



La IV versión del Día del Churrasco Marino de Caleta Los Bronces se realizó con resonante éxito

EL NOTICIERO DEL HUASCO

Tanto los numerosos habitantes de la Caleta Los Bronces, como los turistas que llegan año a año hasta sus inmediaciones, quedaron muy satisfechos con la organización y cuidada realización de la cuarta versión del “Día del Churrasco Marino”, y como no, si este tradicional sándwich que es famoso en esta zona, fue degustado por familias enteras, ya que en evento gastronómico en se repartieron de manera gratuita mil churrascos a base de pescado en pan amasado, creando un ambiente grato de convivencia, humor, deporte, conciencia ambiental y alimentación saludable, en que el producto estrella: el pescado que se obtiene en la caleta, se comparte de manera generosa y lúdica, recobrando las mejores tradiciones comunitarias que en Freirina están lejos de extinguirse, debido a su fuerte identidad local, su arraigo a la tierra soleada, montañesa y marina, llena de secretas aguadas y quebradas multicolores. La fiesta en los Bronces se desa-

rolla por cuarto año consecutivo y busca, principalmente, posicionar turísticamente a esta zona de la costa de Freirina. Para ello y como también ya es tradicional, el Sindicato de Pescadores Artesanales de Freirina, organizó el evento con el apoyo del Sernapesca y el empuje del municipio de Freirina, a través de su Unidad de Desarrollo Productivo. Desde esta repartición, su encargado, el ingeniero comercial Miguel Ángel Alarcón, informó que “este día, ya se ha instaurado en la comuna de Freirina como la fiesta que cierra el verano y que el sector como un destino turístico y gastronómico, en donde los visitantes pudieron degustar y disfrutar de este tradicional sándwich de pescado, tomate y cebolla en pan amasado, elaborado por los mismos pescadores de la Caleta Los Bronces”.

CICLISMO

Cabe destacar que la IV versión del Churrasco Marino contó con la participación de otros organismos vivos de la comuna, como los ciclistas de Pedalea Freirina, quienes de forma paralela realizaron la competencia recreativa denominada “Desafío Los Bronces”, sumándose ciclistas de Vallenar y Huasco, en memoria y homenaje a Emilio Torres Díaz.

Derechos de la Infancia OPD, quienes deleitaron a los más pequeños de la casa con pintacaritas y la presencia del Cesfam los que estuvieron realizando exámenes preventivos durante toda la jornada.

Mención aparte para los bomberos de la comuna, quienes prestaron apoyo con sus unidades en caso de emergencia, pero sobretodo apoyaron con la fiesta de la challa, animada por la Zumba y el entusiasmo de los participantes quienes capearon el calor con la refrescante agua lanzada por los chicos buenos.

llegaron a la zona, encabezados por el alcalde César Orellana. Al respecto, la primera autoridad comunal destacó el compromiso de los pescadores para con la Caleta, felicitando a los organizadores y agradeciendo a los vecinos que acompañaron la actividad.

Dos buses gratuitos fueron los que dispuso el municipio para que la comunidad acompañara a los pescadores en esta nueva versión, donde además de disfrutar del churrasco, los vecinos pudieron recorrer la zona en una visita guiada hasta el sector de la Peña, distante a 8 kilómetros al sur de la Caleta, sitio de gran significación arqueológica, histórico, paisajístico, portuario y minero, dentro del muy rico acervo de la comuna patrimonial del valle del Huasco.

En definitiva cuentas alegres para esta actividad que ya es toda una tradición en la comuna de los Monumentos y que espera seguir creciendo año a año, mostrando y potenciando la inigualable belleza natural del sector y ofreciendo a través de la gastronomía local, las bondades de la costa freirinense.

Más de 1500 personas disfrutaron de la cuarta edición del “Día del Churrasco Marino” en la Caleta Los Bronces de Freirina.

MUNICIPIO DESPLEGADO

Por su parte el municipio contó con la presencia de la oficina de la discapacidad, quienes entregaron información de las principales acciones que esta oficina desarrolla en la comuna, al igual que la Oficina de Protección y

NUTRIDAS ACTIVIDADES

La actividad contó con talleres de conciencia ambiental a través de la confección de máscaras de cartón reutilizado, talleres de bio-construcción, y la muestra de trajes reciclados, quienes se lucieron ante las autoridades que

ESTE ESPACIO PUEDE SER TUYO
PUBLICA TU AVISO

Finalizó el Primer Festival Domeyko Canta 2019

EL NOTICIERO DEL HUASCO

En la hermosa localidad de Domeyko, los días viernes 22 y sábado 23, se realizó la primera versión de su festival de la canción, el cual fue organizado por la Junta de Vecinos N°8 de la localidad, que preside Pedro Lagunes, con el decidido apoyo del municipio de Vallenar; el lugar de realización fue la multicancha con la que cuenta la localidad, donde la población local se dio cita en dos noches que llenaron de magia y buena música a ese pedacito de nuestra provincia, ya más que centenaria, con su identidad tan propia y marcada.

Dentro de su parrilla artística destacó la presencia del conocido dúo humorístico Millenium Show, así como el multifacético músico local Toño Salazar, quienes se presentaron en la primera noche, mientras que en la segunda velada, los aplausos fueron para Tito Hernández, el doble oficial de Américo y para la rancherita Nelly Alarcón, quienes mostraron lo mejor de su repertorio y cuyos talentos fueron reconocidos por el aplauso sincero. El festival tuvo su propia competencia musical local, donde se adjudicaron significativos premios a quienes resultaron ganadores.

El representante de Punta Colorada Carlos Ortiz, fue el ganador del primer festival Domeyko Canta 2019, el segundo lugar fue para Claudia Nery Cuadra de Domeyko y el tercer lugar fue un empate entre Katerine Molina y Luisa Órdenes.



Plan de Calidad en Educación Parvularia beneficiará a dos mil niños de Atacama

EL NOTICIERO DEL HUASCO

Como parte del Plan Nacional de Calidad en Educación Parvularia, que tiene como objetivo impulsar la calidad pedagógica desde las aulas, a contar de marzo próximo se implementarán en la región de Atacama, dos programas educativos: Primero Lee y Bee-Bot, los que beneficiarán a un total de dos mil niños que asisten a la educación inicial en 29 establecimientos de la región. Esta importante noticia fue entregada por la Subsecretaría de Educación Parvularia, María José Castro. Por su parte, Náyade Arriagada explicó que "brindar una Educación Parvularia de calidad, tal como es el compromiso de nuestro Presidente Sebastián Piñera, implica un despliegue de distintos dispositivos y de acciones orientadas al mejora-

miento de los aprendizajes de los niños menores de 6 años, como son los programas educativos Primero Lee y Bee-Bot, que buscan fomentar la lectura e iniciar a los niños en el lenguaje de la programación, respectivamente que beneficiará a 2 mil niños de nuestros establecimientos educacionales". En el caso de Atacama, el programa Primero Lee, que se implementará en 11 establecimientos, beneficiando a 675 niños que asisten al Segundo Nivel de Transición (kínder), busca trabajar balanceadamente el lenguaje (la lectura, escritura y comunicación oral), poniendo énfasis en la comprensión lectora y el fomento de vocabulario. Esto considerando el uso de una biblioteca de aula, recursos para el desarrollo de juegos, capacita-

ción y experiencias planificadas para la educadora y equipos directivos. En tanto, el programa Bee-Bot, que se aplicará en 18 establecimientos del Servicio Local de Educación Huasco, impactará a mil 326 niños que asisten al Primer y Segundo Nivel de Transición (pre-kínder y kínder). Este programa se trata de un robot con forma de abeja que, a través de cuatro teclas ubicadas en su parte superior, posibilita la programación de sus movimientos por parte de los niños, quienes además forman equipos y un trabajo colaborativo; de esta manera, se inician desde una edad temprana, en el desarrollo de habilidades básicas para la programación y el pensamiento computacional. Ambos programas comenzarán en marzo.

ción y experiencias planificadas para la educadora y equipos directivos. En tanto, el programa Bee-Bot, que se aplicará en 18 establecimientos del Servicio Local de Educación Huasco, impactará a mil 326 niños que asisten al Primer y Segundo Nivel de Transición (pre-kínder y kínder). Este programa se trata de un robot con forma de abeja que, a través de cuatro teclas ubicadas en su parte superior, posibilita la programación de sus movimientos por parte de los niños, quienes además forman equipos y un trabajo colaborativo; de esta manera, se inician desde una edad temprana, en el desarrollo de habilidades básicas para la programación y el pensamiento computacional. Ambos programas comenzarán en marzo.

Consejos para iniciar el año escolar con una alimentación saludable

Gabriela Strahalm Silva, Nutricionista UC

Según la Organización Mundial de la Salud, los altos índices de obesidad de niños y adolescentes a nivel mundial, entre los 5 y 19 años, han aumentado casi 10 veces en los últimos 40 años. Más aún, el último Reporte de Salud de Chile de la OCDE advirtió que el alto nivel de obesidad y sobrepeso en niños es una "bomba de tiempo", ya que la cifra nacional es de casi un 45%, superando el promedio internacional de un 20%. Por ello, a la hora de volver a clases, un desayuno saludable es la base para comenzar el día. Sin embargo, muchos padres envían junto al almuerzo, algunas colaciones y snacks que no debieran representar más allá del 15% de las calorías totales que requiere un niño al día según la séptima edición del estudio Chile Saludable.

Lo ideal es que en el grupo familiar se defina un orden para la alimentación de la semana que sea equilibrado. Al momento de cocinar -agregó el nutricionista- se recomiendan platos preparados al jugo, horno, plancha o parrilla, evitando las preparaciones que incluyen frituras. Se sugiere incluir a la semana un plato de legumbres 1 o 2 veces por semana, sumar pescados frescos o enlatados al agua mínimo 1 vez por semana, además de carnes blancas como pollo o pavo, 2 a 3 veces por semana. En el caso de las carnes rojas, deben ser de bajo contenido en grasas (posta, asiento o lomo liso), incorporadas en guisos, verduras rellenas o salsas naturales 1 vez por semana.

Los huevos son una buena fuente de proteína, por lo que se sugiere comerlos 3 a 4 veces por semana incluidos al desayuno, almuerzos o de colación. También es importante consumir carbohidratos de forma diaria, arroz, fideos, pan, galletas de salvado,

papa y quínoa, privilegiando aquellos que son integrales.

En el caso de las verduras, se debe consumir 2 platos al día en diversas preparaciones: ensaladas, guisos, tortillas, omelette, budín, sándwich, pizza o fajitas, incluyendo 3 colores distintos por vez. Las frutas también son esenciales, ya que se deben incorporar en la dieta, mínimo 2 porciones diarias distribuidas a la hora de postre o como colación.

Respecto del aceite, consumir el mínimo posible, permitiendo principalmente su uso para sofreír verduras. Dentro de este grupo se consideran la palta y frutos secos que, por su elevado contenido calórico, se debe moderar su consumo.

Si se incluye a diario un desayuno balanceado, la colación no debería ser un elemento esencial en la alimentación del niño, afirmó el nutricionista de RedSalud. "Considerando los altos índices de sobrepeso y obesidad en la población escolar y como es un hábito tan arraigado en este grupo, es importante incluir productos o alimentos de baja densidad calórica, es decir, que contengan un bajo aporte calórico por porción a consumir", destacó.

De esta manera, la colación debiera incluir un lácteo descremado y sin azúcar (yogurt, leche, queso, queso fresco), además de frutas con mayor contenido de agua como el melón, sandía, durazno, manzana, naranja, mandarinas, piña, pepino o ciruela, ya que ayudan a la hidratación y son una buena fuente de energía, vitaminas, minerales y fibra dietética.

Otras opciones son un sándwich en pan integral con queso o jamón de pavo acompañado de lechuga y tomate, más agua saborizada naturalmente con trozos de fruta; un huevo duro más una fruta de la estación o un mix de verduras (varitas de apio, zanahoria) más un yogurt diet.

Vallenar, 1940



Hermosa fotografía de época de Vallenar, la micro de don Avelino Araya, vehículo que unía Vallenar con el interior del valle, transitando por caminos de tierra de alta dificultad.

Cosméticos y Reproducción

Dra. Erica Castro, matrona PUC

En Europa se calcula que las personas emplean una media de 17 productos de cosméticos al día y según los análisis de mercado de los consumidores, la población de tez oscura compra nueve veces más de estos productos y de peluquería que otros grupos. Así, se ha observado que la población latina es en el último tiempo el segmento de más rápido crecimiento en el uso de estos productos. La evidencia muestra que estos químicos son contaminantes ambientales y entran fácilmente en el cuerpo a través de la absorción dérmica, inhalación, o ingestión. En este contexto ¿de qué manera pueden afectar la salud reproductiva?

La mayoría de estos productos químicos para el cuidado personal han sido asociados con efectos disruptores endocrinos in vitro, en animales y en humanos. Mujeres, cuyas muestras arrojaron la presencia de estos productos, tenían concentraciones anormales de estrógeno y progesterona. El desbalance de estas hormonas se vincula a patologías ginecológicas como desarrollo de tumores benignos, alteraciones menstruales, hasta un mayor riesgo de cáncer de mama.

Por otra parte, las mujeres, usan más altas cantidades de productos de cuidado personal que los hombres, por lo que tienden a tener mayores concentraciones urinarias de estos químicos. Así, en un estudio de intervención donde se expuso a las mujeres a productos etiquetados libres de los productos químicos señalados durante 3 días, se asociaron con una reducción significativa de las concentraciones de estos metabolitos en la orina.

Interesante es que las adolescentes pueden estar particularmente más expuestas a estos químicos, ya que en un estudio se demostró que en promedio utilizan 17 productos diarios, comparado con 12 en promedio de la mujer adulta. Esto es especialmente relevante durante un período de importante desarrollo reproductivo. Así, en un estudio de 171 niños seguidos desde el nacimiento hasta los nueve años, mostraron un mayor riesgo de asma y mayores niveles séricos de inmunoglobulina E, se asociaron con la exposición prenatal a ftalato. El uso de productos de belleza es una fuente poco estudiada de exposiciones químicas ambientales. La Sociedad Americana de Obstetricia y Ginecología ha hecho un llamado para prevenir las exposiciones de químicos asociados a éstos, ya que pueden ser perjudiciales para las personas.

DESDE MARZO 2019

LIBRERÍA CHEHUEQUE

La Primera Librería del Valle del Huasco

Gran Catálogo Temático Local, Nacional y Universal, precios convenientes.
Hermoso Material Didáctico Preescolar y Escolares para Enseñanza Básica y Media
Convenios con Instituciones Educativas.

Política

Sagas

Novelas

Historia

Poesía

Comics

Infantil

Juvenil

¡Y MUCHO MÁS!

Librería Chehueque

@Chehueque

@Chehueque

+56985632909

Prat #1091 a un costado del Centro Cultural. Ventas Online www.libreriachehueque.cl

PreUniversitario INSTITUTO PORTALES de Vallenar

La Alternativa Personalizada

MATRICULATE YA !!!

Novedoso Sistema de Becas
Contacto permanente con Apoderados
36 años de Exitosa Experiencia

ATENCIÓN FEBRERO
Lunes a Viernes
de 11:00 a 14:00 hrs.
en Cámara de comercio
Ramírez 940

Matriculas Marzo 2019 en Instituto, Brasil 404, Vallenar, Teléfono 512611027, horario 18:30 a 21:00 hrs.

EL NOTICIERO DEL HUASCO

El Frente Amplio de Atacama entregó una declaración sobre la salida del exintendente Francisco Sánchez, en tres puntos fijaron su posición sobre el tema:

1.- "Hace un par de semanas se celebró la tradicional feria de la Candelaria en la comuna de Copiapó. El Frente Amplio Atacama, realizó una denuncia con respecto a la opinión pública ante el arriendo por parte de la Ilustre Municipalidad de la comuna de Copiapó al ex Intendente Francisco Sánchez, por el arriendo de terrenos que se utilizaron para la feria de la Candelaria, donde dejamos de manifiesto la vinculación existente entre la política y los negocios".

"Las irregularidades que constituyen faltas a la probidad no se arreglan con dinero, consideramos que el Intendente y el Alcalde de Copiapó le deben una explicación y disculpas a la comunidad".

2. "Como Frente Amplio, refutamos completamente el accionar del gobierno actual con respecto al posicionamiento de personas ligadas al contexto empresarial del mundo político bajo poder económico".

"La incapacidad de dar estabilidad a la región y la escasa sensibilidad respecto a los problemas reales de la región de Atacama queda en manifiesto con esta

El Frente Amplio de Atacama se refiere a la salida del exintendente Francisco Sánchez



nueva designación de un nuevo intendente donde en un mismo periodo presidencial ya contaremos con la tercera designación imposibilitando la solución de problemáticas como la incapacidad de levantar un plan serio de reconstrucción que responde a los aluviones de los años 2015 y 2017. Consideramos que la tónica del gobierno del presidente Sebastian Piñera, se enfoca en el constante reemplazo en sus autoridades por motivos de corrupción, violencia de género, acoso y discriminación".

3. "Consideramos que el ex Intendente Francisco Sánchez nos deja en una pésima situación al ser incapaz de liderar la ejecución presupuestaria del periodo 2018 lo que afecta enormemente la disponibilidad de recursos del financiamiento de la región de Atacama". "Sumado a esto, queremos hacer mención que Francisco Sánchez cumplió además su misión principal ante el tráfico de influencias como lo ocurrido con la empresa Atacama Kozan donde firma la declaración de impacto

ambiental que no se hace cargo de ninguna de las observaciones de servicios como la DGA que indica que tendría un efecto imponente en el acuífero ya sobre explotado o el riesgo ante una eventual lluvia de proporciones como se han dejado sentir en todos los rincones del planeta". "Es por esta razón que hacemos un llamado al gobierno a operar con políticos honestos que no enciendan la función pública y que no sea un instrumento para lucrarse". Concluye la declaración de ese conglomerado político.

Hoy, Noche de Divas en el Centro Cultural de Vallenar

EL NOTICIERO DEL HUASCO

Una interesante actividad se realizará hoy, a partir de las 20:00 hrs., en el Centro Cultural Victor Acosta Aguilera de Vallenar, se trata de una velada denominada "Noche de Divas", donde se darán citas cinco de las voces femeninas más reconocidas de nuestra ciudad, como lo son Rosa Blue, María Rabanal, Flavia Ramírez, Patricia Delgado y Bárbara Ley en Inocuidad Alimentaria, conocida como FSMA (por sus siglas en inglés. Este nuevo requerimiento obliga a los pequeños productores a actualizarse respecto de sus protocolos de producción y cumplir con los requisitos que solicita la norma. En este contexto, el Gobierno de

Concluye Nodo para la Competitividad que benefició a agricultores del Valle del Huasco

EL NOTICIERO DEL HUASCO

Gracias al apoyo de Corfo, trabajaron durante dos años para aumentar el estándar de calidad de sus productos y así incrementar sus opciones de participación en mercados internacionales. El 95% de las exportaciones del sector agrícola de la Región de Atacama, corresponde a uva de mesa y el destino principal es el mercado de Estados Unidos, país que cuenta con una nueva Ley en Inocuidad Alimentaria, conocida como FSMA (por sus siglas en inglés. Este nuevo requerimiento obliga a los pequeños productores a actualizarse respecto de sus protocolos de producción y cumplir con los requisitos que solicita la norma. En este contexto, el Gobierno de

Chile, a través de Corfo, ejecutó el Nodo "Mejoramiento de las condiciones de calidad e inocuidad de uva de mesa de exportación del Valle del Huasco", el cual llegó a su fin tras dos años de arduo trabajo y la implementación de diversas mejoras en los predios de uva de mesa de los productores de la comuna de Alto del Carmen.

El objetivo general del programa fue mejorar los atributos de competitividad de los pequeños productores agrícolas, vinculados o con potencial de vinculación al mercado internacional, a través de la implementación de estrategias de diferenciación de la oferta. En específico, lo que se buscó fue que los productores de uva de mesa pudieran conocer los procesos de certificación y adquirir capacidades y cono-



cimientos para cumplir con las normativas exigidas por el mercado de destino para sus exportaciones. Gracias a la participación en este Nodo para la Competitividad, que se realizó en conjunto con

la Asociación de Productores de Alto del Carmen (APAC A.G.), Compañía Frutícola Santa María y Gravo Export, implementado por Codesser y la empresa Sustext Consultores, un grupo de 40 pequeños agricultores recibieron

asesoría especializada, además de participar en una serie de actividades, gracias a las cuales, algunos de ellos, ya han logrado certificar su producción acorde a las nuevas leyes alimentarias que hoy rigen sus actividades.

En marzo comenzarán las postulaciones a los Fondos de Medios de Comunicación en Atacama

EL NOTICIERO DEL HUASCO

Un total de \$98.477.817 será destinado, a través del Ministerio Secretaría General de Gobierno, para apoyar a las radios, los periódicos, las revistas, televisión, por nombrar algunos ejemplos, de la región de Atacama con el Fondo de Fomento de Medios de Comunicación Social Regionales, Provinciales y Comunales. Los recursos serán ejecutados por la Secretaría Regional Ministerial de Gobierno y el período de postulación se iniciará el día lunes 11 de marzo y se extenderá hasta las 13:00 horas del día 29 de marzo para las presenciales (en formulario impreso), mientras que para las en línea el plazo es hasta las 23:59 horas. María Francisca Plaza Velis, Seremi de Gobierno, expresó su satisfacción porque "los recursos en comparación al año 2018 se han incrementado para fortalecer el rol de los medios de comunicación de la región de Atacama. Nuestro Presidente Sebastián Piñera nos ha encomendado trabajar de la mano junto a la comunidad y los medios de comunicación cumplen un rol fundamental para este lograr este objetivo". "los portales de noticias electrónicos, las radios, la televisión y todos los medios son

una fuente de información para que las personas no sólo se entretengan, sino que también para que se eduquen y se informen sobre la contingencia y actualidad de nuestra región. Para nuestra Ministra Cecilia Pérez quién encabeza este fondo, es muy importante apoyar sobre todo a aquellos medios pequeños. No queremos que dejen de existir por falta de recursos, el emprendimiento debemos apoyarlo y esta es una clara señal de esto. Con el Fondo de Medios de Comunicación seguimos fortaleciendo la identidad regional y el desarrollo de nuestras regiones. Queremos fomentar que los medios de comunicación sigan creciendo, porque en ese crecimiento está el fortalecimiento de la democracia".

FECHAS A CONSIDERAR

El viernes 01 de marzo comienza el proceso de difusión y concluirá a finales del mismo mes. Mientras que el día 14 de marzo se realizará el lanzamiento oficial, es decir, el inicio de las postulaciones. En abril comienza el proceso de análisis de admisibilidad y en fines del mes de mayo se realizará la publicación de los proyectos adjudicados.

#CuídateDelHanta

- Usa una carpa con piso, cierre y sin agujeros.
- Camina solo por senderos habilitados.
- Mantén la basura en recipientes cerrados o entiérrala.

CHILE LO HACEMOS TODOS

LLAME A SALUD RESPONDE

600-360-7777

PROFESIONALES DE LA SALUD ATENDEN SUS LLAMADAS LAS 24 HORAS, LOS 7 DÍAS DE LA SEMANA

Terapeuta Floral

Psicóloga

Yorka Urqueta Torrejón

BEBÉS - NIÑOS - ADOLESCENTES - ADULTOS
EMBARAZADAS - MASCOTAS

Con la terapia floral se pueden tratar:

- Miedos, ansiedad
- Estrés
- Baja autoestima
- Duelos
- Hiperactividad
- Déficit atencional
- Adaptación a los cambios, etc.

Bach

ESSENCIAS FLORALES

+569-78116317

Yorka Urqueta Torrejón

yorkaurqueta@gmail.com

Psicólogo Clínico

José Luis Campos Araya

- Acreditado por la CNAPC año 2013, como especialista en Psicoterapia.
- Registro Colegio de Psicólogos N°5492.
- Registro Sociedad Chilena de Psicología Clínica N°1970.
- Terapeuta EMDR.
- Certificación Latinoamericana de Psicoterapeuta N°203 por la Federación Latinoamericana de Psicoterapia y avalado por El Consejo Mundial para la Psicoterapia.
- Ergónomo.
- Ingeniero.

Consulta en Brasil N° 287, Vallenar Cel.: +56985017439

El Noticiero del
HUASCO



**¡ Este espacio
puede
ser tuyo !**



+569 85550469



elnoticierodelhuasco@gmail.com