY

NACIDOS EN: 1925, 1937, 1949, 1961, 1973, 1985, 1997, 2009 y 2021.

El amor está pasando por una fase de alejamiento, no dejes que esta situación siga, ya que no querrás perder a la persona que ha estado tanto tiempo a tu lado. Para quienes buscan el amor, la vida se muestra sonriente, no tendrás problemas para encontrar a alguien.

TIGRE

NACIDOS EN: 1926, 1938, 1950, 1962, 1974, 1986, 1998, 2010 y 2022.

El dinero no será un inconveniente durante este tiempo, será muy necesario comenzar a ver las posibilidades de hacer inversiones más seguras y con mayor proyección, ya que eso se dará de muy buena forma durante este mes, sobre todo durante la tercera semana.

CONEJO

NACIDOS EN: 11927, 1939, 1951, 1963, 1975, 1987, 1999, 2011 y 2023.

No dejes de decir lo que está pasando por tu mente y por tu corazón, el mutismo autoimpuesto nunca ha servido de nada y sobre todo a ti. El tiempo no está como para hacer cosas de riesgo, es mejor mantenerte seguro dentro de tu zona segura por algún tiempo.

DRAGON

NACIDOS EN: 1928, 1940, 1952, 1964, 1976, 1988, 2000, 2012 y 2024.

No hay nada que pueda evitar que hagas ese salto en lo profesional que quieres hacer hace tiempo, el impulso que necesitas ya lo tienes, ahora es el momento de atreverte, durante este mes verás las oportunidades mucho más claras, pero cuidado, no estarán ahí para siempre..

SERPIENTE

NACIDOS EN: 1929, 1941, 1953, 1965, 1977, 1989, 2001, 2013 y 2025.

El tiempo de la calma y la parsimonia ha terminado, ahora comienza un nuevo mes, en el cual deberás comenzar a apresurar un poco más el paso, es bueno tomarse las cosas con calma, pero existen momentos en la vida en los que debemos considerar nuevas opciones de vida.

CABALLO

NACIDOS EN: 1930, 1942, 1954, 1966, 1978, 1990, 2002, 2014 y 2026.

Si llevas mucho tiempo con una persona, es probable que ambos hayan caído en dejar el amor y las emociones en segundo plano y se han concentrado a adquirir bienes, a darle más valor al dinero que a lo que han construido como seres humanos sintientes.

CABRA

NACIDOS EN: 1931, 1943, 1955, 1967, 1979, 1991, 2003, 2015 y 2027.

Bien en todo lo relacionado al trabajo, de hecho, es tu punto más alto del mes y será el refugio para muchos de tus problemas existenciales. Si no te das cuenta de ello, será bueno que comiences a entenderlo y a aceptarlo. El trabajo puede ser un aliando, pero no el único.

MONO

NACIDOS EN: 1932, 1944, 1956, 1968, 1980, 1992, 2004, 2016 y 2028.

Este signo estará con muy pocas ganas de levantarse, pero siempre intentando ser el número uno en todo lo que hace, ya que no se le puede pedir otra cosa, siempre intentará llegar más allá, buscar ser el primero y seguir manteniendo el trono al que ha llegado.

GALLO

NACIDOS EN: 1933, 1945, 1957, 1969, 1981, 1993, 2005, 2017 y 2029.

El paso del tiempo no está en tu contra, si quieres pensar sólo en los estragos que el tiempo hace en nuestra parte física, entonces no estás viendo lo esencial de la vida. Si estás envejeciendo, hazlo con gracia, con ánimo, aceptando siempre la belleza de tu cuerpo.

PERRO

NACIDOS EN: 1934, 1946, 1958, 1970, 1982, 1994, 2006, 2018 y 2030.

Si no crees en la palabra de alguien, está bien, pero lo importante es siempre ser honesto, incluso para decir lo que uno no cree, recuerda que la base de toda relación humana es la confianza mutua y cuando falla, nada puede ser construido entre dos personas.

JABALI

NACIDOS EN: 1935, 1947, 1959, 1971, 1983, 1995, 2007, 2019 y 2031.

El camino avanza un tanto lento y pedregoso durante este mes, ya que el siempre fuerte signo del Cerdo necesita tiempo para solucionar ciertos asuntos del pasado que han vuelto a molestarle. No evites enfrentar tus temores, tienes mucho por lo que puedes trabajar.

MAGALLANES
**A TODO
GAS**



CONVIERTE TU VEHÍCULO PARTICULAR,
TAXI O COLECTIVO A GAS NATURAL
Y LLÉVATE GRATIS

\$80.000

EN VALES DE CARGA DE GNC



Ahora puedes convertir **cualquier vehículo*** con
un máximo de **15 años de antigüedad**. ¡APROVECHA!

TALLERES ADHERIDOS

René Pérez +56 9 9649 2060
Tecso GNV +56 9 5421 5559

 **Gasco**
MAGALLANES

HASTA AGOTAR STOCK DE 50 CUPONERAS DE CARGA DE GNC.
Promoción válida desde el 01 de agosto hasta el 30 de octubre de 2024.
Uso de los vales de carga de GNC hasta el 31/12/2024.
Bases en www.gascomagallanes.cl



CAMPAÑA DE USO
SEGURO Y EFICIENTE
DE LA ENERGÍA

REVISA LA **INSTALACIÓN,**
LIMPIEZA Y SELLADO DE
LOS DUCTOS DE EVACUACIÓN
DE GASES CON UN
ESPECIALISTA,
AL MENOS

**1 VEZ
AL AÑO**



 **Gasco**
MAGALLANES



Usted y su familia merecen el mejor diagnóstico por imágenes de la región.

Prevenir siempre es la primera línea de defensa.
Cuidese, consulte a su médico y hágase un chequeo preventivo.



AGENDE SU HORA

61 221 9299

61 223 2573

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



Acreditado por el
SUPERINTENDENCIA
DE SALUD