PATAGONIA
Fem
Edición N°12 / viernes 8 de noviembre de 2013
MARÍA TERESA KUZMANIC: 23 AÑOS AL MANDO DE LAS ELECCIONES EN MAGALLANES
LA VIRTUD CURATIVA DE LAS PLANTAS
LA MUJER QUE RESCATÓ LA HISTORIA CULTURAL DE MAGALLANES
LAS INDOMABLES, LLEGAN CON LA LENGUA MAS AFILADA QUE NUNCA
ESPECIAL
VESTIDOS DE GALA

SOUTHLAND
M O T O R S

SOUTHLAND MOTORS
AVENIDA DOS SUR 800
(AVDA. PRINCIPAL DE ZONA FRANCA),
ENTRADA POR COSTANERA.
TELÉFONOS 2613318 – 2613319

Fem PATAGONIA

Fem Patagonia
Año I Edición 12
Viernes 8 de noviembre de 2013 Punta Arenas
Contacto: revista@fempatagonia.cl
www.fempatagonia.cl

EQUIPO

Editora: Elia Simeone
Periodista: Lissette Gómez
Corrección: Paulina León Bustamante
Fotografía: Rodolfo Soto
Diseño: Andrea Barría
Colaboradores: Cristián Saralegui, Andrea Barría
Agente comercial: Claudia Barría,
Juan Carlos González, Jorge Millán, Julio Aurolo
Ventas: cbarria@laprensaaustral.cl
Teléfono: 569-50018869
Impreso en talleres de La Prensa Austral
Circulación: Quincenalmente los días viernes
con La Prensa Austral

EDITORIAL

MUJER Y ELECCIONES

Mucho se habla de la necesidad de incrementar la participación de las mujeres en política. Mientras ello ocurre e independiente de los colores partidarios, no deja de ser interesante que en estas elecciones hay tres candidatas a la Presidencia de la República, siendo una de ellas una ex Mandataria y, claramente, quien se empina en las encuestas como posible ganadora. En el plano local, existen tres mujeres que están en la lucha parlamentaria, entre ellas una diputada en ejercicio que aspira a ser senadora y dos ex colaboradoras del actual gobierno que esperan representar a su sector en la Cámara Baja. Todas, con sobrados méritos para representar a Magallanes.
Mientras se sigue estimulando la participación femenina en las lides políticas, destacamos en este número de Fem Patagonia a María Teresa Kuzmanic, sobre quien recayó la responsabilidad de representar al Servicio Electoral (Servel) tras el advenimiento de la democracia y para quien éstas serán las últimas elecciones que tendrá a su cargo.
También es un honor mencionar que el proceso eleccionario en la región está a cargo de las mujeres, comenzando por la directora regional del Servel y continuando con las integrantes de la Junta Electoral de Magallanes y las delegadas de los vocales de votación.
¡Las elecciones del 17 de noviembre no pueden estar en mejores manos en Magallanes!

Elia Simeone R.

NUESTRA PORTADA

Para ayudar a enfrentar mejor las galas y fiestas de fin de año, Fem Patagonia ofrece una selección de vestidos que te permitirán destacar en los diferentes eventos que se aproximan.

PÁGINAS 11-15

CONTENIDO

PÁGINAS 4-5 LA ÚLTIMA ELECCIÓN **DE MARÍA TERESA KUZMANIC**

PÁGINA 24 **LA VIRTUD CURATIVA** DE LAS PLANTAS

PÁGINAS 26-27 **LA MUJER QUE RESCATÓ** LA HISTORIA CULTURAL DE MAGALLANES

ESPECIAL **CATÁLOGO** FEM

– ISHE PRIMAVERA VERANO 2014

María Teresa Kuzmanic

23 AÑOS AL MANDO DE LAS ELECCIONES EN MAGALLANES

UNA MEZCLA de cercanía y cordial autoridad han hecho de María Teresa Kuzmanic una líder afable y querida en la dirección del Servicio Electoral que, en el que, con más de un dolor de cabeza, ha logrado sacar con éxito 14 procesos eleccionarios en la región.

De una simpatía única, carácter firme y un irónico humor, según su propia definición, María Teresa Kuzmanic ha logrado salir airosa de diversas situaciones complejas que la vida le ha puesto por delante.

La pérdida prematura de un hijo y sus estudios profesionales lejos de Punta Arenas -su ciudad natal- sin duda, la volvieron una mujer firme, pero, al mismo tiempo, sensible y amable, cuya vocación al servicio público la llevaron al que para ella ha sido la mejor labor de su vida.

En febrero de 2014 cumple nada menos que 23 años a cargo de la dirección regional del Servel Magallanes. La oficina local nació con ella al mando y su delicado toque femenino ha hecho de éste un servicio eficiente y ameno para quien lo visite, aún con los obstáculos, cambios, anécdotas y reclamos propios del proceso electoral.

"Siempre supe que aquí iba a encontrar mi cargo ideal y así fue", comenta, asegurando que su único propósito es "atender bien" a quienes concurren a su oficina. "Precisamente por eso pedí que mi oficina estuviera a la entrada, porque toda la gente tiene derecho a que le atienda el jefe del servicio... a veces vienen muy enojados a reclamar y se van muy tranquilos".

Ese mismo espíritu la ha hecho sentirse feliz y confortable en su labor. "Yo diría que ha sido muy fácil, porque la gente te lo hace fácil. El personal es bueno, la gente me conoce, sabe que no hay dobles discursos, tenemos las mismas deferencias con todas las personas y candidatos. Para mí éste ha sido un trabajo muy cómodo y feliz".

Hoy asegura ser una mujer conforme con el rol que ha desempeñado, aunque eso le haya significado dejar a sus hijos para trabajar.

Anécdotas

Parte de esa satisfacción que le ha dado su trabajo la conforman multitud de trabas, problemas y anécdotas de los 14 procesos eleccionarios que ha dirigido. "Claro que ha habido anécdotas, especialmente, con el material electoral, con la llegada de los votos... varias veces ha pasado que nuestros materiales llegan a Aysén, cuando debían venir para acá. Y ahí he estado yo, llamando a Santiago para pedir que los envíen y lo peor es que cuando me atienden, poco menos me dicen que vaya caminando a buscarlos", comenta entre risas.

"Ese tema ha sido recurrente, nuestras cosas andan en Puerto Montt y de Santiago me dicen que me las van a enviar en tren y se acaba el problema... parece que nunca han visto un mapa, realmente, hay un desconocimiento impresionante... pero bueno, ya estamos acostumbrados", agrega, señalando que se ha convertido en parte de su rutina.

Como éste, indica que hay una serie de inconvenientes que, con el tiempo, ha aprendido a sobrellevar de la mejor forma para asegurar el buen funcionamiento de su labor.

Un rol que podría estar próximo a concluir para esta servidora pública que hoy por hoy está pensando en jubilar, pudiendo ser el de este 17 de noviembre su último proceso eleccionario.

"Como tengo un humor irónico y un carácter especial, nadie se mete conmigo. Nunca noté que alguien me quisiera pasar a llevar por ser mujer en mi trabajo".

"Creo que cada día la mujer está más empoderada. Hoy este mundo es de las mujeres, los hombres no pueden hacer lo que nosotras".

Sentada, Pilar Gómez, secretaria de la Junta Electoral. De izquierda a derecha, Marcela Quente, coordinadora de la instacia; Miriam Bórquez, contratada especialmente para esta labor y Claudia Paredes, funcionaria del Conservador de Bienes Raíces.

El arduo rol de las mujeres de la Junta Electoral

UNA RESPONSABILIDAD, comprensión y tolerancia a toda prueba son las principales cualidades que caracterizan a estas cuatro mujeres que, si bien cumplen uno de los roles más ingratos del proceso electoral, son felices en su labor.

Muy pocos conocen y, ni siquiera, se imaginan el tremendo trabajo que hay detrás de cada elección que se realiza en el país.

Y, mucho menos, saben que tras esa labor ardua e invisible existe un valioso grupo humano que aquí en Magallanes está conformado casi enteramente por mujeres.

Son cuatro las féminas que, en parte, componen la Junta Electoral de Magallanes y la Antártica Chilena, una de las tres instancias que, junto con el Servel y el Tribunal Electoral, se encargan a plenitud de este proceso.

Se trata de Pilar Gómez, secretaria de la Junta Electoral; Marcela Quente, coordinadora de la instacia; Claudia Paredes, funcionaria del Conservador de Bienes Raíces; y Miriam Bórquez, contratada especialmente para esta labor.

Juntas han logrado conformar un especial grupo de funcionarias y amigas, cuyo fiato y dedicación las ha llevado a cumplir con distintos roles y tareas que se agrupan bajo la misión principal de elegir a los más de 6 mil vocales de mesa y delegados de esta próxima elección.

Probablemente, parte de la labor más ingrata se la llevan estas mujeres que durante tres días recibieron a más de 500 personas para excusarse de ser vocales, asumiendo quejas y molestias de los convocados, sumando a ello el resto de las responsabilidades que no pueden dejar de cumplir.

Sin embargo, confiesan ser unas amantes de su trabajo y, a pesar de los malos ratos, aseguran que son felices realizándolo. “A pesar de todo, a mí me encanta mi trabajo. Son días arduos, pero nos ayudamos entre todas”, asegura Marcela que lleva 20 años y sobre una docena de procesos eleccionarios en el cuerpo.

Para Pilar -que lleva 10 años- la experiencia que aportan Marcela, Claudia y Miriam es la mejor ayuda en estos “días de locos” que están prontos a concluir. “Son muy buenas funcionarias y hemos logrado conformar un muy buen equipo de trabajo”.

Finalmente, tras la dedicación y perfeccionismo propio de estas mujeres, su mayor satisfacción llega con el trabajo cumplido. Una misión que esperan concretar con éxito este próximo 17 de noviembre.

CORTOS RETRO

$18.900

$19.900

$19.900

$7.900

$12.900

$13.900

$19.900

$34.900

ENCUÉNTRALO

TODO EN PALOMA

Carlos Bories 869

LANZAMIENTO SPRING SUMMER 2014 DE CHRIST

Adriana Baleta te invita al lanzamiento de la colección Spring Summer 2014 de CHRIST, con la pasión que sólo esta firma alemana puede imprimir en cada prenda. El evento se realizará en Boutique Adriana Baleta, ubicada en Calle Bories 501, desde el **11 al 12 de noviembre de 10 a 21 horas.**

ADRIANA BALETA

CHRIST
German Leather Fashion since 1954

FONO 2220833 - BORIES 501
PUNTA ARENAS - WWW.CHRIST.EU

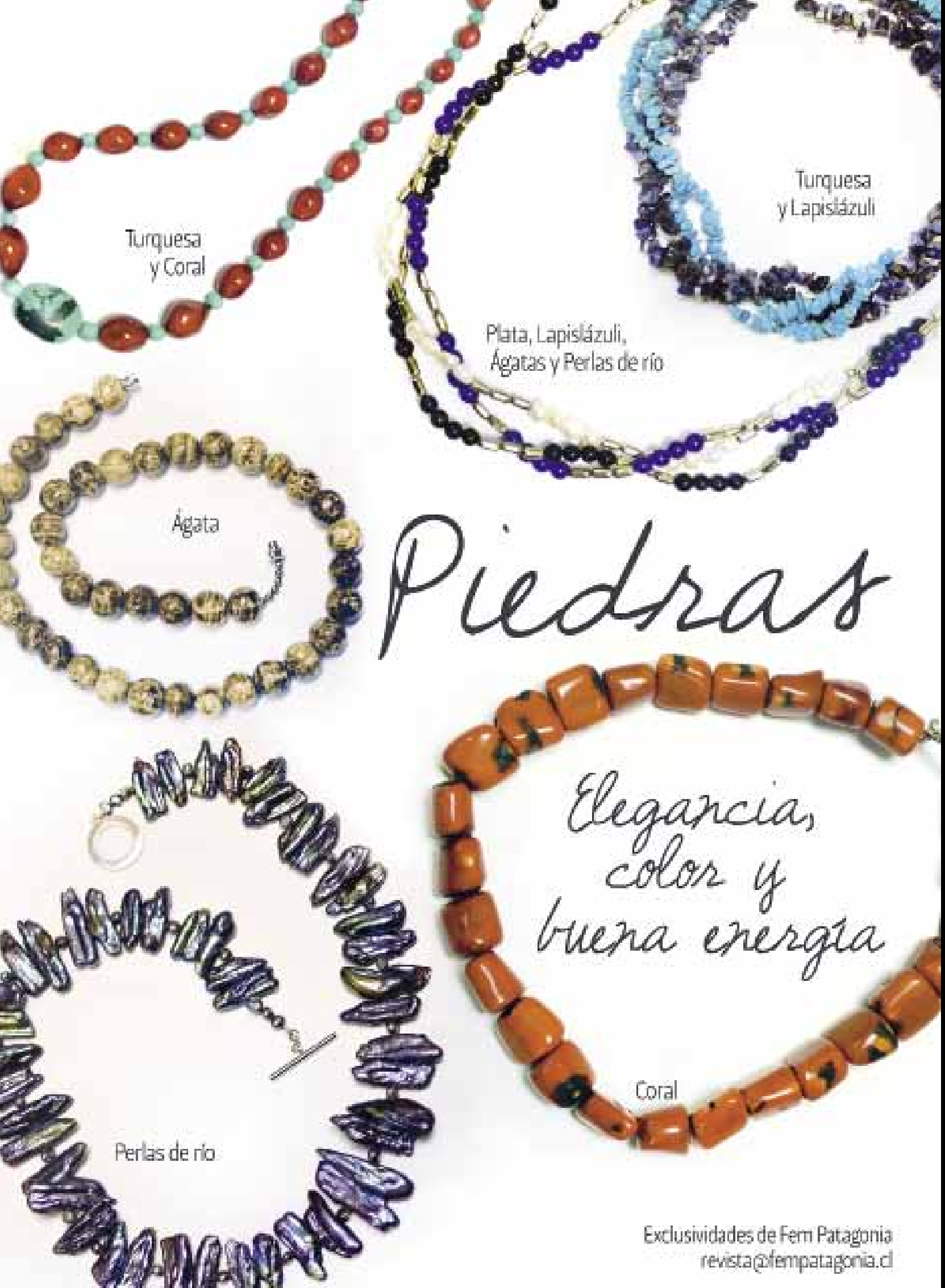
ESPACIO
ñandú

LAPISLÁZULI

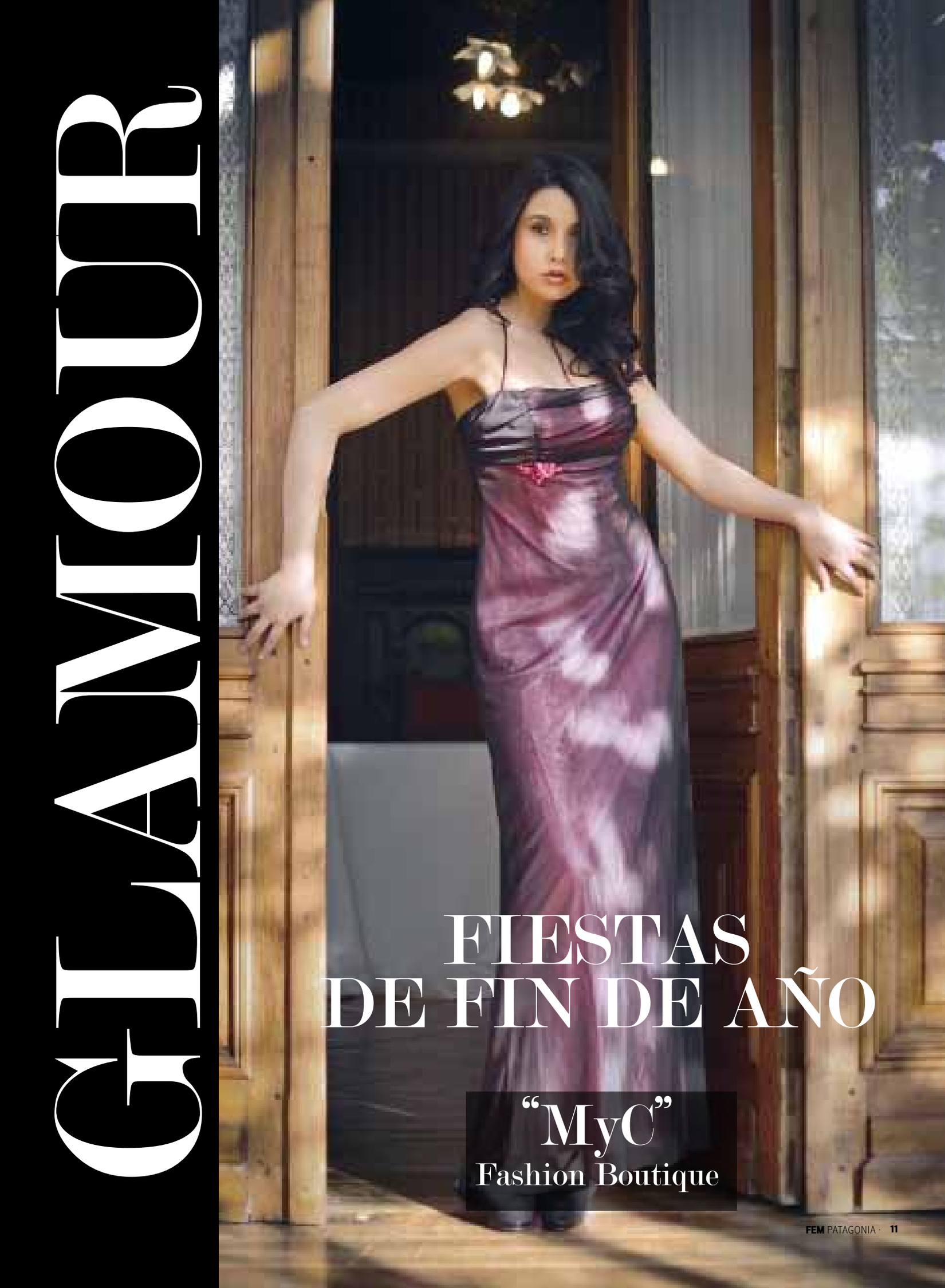
El cielo en una joya

El Lapislázuli es una piedra semipreciosa que sólo existe en dos partes del mundo: Afganistán y Chile. Por ello, es considerada un símbolo de nuestro país y se usa en artesanía y joyería fina. Su color azul es símbolo de pureza, salud, suerte y nobleza. Una amplia colección de joyería de lapislázuli, más metales nobles como plata oro y cobre, la podrás encontrar en Espacio ÑANDÚ, con hermosos diseños confeccionados a mano.

CALLE PRAT N° 200, A UN COSTADO DE LA PLAZA DE ARMAS, PUERTO NATALES.



Exclusividades de Fem Patagonia
revista@fempatagonia.cl


GLAMOUR
FIESTAS
DE FIN DE AÑO
"MyC"
Fashion Boutique

VESTIDOS "M y C"
FASHION BOUTIQUE
DE GRACIELA C. KING MIRANDA
ANGAMOS 597 ESQUINA CHILOÉ
TELÉFONO 89972299
PASQUENELLY@GMAIL.COM

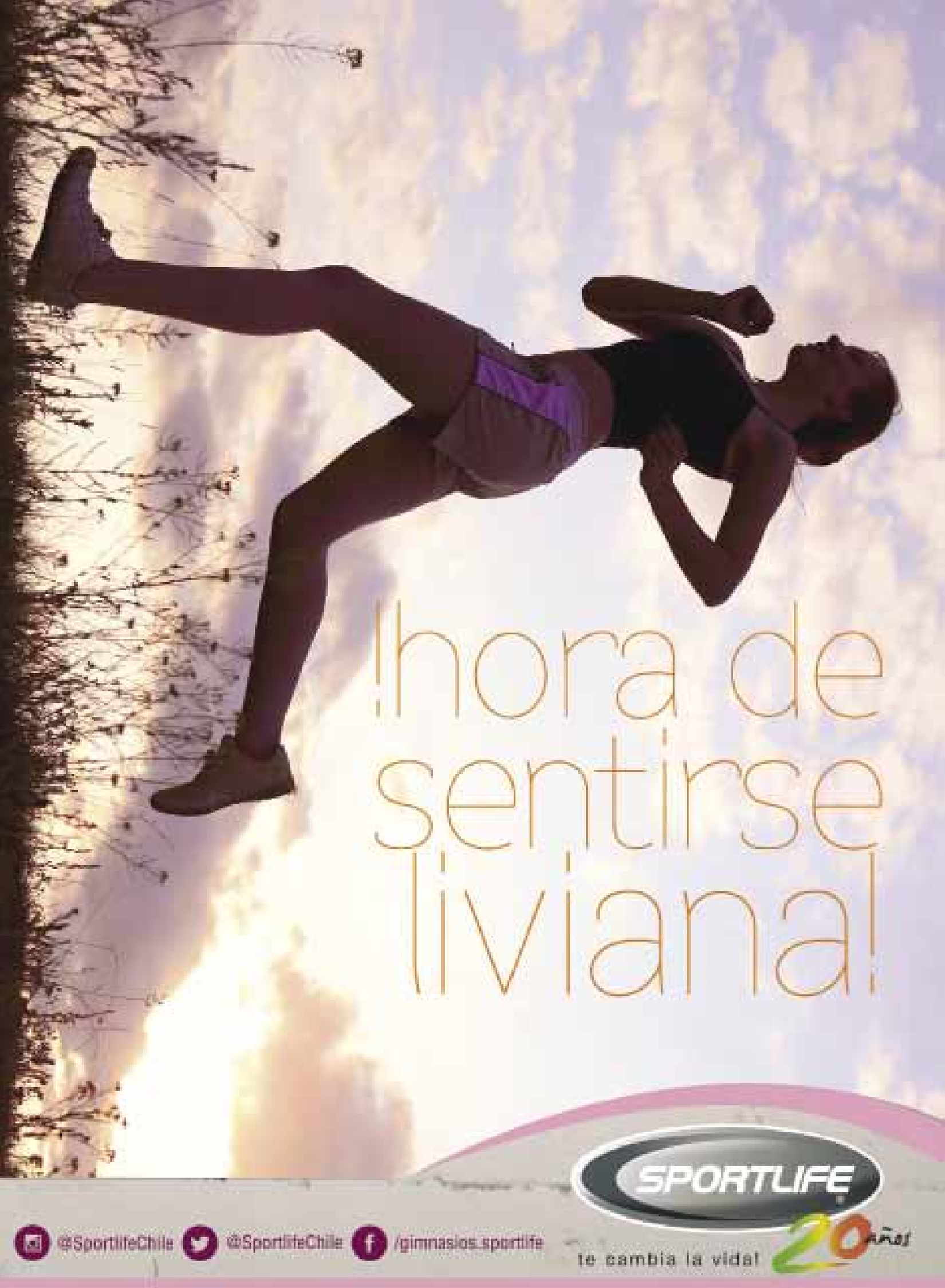
PEINADOS Y MAQUILLAJE:DAVID TRUJILLO
MODELOS: ACADEMIA STUDIO RUNWAY
J. CARRERA PINTO 1190

FOTOGRAFÍAS: ANDREA BARRÍA VILLARROEL

VESTIDOS "M y C"
FASHION BOUTIQUE
DE GRACIELA C. KING MIRANDA
ANGAMOS 597 ESQUINA CHILOÉ
TELÉFONO 89972299
PASQUENELLY@GMAIL.COM

PEINADOS Y MAQUILLAJE: DAVID TRUJILLO
MODELOS: ACADEMIA STUDIO RUNWAY
J. CARRERA PINTO 1190

FOTOGRAFÍAS: ANDREA BARRÍA VILLARROEL


¡hora de
sentirse
liviana!
SPORTLIFE
20 años
te cambia la vida!
@SportlifeChile
@SportlifeChile
/gimnasios.sportlife

Los beneficios de mantenerse hidratado

2,5

a 3 litros de agua requiere el organismo para mantenerse hidratado y compensar la pérdida de líquidos que se producen habitualmente.

El agua forma parte de la composición del cuerpo humano y es imprescindible para el correcto desarrollo de numerosas funciones vitales; hasta para respirar es necesario eliminar agua. Aunque es preciso beber agua durante todo el año, en verano, con el aumento de la temperatura, perdemos mayor cantidad de líquidos corporales, por lo que es necesario reponerlos bebiendo más agua, u otro tipo de líquidos o alimentos ricos en agua".

Así lo remarca la profesional Eva Salabert, en el sitio Web Consultas, en que aborda la importancia de hidratarse y, sobre todo, hacerlo en época de verano.

Para entender por qué tomar líquido en abundancia y comer alimentos ricos en agua es importante, se debe comprender que este elemento es vital para el funcionamiento correcto del organismo.

Como explica Eva Salabert: "El agua interviene en el transporte de los nutrientes a las células y facilita la digestión, ayuda a regular la temperatura corporal, y contribuye a mantener la salud y el buen aspecto de la piel.

"Las personas necesitamos alrededor de dos litros y medio de agua cada día para mantener hidratado el organismo y compensar la pérdida de líquidos que se produce al realizar las diversas funciones corporales: orina, respiración, sudoración y heces. En caso de practicar deporte o realizar algún otro esfuerzo físico, o si hace mucho calor o nos exponemos al sol, debemos aumentar la ingesta de líquidos".

CONSEJOS

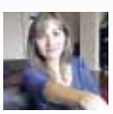
Para cumplir la meta de beber dos y medio a tres litros de agua, trata, inicialmente, de ingerir agua de la llave o mineral desgasificada y baja en sodio en forma pausada durante todo el día.

Si requieres ayuda, cumple la meta tomando agua pura y otros líquidos como jugos de fruta sin azúcar, caldos desgrasados, batidos, refrescos Light e infusiones de yerbas naturales.

También genera en tus hijos este hábito saludable y vigila que ellos tomen bastante agua cuando estén jugando al aire libre o si practican deportes.

Es importante limitar la ingesta de bebidas alcohólicas, pues el alcohol tiene un efecto deshidratante. La única excepción es la cerveza, pero aquella que no contiene alcohol. Otras bebidas veraniegas como la sangría y/o otros bebidas que se hacen en base a vino y fruta pueden beberse, pero con mucho hielo.

CUANDO EL CUERPO ENFERMA



SOL GUERRA JORQUERA
PSICÓLOGA CLÍNICA
MAGÍSTER PSICOTERAPIA
SISTÉMICA CONSTRUCTIVISTA
AMANECEENELSUR@GMAIL.COM

Sería interesante que habláramos acerca de las enfermedades. El cuerpo es la última instancia que tiene la consciencia para mostrarnos algo que no queremos ver. Una táctica para hacer más palpable, más concreto, aquello que tendríamos que estar observando.

Es básico entender que eso de que seamos una verdadera unión cuerpo-mente (y no una simple suma de partes) tiene implicancias prácticas, muy reales, que no podemos ignorar.

Que el cuerpo enferme nunca es un hecho aislado. El cuerpo solo no se enfermaría; no es, por tanto, el cuerpo el que se enferma. El cuerpo es sencillamente el plano donde se manifiesta la enfermedad. El síntoma es el indicador de que algo anda mal y, si nos mantenemos en una dualidad cuerpo-mente, sólo nos esforzaremos por apagar ese indicador y no por investigar el verdadero problema.

Cuando el niño enferma, la alerta es tanto más urgente como funcional; el niño enferma más fácilmente que la madre porque, al estar naturalmente en un estado emocional más puro o transparente que sus padres -que ya llevan encima muchos años de socialización-, es mucho más susceptible a manifestar aquello que la madre se niega a ver. Al mismo tiempo, la enfermedad del niño simplemente no puede esperar, resultando en una oportunidad mucho más obvia, si se quiere, de entrar en lo que de verdad ocurre.

Que el cuerpo enferme nunca es un hecho aislado. El cuerpo solo no se enfermaría; no es, por tanto, el cuerpo el que se enferma. El cuerpo es sencillamente el plano donde se manifiesta la enfermedad.

Aun así, desde luego que lo más común es buscar explicaciones externas –incluso algunas un tanto inverosímiles- para las enfermedades de los niños y así evitar entrar de lleno en el asunto. Pero esto de entrar de lleno en el asunto no necesariamente hay que entenderlo como el convertirse en un detective que persigue hasta la más última de las causas, entendiendo así que sería posible llegar a eso, sin más. Más bien, refiere a que se presenta una valiosa oportunidad de evaluar con honestidad el sistema emocional que está operando entre madre e hijo. De ver qué nos está pasando, a qué nos estamos negando, qué luchas estamos dando, qué es lo que estamos escondiendo debajo de la alfombra.

Sería interesante que habláramos acerca de las enfermedades, es decir, que entráramos en su significado, que pensemos en por qué nos están "ocurriendo", qué hay de ese momento, qué hay de ese contexto emocional, qué estamos ganando y qué estamos perdiendo cuando estamos enfermas o cuando tenemos a un hijo enfermo. Sería interesante hacer justicia a nuestro discurso de que cuerpo y mente no son dos cosas separadas y comprender que, al enfermarnos, hay algo que debemos mirar.

Sería interesante que habláramos acerca de las enfermedades, es decir, que entráramos en su significado, que pensemos en por qué nos están "ocurriendo", qué hay de ese momento, qué hay de ese contexto emocional, qué estamos ganando y qué estamos perdiendo cuando estamos enfermas o cuando tenemos a un hijo enfermo.

La toxina botulínica, PILAR PARA REJUVENECER EL ROSTRO

Ya hemos demostrado anteriormente en estos artículos el origen, descubrimiento y aplicación de la Toxina Botulínica como tratamiento médico y para el rejuvenecimiento del rostro. Como sabemos, es segura y eficaz para la corrección de las arrugas faciales que se producen por la acción de los músculos que le dan la expresión a la cara. Con el adecuado y profundo conocimiento de las estructuras involucradas, se consiguen excelentes resultados, sin complicaciones ni efectos adversos.

Es cierto que la Toxina Botulínica no reemplaza la cirugía cuando ella está indicada, pero es inmensamente valiosa porque, además de ser un coadyuvante poderoso con otros procedimientos, es también un tratamiento estético único y muy positivo.

Cuando un paciente requiere de un cambio en su cara, este tratamiento asoma en primer lugar, por sus ventajas:

- Hace disminuir las patas de gallo, las arrugas del entrecejo y la frente.
- Eleva ligeramente las cejas hacia arriba, lo que otorga un aspecto más relajado y más joven al rostro.
- Se aplica también en el cuello y en el escote
- Mejora el contorno facial, aportando mayor naturalidad cuando se aplican rellenos
- No necesita anestesia
- No requiere de pruebas de alergias
- Sus resultados son visibles después del 5° día y definitivos a los 15 días.
- Tiene otras indicaciones médicas, como en el bruxismo
- Se puede aplicar en cualquier época del año.

El tratamiento con Toxina Botulínica es sensible en su uso y aplicación a una buena técnica, y con eso se optimizan los resultados. También los tratamientos combinados con plasma rico en plaquetas y ácido hialurónico, para toda la cara, otorgan a los pacientes respuestas aún más armoniosas a sus requerimientos.

Los resultados a largo plazo son notables. No debe focalizarse el tratamiento en los próximos meses. Se debe trabajar pensando en la aplicación de la Toxina Botulínica dos veces al año, obteniéndose así mejorías progresivas que serán cada vez más notorias. Esto ha hecho que la Toxina Botulínica sea el procedimiento estético no quirúrgico número 1 en el mundo moderno.

DR. MAURICIO VARGAS ZEC

Cirugía y Traumatología Bucal y Máxilo Facial
Plástica y Estética Facial
Implantes Óseointegrados

- Cirugía Bucal e implantes
- Botox®, Dysport® estético y terapéutico
- Ácido Hialurónico y bioplastía
- Plasma Rico en Plaquetas

mvargas@drmvargasz.cl

Consulta
Rómulo Correa 684
Teléfono (61) 2214010
Punta Arenas

Consulta
Blanco Encalada 941
Celular 77385727
Puerto Natales

Clínica Algarrobal Chicureo
Santa Emilia 201-203
Teléfonos (2) 28431941 (2) 28430476
Chicureo Santiago

María Paz Barrientos, gerenta local de Ésika

"En este trabajo SOY PROFESORA, PSICÓLOGA, PSIQUIATRA Y CONSEJERA"

"SER GERENTA LOCAL es más que administrar una marca, es escuchar, ser paciente, tolerante, comprensiva y ayudar lo más posible a las mujeres que trabajan en esto", explica esta profesional.

"Este trabajo le da la posibilidad a muchas mujeres que son madres, dueñas de casa y jefas de hogar, de ser independientes, tener su dinero y comprar sus cosas y eso es lo que más me gusta de este trabajo, poder ayudarlas en eso", explica, orgullosa, María Paz.

Como el "trabajo ideal" define María Paz Barrientos su puesto como gerenta zonal de productos Ésika en Magallanes, una labor que agradece tener en una etapa crucial de su vida: ad portas de ser madre por primera vez.

Hace poco más de un año y medio, esta profesora de Educación Física egresada de la Universidad de Magallanes, decidió tomar un desafío distinto. Postuló a la empresa de maquillaje Ésika, sin muchas expectativas de ser seleccionada y hoy lleva con éxito la administración regional de una de las empresas más grandes de cosmetología.

Un cargo que, si bien, la obligó a dejar su vocación, hoy le proporciona el tiempo que necesita como futura mamá y dueña de casa, además de permitirle conocer personas, interactuar y, por sobre todo, ayudar a cientos de mujeres que buscan ser económicamente independientes.

El cambio de académica a gerenta, si bien fue brusco, le enseñó a María Paz otra forma de desarrollarse y de contribuir a la sociedad a través de las 500 mujeres que están a su cargo, siendo lo que más aprecia de su labor.

En ello, las cualidades que le otorgó su profesión han sido fundamentales, explica. "En este trabajo actúas como profesora, psicóloga, psiquiatra y consejera, por la cantidad de personas, especialmente, mujeres con las que trabajo y en eso mi carrera me ha ayudado bastante".

Agrega que: "He visto aquí muchas realidades distintas de las mujeres, por ejemplo, que el marido no las deje trabajar, y también, jefas de hogar que, como cuidan a sus niños no pueden trabajar con horario fijo, entonces, para ellas, éste es el trabajo ideal".

Actualmente, la empresa Ésika en Magallanes cuenta con sobre 1.000 consejeras y consejeros, cada uno con un mínimo de 8 clientes por campaña.

Esto, a juicio de María Paz, da cuenta del gran espectro de personas que mueve esta industria a nivel regional y nacional, del cual ahora ella forma parte, orgullosamente.

"Mi trabajo es cumplir con las expectativas, tanto de mi empresa como de mis consultoras. A ellas trato de ayudarlas lo más posible, cuando tienen problemas, las visito y eso es lo más motivante de esto, representar a mi región en la empresa y no sólo en la parte administrativa, sino sobre todo en lo humano", concluyó.

"Cuando me llamaron de la empresa, lo pensé mucho, porque mi profesión me encanta, pero quería hacer cosas nuevas, lo intenté y ahora estoy súper contenta", asegura la gerenta regional de Ésika.

NEGOCIO DE ÉSIKA EN MAGALLANES
Tres son los catálogos que ofrece Ésika en la región:
– Ésika: Maquillaje de larga duración y perfumería
– L'bel: Cremas de origen francés
– Cyzone: Maquillaje bajo en químicos enfocado en las adolescentes.

Calafate: los productos que se buscan para volver a Magallanes

El calafate, fruto silvestre autóctono de la Patagonia, en la actualidad es muy apetecido por quienes se dedican al rubro de la cocina en la región, sobre todo por aquellos que han enfocado su producción a creaciones gourmet con materia prima local.

Es el caso de Carolina Cárdenas, propietaria de Secretos de la Patagonia, con vasta experiencia en elaboraciones con productos regionales, quien manifiesta su preferencia por el calafate en la manufactura de sus preparaciones.

"Tenemos: Mermelada de calafate, syrup o jarabe de calafate, vinagre con calafate, calafate al escabeche, miel de abejas con calafate, infusión frutal de calafate, té de hoja con calafate, chocolates, alfajores y jalea de vino con calafate", detalla con orgullo agregando que cada vez se está haciendo más difícil recolectar calafate para los temporeros debido a que "la ciudad va creciendo y los lugares, donde crece el fruto, se van poblando y lo van eliminando. Cada día cuesta más cosechar calafates porque la gente tiene que alejarse mucho de la ciudad para encontrarlos".

Asimismo, señala que en el calafate hay un nicho no explotado industrialmente muy importante. "El calafate es el berry con más potencial antioxidante de los estudiados hasta el momento, lo sé por los estudios que está haciendo la Universidad de Concepción; posee más antioxidantes que el arándano, el maqui o cualquier otro. Es un producto, para esta región donde se come poca fruta y verdura, indispensable. Además, los turistas buscan productos que contengan el fruto", explica.

Por ello es que Carolina Cárdenas visualiza a corto plazo la necesidad de cultivar en forma industrializada este apetecido fruto local.

"Se está haciendo necesario producirlos industrialmente pero aún es difícil porque, al ser un fruto silvestre, hay que domesticarlo y no sé si hay alguna manera de hacerlo. Se requiere de investigación e inversión", sentencia.

Carolina Cárdenas, propietaria de Secretos de la Patagonia, manifiesta su preferencia por el calafate en la manufactura de sus preparaciones.

3 PASOS
HOTEL POSADA

Historia e inspiración, en medio de una geografía de ensueño...

KM 38, COMUNA DE TORRES DEL PAYNE
PATAGONIA, CHILE
+569 9644 5862
RESERVAS@HOTEL3PASOS.CL

Cristina Marnich
centro de nutrición

Belleza y relajación en un mismo espacio

Johanna Navarro

Un nuevo y completo servicio de belleza, con el distinguido sello de Cristina Marnich, se suma al Centro de Nutrición, esta vez con una atractiva mezcla de atenciones superará todas las expectativas.

"El espacio es súper importante, que la clientela se sienta cómoda y bien atendida es muy relevante y acá con Cristina Marnich, lo tenemos".

Una experiencia "diferente" es la que ofrece Johana Navarro, la nueva integrante del moderno Centro de Nutrición de Cristina Marnich, quien ofrece una atención integral y diferente a través de sus servicios de depilación, masajes relajantes, tratamiento facial, ondulación de pestañas y bronceado DHA.

Alrededor de siete años de experiencia posee Johana en la entrega de estos servicios en Punta Arenas, lo cual le ha permitido ir perfeccionando no sólo su técnica, sino también, la manera de ofrecer sus tratamientos a la clientela.

De ahí que, tras realizar diversos cursos certificados en Santiago -tales como depilación, extensión y ondulación de pestañas, masajes de todo tipo y cosmetología- y trabajar con diversos exponentes de la belleza en Magallanes, finalmente, escogiera el centro de Cristina Marnich y no otro para continuar brindando sus servicios.

"Después de un tiempo y de haber trabajado con distintos profesionales en Punta Arenas, conocí a Cristina. A ella le gustó mi trabajo y a mí me gustó el centro, el espacio, las ideas que tenía y, por sobre todo, lo que integraba: la armonía y relajación, a la vez que aplico mis técnicas", explica Johana

¿La novedad? Es que además de las

Cristina Marnich
centro de nutrición

¡compra tu gift card y haz un regalo distinto!

Válido por Sesión o Tratamiento con algunas de nuestras profesionales

El centro de nutrición Cristina Marnich tiene la filosofía y convicción de entregarle no sólo un servicio, sino una experiencia.

"Cualquier tratamiento o atención que uno le proporciona a los clientes debe ir con algo más, conocer a la persona, sostener un diálogo con ella, tener música para que se relaje... se pueden dar una ducha refrescante antes de una depilación, todo eso lo ofrecemos aquí", añadió la especialista.

Los valores de los distintos tipos de depilación (desde cejas, hasta pierna completa) van desde los $3.000 a $10.000. El resto de los servicios de ondulación de pestañas y limpieza facial fluctúan entre los $13.000 a $15.000, y el masaje relajante $15.000. El horario de atención es de 9:00 a 13:00 horas y de 15:00 a 19:30 horas, de lunes a viernes.

mencionadas prestaciones, el atractivo espacio que ofrece el centro brinda a los clientes la privacidad que todos buscan, sumado al grato ambiente que proporcionan los aceites de aroma terapia, las velas y la música que acompañan la entrega del servicio.

Lleva tu giftcard con un novedoso y exclusivo envoltorio

Cecilia Penoy
MANICURISTA

Manicure tradicional y esmaltado prolongado con y sin diseño, embellecimiento de pies y manicure de hombre.

Johanna Navarro
SERVICIOS DE BELLEZA

Limpieza facial, tratamiento de acné, depilación con cera tradicional y roll on, ondulación de pestañas con y sin tinte, masaje relajante y bronceado DHA.

Daniela Jutronich
MEDICINA CHINA

Acupuntura, Auriculoterapia, Masaje Tuina, Reflexología.

www.cristinamarnich.com
Email: nutricion@cristinamarnich.com Teléfono: 61-2245574
Secretaria: 9078 4402 - Dirección: Chiloé 1218-A Punta Arenas

CABAÑAS

PATAGONIA ENCANTADA

WWW.PATAGONIAENCANTADA.CL

Únicas y hermosas cabañas con:
-Terraza
- Agua caliente
- Cocina
- Calefacción central
- Dormitorio matrimonial
- Sala de estar
- 3 camas americanas de 1 plaza

HUERTO ORGÁNICO #189
CALLE DOS
PUERTO NATALES
CEL: (56) 9 76251984

La virtud curativa de las plantas

FERNANDA SALDIVIA SALAZAR presentó recientemente su libro "Mis amigas las plantas" donde aborda el valor terapéutico de las diversas especies naturales.

FERNANDA SALDIVIA SALAZAR
FACEBOOK: AMATISTA

Hace ya más de dos años que me introduje en ésta maravillosa ancestral medicina, que comencé a estudiar por cuenta propia en la región de la Araucanía en la ciudad de Pucón, la que me llevó a crear un herbario llamado "Mis amigas las plantas" y junto con ello una marca de productos naturales llamada "Amatista: una re-conexión con la madre naturaleza", todo gracias al apoyo de la Corporación Nacional de Desarrollo Indígena de Punta Arenas (Conadi). Actualmente llamada fitoterapia, podríamos definirla como el tratamiento de las enfermedades por medio de plantas curativas. Las plantas tienen valor terapéutico debido a sus principios activos contenidos en las mismas que, a mí personalmente, me gusta llamar "virtud curativa" algo así como el don de cada planta, al igual que nosotros los humanos:

"Cada planta tiene su manera de ser, igual que tú tienes la tuya y yo tengo la mía, entonces si tú la respetas, le vas a sacar un buen provecho"

Las plantas tienen sensibilidad, ¿lo sabías? A estas alturas está científicamente demostrado; sufren; se alegran y lloran a su manera, lo mismo que ocurre con nosotros los humanos. Hay plantas dotadas de un aura con un gran poder de irradiación y, por tanto, de una individualidad, o mejor, de una personalidad muy fuerte. Las plantas están sujetas a simpatías y antipatías.

Bajo la tierra a dos dedos de la superficie, todo se encadena misteriosamente, sólidamente. En la naturaleza, nada se pierde, nada se destruye, puesto que todo se transforma y es vuelto a la vida con otras formas. Microorganismos, plantas, animales, hombres están relacionados y dependen estrechamente los unos de los otros en un equilibrio milagroso.

Históricamente, las plantas han tenido una función sanadora y medicinal de extraordinaria importancia, pues antes del desarrollo de la química tal y como la conocemos hoy en día, los únicos medicamentos que utilizaba el ser humano eran los que la naturaleza le brindaba directamente.

Actualmente, a pesar del alto desarrollo químico y farmacéutico, las personas empiezan a demandar un pequeño paso hacia atrás en este tema, sin que este paso resulte un retroceso científico. Al fin y al cabo, todo fármaco sintético tiene su origen último en la naturaleza.

Entonces, ¿por qué no curarnos con lo que directamente nos da la tierra? Siempre y cuando la enfermedad que tenemos no sea de mayor gravedad.

La medicina de las plantas, o fitoterapia, constituye una fenomenal alternativa al mercado tradicional de fármacos sintéticos y presenta multitud de ventajas frente a este último, algunas de ellas son:

- Actúa de forma más suave y, sin embargo, más profunda sobre el organismo.

- Presentan nulos o reducidísimos efectos secundarios.

- Detrás de la fitoterapia no existe un mercado regido por las leyes económicas.

> **"Cada planta** tiene su manera de ser, igual que tú tienes la tuya y yo tengo la mía, entonces si tú la respetas, le vas a sacar un buen provecho".

- En general son remedios mucho más económicos.

Aunque las personas no crean, en la región de Magallanes tenemos al alcance o podemos cultivar más de 10 tipos de plantas medicinales como el canelo, matico, zarzaparrilla, frambuesa, ruibarbo, caléndula, ruda, ortiga, llantén, diente de león, eucalipto, menta, perejil, rosa mosqueta, pino, ajo, calafate, orégano, entre otras.

Lo maravilloso de la sanación por medio de las plantas es la conexión que uno comienza a sentir con la madre tierra y, por tanto, te vuelves más consiente de cuidarla y de respetarla y, por ende, de tu auto-sanación.

Orgasmo serrano,
el cóctel perfecto para una noche de pasión

El vino tinto es uno de los complementos perfectos para una noche de pasión.
Aquí una receta de verano, ahora que vienen los días largos y más calurosos.
Orgasmo serrano* es el sugerente nombre de este cóctel que promete:

- Medio litro de vino tinto.
- Dos o tres rodajas de durazno.
- Dos cucharadas grandes de azúcar.

Todo se bate en una licuadora con mucho hielo y después vemos!!!!

*Receta de Maxi Cossetto, Córdoba, Argentina.

Tratamiento para el control de peso

Nutri Golden
ALIMENTACION Y SALUD

PREVENGA ENFERMEDADES 100% NATURAL GANE MAS VIDA

UN MÉTODO INNOVADOR
El tratamiento incluye semanalmente:

PROMOCIONES
Válidas hasta el 30 de Nov. de 2013

Descuento de $10.000
con la compra de 1 mes de tratamiento

Descuento de $40.000
con la compra de 2 meses de tratamiento

Descuento de $90.000
con la compra de 3 meses de tratamiento

www.nutrigolden.cl

VISA MasterCard Maestro

61 224-0989
Mejicana 1447 Punta Arenas
www.nutrigolden.cl

LA MUJER QUE RESCATÓ la historia cultural de Magallanes

EN SIETE MESES, esta magallánica amante y profesional de las artes inventarió, catalogó y recopiló un total de 152 obras pictóricas del Museo Regional, logrando recoger uno de los trozos más dinámicos de la memoria cultural de la región.

"Hay una tremenda riqueza de conocimiento en la región que hay que desarrollar a través de muestras y de invitar a la gente a que se acerque y conozca este patrimonio".

Nacida en Magallanes, pero con una historia de vida que la llevó a residir en Francia durante diez años, Claudia Bahamonde Gallardo, se confiesa una amante de las artes y así lo ha demostrado a lo largo de su vida.

Prueba de ello, es su último proyecto, desarrollado en conjunto con el Museo Regional de Magallanes, donde la profesional realizó un metódico trabajo de rescate y recopilación de 152 obras pictóricas, a través de la selección de pinturas, dibujos y grabados que datan de mediados del Siglo XIX los más antiguos.

El proyecto nació por una necesidad del museo de estudiar la colección de arte prevalente en el depósito de conservación de la Dibam, con el objetivo de crear una base de datos, inventariar el total de obras y establecer una reproducción digital.

Y para lograrlo, nadie mejor que Claudia, quien realizó su formación académica en la Universidad de París 1 Pantheón-Sorbonne, donde estudió Artes Plásticas por 5 años, tras lo cual, su impecable carrera la llevó a desarrollarse como docente en la Universidad Católica de Chile, la Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación y la Universidad de Magallanes, así como también, en la dirección de una serie de proyectos Fondart, charlas y otros proyectos culturales.

"Todo surgió por una conversación con la directora del Museo, donde había la necesidad de esto y, la verdad, yo tenía muchas ganas de dirigirlo. Se dieron todas las condiciones para hacerlo", explicó contenta durante el cierre de la investigación, presentada a la comunidad a fines de octubre.

Si bien el proyecto concluyó, el asombro que esta colección produjo en Claudia y el resto del equipo colaborador, despertó la inquietud de continuar con la labor de difusión.

"Para mí fue una gran satisfacción poder conocer más de cerca estas obras que tienen un valor tan grande y ahora siento una gran responsabilidad de darlas a conocer", explicó entusiasta.

La idea de la profesional es que ahora otras personas se hagan parte de este rescate. "Ojalá ellos puedan participar de esto a través del conocimiento de las pinturas, porque con ellas hay parte de la historia de la región que se ha ido olvidando y la idea es recuperarlo".

Hoy parte de esa historia se encuentra recopilado en un archivo digital disponible para quienes deseen, como Claudia, ser parte del rescate de la historia cultural de la región. La invitación está hecha.

"Es asombroso ver a los turistas extranjeros que vienen de paso y que ellos sí le dan valor a todas estas piezas que están en el museo y que nosotros que vivimos en la ciudad, no lo hacemos".

"Hay todavía mucho que hacer en la historia del arte en Chile y los contenidos que hay en la región podrían ayudar mucho a eso".

Actúan el 16 de noviembre en Dreams

"LAS INDOMABLES" LLEGAN CON LA LENGUA MÁS AFILADA QUE NUNCA

LAS FIERAS de la farándula, Patricia Maldonado, Raquel Argandoña y Pamela Díaz, presentan este show al que se suma el humor de "Ja ja" Calderón, como la "Doctora Cordura".

Nadie quedará de pie después de la artillería que traen estas mujeres. Las más temidas de la televisión, con una trayectoria en que las polémicas ya no les hacen ni cosquillas. La líder es la incomparable Patricia Maldonado, quien hace dos años planeó encapsular todos los comentarios que a diario emite por las pantallas de Mega y junto a su compinche, Raquel Argandoña, que si bien está en otra trinchera televisiva, comenzaron a dar cuerpo a un café concert, donde pudieran tocar libremente todos los temas que encienden, tanto la farándula como la política.

Así nació el espectáculo "Las Indomables", que tras dos años en cartelera, y con la presencia de Pamela Díaz y la doctora María Luisa Cordero, llenaron teatros con su estilo único, irreverente, ácido, polémico. Tanto fue la carga de explosivos que traían en sus carteras, que una iba a terminar estallando. Y esa fue la doctora Cordero, que abandonó el buque tras "agarrarse de las mechas" con Argandoña y Díaz.

Así, llegó al elenco la "Doctora Cordura", interpretada por el comediante Juan Luis "Ja ja" Calderón. Este cambio le dio un giro al programa, con más protagonismo para el humor, más que a la refriega. Básicamente, el espectáculo es la consulta de la doctora, a la que por un error en la hora, cita al mismo tiempo a Maldonado, Argandoña y Pamela Díaz. Ahí se establece una terapia grupal, que termina con todas sacándose los "trapitos al sol". Además, no hay que olvidar que la fecha del show está pegada a las elecciones y por ello, "Las Indomables" prometen que le darán mucho al tema político, sector donde Patricia Maldonado tiene reservados sus mejores cartuchos.

Al respecto, Raquel Argandoña indicó que no hay ningún problema con sus compañeras, ni siquiera cuando aparece algún comentario no planificado: "al contrario, nos salimos varias veces de libreto, nos pisamos; pero esa la gracia del café concert, que es en vivo y siempre salen cosas nuevas". Asimismo, adelantó que con Maldonado ya se encuentran planificando otro espectáculo, pues "Las Indomables" ya sacan los pañuelos del adiós. Esto, porque como apuntó Pamela Díaz, "hay otros proyectos, llevamos dos años increíbles ya presentándonos, y todos los días, fines de semana, creo que llegó el momento de parar".

Las entradas para ver a "Las Indomables" se pueden adquirir en el hall del Hotel Casino Dreams, y tienen un costo de 10 mil pesos (Golden), 20 mil la entrada Platino, y de 25 mil la Black Vip. Además, habrá un descuento de 20 por ciento para los socios de Club Mundo Dreams.

FEM PATAGONIA

te regala entradas para ver a **"Las Indomables"**

Escribenos revista@fempatagonia.cl

Pamela Díaz, "Ja ja" Calderón representando a la "Doctora Cordura", Raquel Argandoña y Patricia Maldonado serán "Las Indomables", el 16 de noviembre, en Dreams

"Del beso al escupo"

LA OBRA QUE INVITA A DEBATIR SOBRE LA VIOLENCIA CONTRA LA MUJER

La población Archipiélago de Chiloé en Punta Arenas fue la escogida para iniciar el recorrido de la obra itinerante de danza teatro "Del beso al escupo", creada y actuada por la magallánica Verónica López Vidal, una joven profesora de danza de Porvenir, cuya inquietud social la motivó a escribir y perfeccionar esta conmovedora presentación cuyo fin es abrirle los ojos a la comunidad ante la dramática realidad de las mujeres maltratadas.

La obra, creada y personificada íntegramente por la bailarina porvenireña, evidencia la historia de una mujer desde su enamoramiento, pasando por todas las etapas de encuentros y desencuentros amorosos con su pareja -un hombre golpeador- igualmente representado por ella, con alusiones a golpes, abusos sexuales, arrepentimiento... hasta llegar al femicidio.

Fue hecha durante sus estudios universitarios en Santiago, cuando Verónica, quien ya poseía una fuerte preocupación social, comenzó a estudiar el comportamiento de las mujeres y la inhibición de éstas frente a distintos temas -incluso con su propio cuerpo- a raíz del fuerte machismo prevalente en el país.

"Empecé a estudiar este lado social y me di cuenta que todavía somos unas mujeres sumisas", sostiene, hacia dónde apunta el llamado que hace su obra.

Agrega que: "Siempre tuve un discurso claro respecto a esto, porque soy mujer, estuve mucho tiempo dando clases a mujeres chilenas de diferentes partes y me di cuenta que existe eso en común".

Es así que, en medio de una "locura", según define, nace una motivación el 2009 por difundir esta temática a través de su obra, la que ha ido variando a través de los años, sin modificar su esencia.

"La esencia es que sea algo muy verdadero, porque la obra siempre fue pensada para llevarla a mujeres de población y, por eso, jamás iba a crear algo que nadie entendiera", expresó, añadiendo que su objetivo con ella nunca fue artístico, sino más bien, ilustrativo, invitando al debate a través del foro que se realiza inmediatamente finalizada la obra y que fue pensado con ella.

La meta propuesta por Verónica, sin duda, se logra a cabalidad y así lo indica una de las organizadoras de la actividad, Dexis Montero, encargada de la Oficina comunal de la Mujer, quien quedó impresionada con el resultado de la obra tanto en mujeres como hombres que la han observado.

"La idea fue poner este tema en el tapete y contribuir a la discusión. Es impresionante cómo las personas, después de ver la obra, quieren hablar sobre el tema por lo impactante que resulta".

La positiva experiencia que ha dejado esta representación será replicada en otras tres poblaciones de Punta Arenas. La más cercana se realizará el 14 de noviembre en la escuela de la población Manuel Bulnes, luego, el 23 del mismo mes se llevará a la sede vecinal de Cardenal Silva Henríquez, para concluir el próximo 25 de noviembre en el salón multiuso de Ríos Patagónicos.

DEJAR que las personas se atrevan a hablar del tema es el primer objetivo de la impactante presentación que realiza la joven profesora de danza, Verónica López, y que recorrerá distintas poblaciones de la ciudad.

Valentina Andrade

Camila Quinteros

Paloma Núñez

Javiera Barrientos

Niñas VALIENTES

Dando sus primeros pasos en el intrincado circuito de Mountain Bike, estas pequeñas demostraron su habilidad y talento en la quinta fecha austral de la especialidad (fin de campeonato), en el sector denominado Los Potreros en Punta Arenas.

Agustina Fuentes

Ignacia Azocar

Catalina Meneses

Un momento memorable

ENCUENTRA TODO LO
QUE NECESITAS PARA TUS HIJOS EN

LA CASA DEL BAUTIZO

VESTIDOS - ZAPATOS - ACCESORIOS - SOUVENIRS

LOCAL #26
CARACOL AUSTRAL
FONO: 2224738
PUNTA ARENAS

Great Vibro Gym

PLATAFORMAS VIBRATORIAS

¡CELEBRA NUESTRO
PRIMER ANIVERSARIO
CON INCREÍBLES
PROMOCIONES!

- 2x1 en 8 sesiones: $20.000 (*)
- 2x1 en 12 sesiones: $30.000 (*)
- 30% de descuento en 15 sesiones: **$26.600** (antes $38.000)
- 20% de descuento en plan mensual **$44.000** (antes $55.000)

EN LA LÍNEA GLAM
ENCUENTRA CARTERAS,
BILLETERAS, LEGGINS,
BLUSAS, BLAZERS, ZAPATOS,
ACCESORIOS CON **FABULOSOS**
DESCUENTOS

Drena, tonifica, modela y reduce medidas con sesiones de 20 minutos diarios(**)

Tu corazón no late, vibra

(*) Promoción válida para dos personas
(**) Previa evaluación de salud

Claudio Gay #01084 esquina Toribio Medina
(entre Enrique Abello y Manantiales), cerca Unimarc ESPAÑA
Horas: 97660233 - 2216601

El Ovejero

café & souvernir store

Todo lo que necesitas
para comenzar tu aventura austral

Cafetería – Restorant
Tienda de Souvenir
Compra de moneda extranjera
Turismo estancia y transporte

0056 – 61 – 2414952
VHF – 148.500
info@ovejeropatagonico.com www.ovejeropatagonico.com
Cerro Castillo, Torres del Payne, Patagonia Chile