



Este miércoles comienza la serie del play in en Valdivia, cuyo ganador se enfrentará a Español de Osorno

Puerto Varas Basket enfrenta a Las Ánimas para buscar un cupo en semifinales de liga cestera

P7

Mesa Territorial Decher califica de inadecuado cambio de señalética en intersección de Los Arrayanes con San Martín

P4

Ciclistas de Puerto Varas suman medallas en Panamericano Máster de Paraguay

P7

Gobierno Regional de Los Lagos entrega computadores al Colegio Altas Cumbres de Puerto Varas

P9

Mujeres rurales: raíces de nuestra tierra, fuerza de nuestro futuro

Pilar Ulloa Directora Escuela de Agronomía Universidad de Las Américas

En octubre el mundo celebra el Día de las Mujeres Rurales, verdaderas guardianas de la tierra, de los alimentos y de la vida comunitaria. Su trabajo silencioso sostiene buena parte de la producción agrícola, el cuidado de los ecosistemas y la transmisión de saberes que dan forma a nuestra identidad. En Chile esta conmemoración cobra especial relevancia al recordar que, según el censo 2017, el 12,2% de la población vive en zonas rurales, y de esta cifra, más del 50% son mujeres, desempeñando roles fundamentales, aunque su labor a menudo pasa desapercibida.

A lo largo de nuestra historia, las mujeres rurales han dejado un legado imborrable. Violeta Parra, pese a que se la recuerda como artista, tuvo una identidad profundamente rural. Hija de una familia campesina del sur, recorrió zonas campesinas recolectando cantos, tradiciones y oficios del campo chileno, rescatando su cultura popular y dándole valor nacional e internacional. Su obra es un símbolo de la voz de la mujer del campo y de la sabiduría transmitida entre generaciones.

Durante la Reforma Agraria de los años sesenta, muchas campesinas levantaron con sus manos nuevas formas de trabajo y comunidad, abriendo camino a la participación femenina en la producción agrícola. Su rol evidencia cómo las mujeres han sido protagonistas de procesos históricos fundamentales para el desarrollo del campo chileno y de la sociedad.

En la actualidad, las mujeres rurales son ejemplo de resiliencia y conexión con la naturaleza. Como líderes en agroecología y sustentabilidad, destacan en emprendimientos agrícolas, asociaciones campesinas y programas de liderazgo colaborativo; asimismo, combinan fuerza y ternura, tradición e innovación: son madres, agricultoras, recolectoras, artesanas y cuidadoras del territorio. A pesar de las brechas en recursos, educación y reconocimiento, su avance constante nos recuerda que valorar su labor es un compromiso con la equidad y el desarrollo sostenible.

Gracias a esta conmemoración, se reafirma el reconocimiento y gratitud a todas las mujeres rurales, cuyo trabajo encarna la esencia de la vida campesina: cultivar la tierra, cuidar de la comunidad y sostener la vida.

La ansiedad y su relación con el sobrepeso y la obesidad

Dr. Franco Lottio Catino
Conferencista, escritor e investigador (PUC)

En un reciente estudio de Dimick, Zielinska y Engle-Bator publicado en agosto de 2025 se señala que cada vez existe "más evidencia de una importante relación entre el Trastorno de Ansiedad Generalizada (TAG) y la obesidad". En rigor, el TAG y la obesidad podrían reforzarse mutuamente, dando lugar a una "relación de refuerzo mutuo".

¿Qué significa lo anterior? Muy simple: que la ansiedad, la obesidad y el sobrepeso estarían interconectados, y cada uno puede influir o contribuir en el otro eslabón de la cadena a través de una relación compleja. Las investigaciones demuestran que la obesidad puede aumentar el riesgo de desarrollar trastornos de ansiedad, mientras que la ansiedad se convierte en un factor de riesgo para la obesidad a través de mecanismos como la "alimentación de carácter emocional" y la falta de sueño.

En síntesis: los datos disponibles apuntan a que estaríamos frente a lo que se podría llamar un "proceso de retroalimentación mutua", donde la ansiedad desencadena comportamientos que conducen al aumento de peso, como consecuencia de comer en exceso debido: (a) a la presencia de estrés y (b) a comer por motivos emocionales, a menudo caracterizados por ataques. La ansiedad también puede, a su vez,



interrumpir el sueño, y se sabe que la mala calidad del sueño se relacionaría con el aumento de peso debido a la fatiga, a la reducción de la actividad física y el aumento de los antojos.

Por otra parte, la presión social que se ejerce sobre la gente obesa o con sobrepeso, puede, a su vez, provocar más ansiedad sobre las personas afectadas, generando un círculo vicioso que resulta difícil de romper.

Ahora bien, la condición de tener sobrepeso u obesidad puede explicarse a través de múltiples factores, tales como: (a) factores genéticos: la presencia de ciertos genes pueden predisponer a un individuo a subir de peso, (b) factores psicológicos: tales como la presencia de estrés crónico, depresión y ansiedad, (c) trastornos metabólicos: cambios hormonales durante el embarazo y la menopausia pueden afectar el peso, (d) factores médicos/enfermedades: como el hipotiroidismo—pueden contribuir al sobrepeso, así como también el uso de algunos medicamentos

como antidepresivos, anticonceptivos o esteroides, (e) entornos "obesogénicos", es decir, que hay gran facilidad para acceder a alimentos altamente calóricos, al mismo tiempo que una falta de actividad física.

No obstante lo anterior, existe un factor que es poco visible y que influye en que los registros de sobrepeso aumenten, especialmente, en los niños, a saber, que la "ansiedad y la sobreprotección de algunas madres en relación con sus hijos, pueden ser, asimismo, generadoras de sobrepeso".

Tanto la obesidad infantil, como la obesidad en adolescentes y adultos representan, hoy en día, un grave problema de Salud Pública que sólo puede ser combatido restringiendo el consumo de calorías, gestionando las emociones y aumentando el nivel de actividad física, considerando los tres grandes pilares probadamente efectivos en la lucha contra el sobrepeso y la obesidad.

Cierre de la Semana del Niño de Rotary en Puerto Varas

El viernes 24 de octubre, a las 20:00 hrs. se realizó en el fogón del Rotary Club de Puerto Varas, el cierre de la tradicional semana del niño, con una comida organizada por los clubes Rotary Club de Puerto Varas, Rotary Club Del Lago y Rotary Club Entre Volcanes, donde se rindió un homenaje y se reconoció a profesores de la comuna.

La cita fue liderada por las autoridades de Distrito Rotario 4355 y los presidentes de los tres clubes de la comuna, siendo

la encargada del homenaje a la Presidenta del Club Rotary Entre Volcanes Ximena Rivas.

Además de rendir homenaje a los profesores destacados de la comuna, se entregó un reconocimiento al Director de la Escuela Rural José Werner Meixner de las Lomas, Héctor Latorre, por sus 35 años de trabajo y su pronta jubilación.

Los Directores y Directoras de las escuelas y colegios que asistieron son: Rosa Meyer de Carmen



Pizarro de la Escuela Diferencial Apadep, Sintia Villanueva de la Escuela Hardy Minte Bartsch de Los Riscos, Jaime González de la Escuela Nueva Braunau, Claudia Barrios de la Escuela Reinado Raddatz H. de Río Pescado, Irma Hernández de la Escuela de Santa María, Víctor Manuel Muñoz Zúñiga del Colegio Rostia Novaro de Novaro, Daniela Henríquez de la Escuela Rural Coligual San Juan, Margarita Gallardo de la Escuela Epsón de Ensenada, Cinthia Burgos de la Escuela Rural Ricardo

Roth Schütz de Petrohue, Héctor Latorre de la Escuela Rural José Werner Meixner de Las Lomas y Gloria Almonacid de la Escuela Línea Cruzada de Nueva Braunau. Cabe destacar que el Club Rotary Puerto Varas hace 90 años que celebra la semana del niño, celebraciones que se hacen actualmente en conjunto con los otros dos clubes rotarios de la comuna y que contiene variadas actividades para los menores y sus madres y padres y, finaliza con el homenaje a los profesores.





Junto a Fundación CARE

Regalamos 50 mamografías

para mujeres de la región

Inscríbete en: www.fundacioncare.cl

Juntos lograremos llegar a tiempo al cáncer de mama

El Heraldo Austral

Fundado el 9 de septiembre de 1951

Fundado el 9 de septiembre de 1951. Directora Ejecutiva y Representante Legal: Paola Álvarez B; Gerente Comercial: Gustavo Gálvez M; Editora: Paola Álvarez B; Periodista: Diego Gálvez A. Correo electrónico: prensa@aha.cl



Mesa Territorial Decher califica de inadecuado cambio de señalética en intersección de Los Arrayanes con San Martín

Los vecinos de la Mesa Territorial Decher, que agrupa a las Juntas de Vecinos San Martín, La Cruz, Lomas del Lago, Las Bandurrias y Mirador de Phillippi, enviaron carta al municipio de Puerto Varas expresando su desacuerdo con el reciente cambio de señalética en la intersección de calles Los Arrayanes con San Martín.

Explican en la misiva que "la infraestructura vial está constituida como eje principal por avenida Los Arrayanes con un alto flujo vehicular, calle San Martín como vía secundaria (que desahoga parte del tráfico de vía principal) y un camino vecinal con superficie de ripio con

limitado flujo vehicular. De acuerdo a nueva señalización, se otorga preferencia de paso a vía secundaria (calle San Martín) y camino vecinal donde acceden algunos residentes de parcelas".

"En la citada intersección, avenida Los Arrayanes presenta una pendiente negativa desde una dirección poniente a oriente, que dificulta la visualización de actual disco PARE con escasa distancia de seguridad, pudiendo provocar una colisión en cadena. Cabe agregar que la pendiente negativa de dicha vía presenta condiciones de hielo durante la estación de invierno que limita la acción de frenos, como también según horarios reducen la



visibilidad de los conductores por presencia de sol de frente".

Los vecinos solicitan a la autoridad comunal corregir la reciente señalización de disco PARE, y proponen "la construcción de un nuevo lomo toro real en avenida Los Arrayanes entre calles Chacabuco y San Martín, con la finalidad de reducir velocidad de aproximación al cruce de avenida Los Arrayanes con calle San Martín en reemplazo del signo PARE y que se efectúe una consulta vecinal que proporcione otros insumos para un mejor resolver en materia de seguridad

vial del sector". Al ser consultado respecto de esta situación el municipio señaló que "reconoce que toda modificación vial requiere un período de adaptación, por lo que se ha implementado un monitoreo constante del tránsito y la seguridad del sector. En este contexto, el Alcalde ha solicitado evaluar la posibilidad de retirar la señal PARE, decisión que se llevará a cabo a través de reuniones con los vecinos, encuestas y monitoreo del tránsito, asegurando que cualquier ajuste mantenga la seguridad vial y peatonal".

Gobierno Regional de Los Lagos entrega computadores al Colegio Altas Cumbres de Puerto Varas

En dependencias del Gobierno Regional de Los Lagos se realizó la entrega de 10 computadores All-in-One Lenovo al Colegio Altas Cumbres de Puerto Varas, una acción que busca fortalecer la educación pública, reducir brechas digitales y fomentar la sustentabilidad.

Los equipos, en excelentes condiciones y con tecnología moderna—procesadores Intel Core i5, 16 GB de RAM y unidades SSD de 512 GB—, forman parte de una iniciativa que otorga una segunda vida útil a computadores de alto rendimiento, aportando al aprendizaje y desarrollo tecnológico de los estudiantes.

Los beneficiarios fueron seleccionados por el propio

establecimiento educativo, considerando sus requerimientos estudiantiles y sociales, para asegurar que esta herramienta tecnológica apoye de manera directa a quienes más lo necesitan.

Durante la visita, los alumnos conocieron las instalaciones del Gobierno Regional y el despacho del Gobernador, viviendo una experiencia educativa distinta y cercana al quehacer institucional.

El Gobernador Regional Subrogante Alejandro Montaña, junto al jefe de Gabinete Sergio Haeger y el equipo del GORE Los Lagos, encabezaron la entrega. "Estamos muy contentos de poder entregar estos equipos a los jóvenes del Colegio Altas Cumbres, a nombre de nuestro gobernador Alejandro Santana. Van



a ser una tremenda herramienta para que sigan trabajando en sus sueños", señaló Sergio Haeger, jefe de gabinete del Gobernador.

Por su parte, Elías Miranda, estudiante de sexto básico, expresó su alegría: "Estamos bastante agradecidos, nos va a servir mucho para nuestros estudios."

Finalmente, el director del establecimiento, Nelson Catalán, destacó: "A nombre de nuestra comunidad educativa y el Centro de Padres, agradecemos al Gobierno Regional por este importante obsequio, que será muy valioso para los aprendizajes de nuestros estudiantes."



Atrévete a ELEGIR TU FUTURO

MATRICÚLATE GRATIS EN www.inacap.cl

ALTA EMPLEABILIDAD

7 AÑOS MANUFA EXCELENCIA

ESTUDIA CON GRATUIDAD ACCEDE SIN PAES

REGIONAL



Encuesta ULagos revela que salud, educación, empleo y seguridad son las principales prioridades de la región

Entre el 10 y el 21 de octubre, se realizó la XII versión de la Encuesta de Percepción Ciudadana, que la ULagos realiza desde el 2019. Entre los principales resultados, destaca que las prioridades de la población son en primer lugar salud con un 81%, le sigue educación con un 77% y crecimiento económico y empleo con un 70%.

En esta nueva versión, la seguridad pública quedó en cuarto lugar con un 65%, destacando que en los últimos 12 meses, el 70,4% de la población no ha sido víctima de delito (o no se han denunciado), mientras que un 18,4% si lo ha sido y de este porcentaje los problemas de seguridad radical, en primer lugar, con un 72%, en el consumo de drogas y alcohol; le siguen asaltos, robo y violencia urbana con un 71% y finalmente inseguridad en la vía con un 46%. Aumentan en comparación aversiones anteriores

narcotráfico y crimen organizado (38%), comercio ambulante (17%) y abigeato y violencia rural con un 12%.

Por otro lado, las instituciones que tienen mayor porcentaje de aprobación son: instituciones de educación superior con un 68%; organizaciones sociales con un 59% y medios de comunicación con un 58%.

Respecto al desarrollo sostenible, los principales problemas ambientales son: residuos sólidos (basura) con un 78%; contaminación del aire con un 44%; y contaminación del agua con un 41%.

Gerardo González, académico del Departamento de Gobierno y Gestión Pública, señaló: "esta es la duodécima encuesta que entregamos a la ciudadanía. Es un estudio que considera un levantamiento en las cuatro capitales cabeceras de la región de



Los Lagos, es 100%. Dentro de las prioridades regionales, aparece en primer lugar, y se consolida ya con los estudios anteriores, la salud, la cual figura como una situación crítica a atender".

Se realizaron 385 encuestas presenciales validadas en los sectores urbanos de Puerto Montt, Osorno, Castro y Chaitén, con un 95% de confianza y un 5% de margen de error.

Seminario por la seguridad pública

La entrega de resultados de la XII Encuesta de Percepción Ciudadana se realizó en el "Seminario Regional: seguridad pública, problemáticas regionales, sostenibilidad y percepción ciudadana", el cual se llevó a

cabo en el Auditorio Arquitecto Eduardo Vargas en dependencias universitarias de calle Serena 77, el cual contó con la participación de consejeros regionales, la directora de Seguridad Municipal de la Municipalidad de Puerto Montt, el director de Centro de Estudios para el Desarrollo Regional y Políticas Públicas (CEDER), académicos de la Universidad de Los Lagos y estudiantes de cuarto medio del Liceo Andrés Bello de la capital regional.

En esta instancia se realizaron dos ponencias: "La seguridad ciudadana en Puerto Montt capital"; y "Sostenibilidad regional", además de la mesa compuesta por consejeros regionales, donde se trató el tema de: "Problema y necesidades de la región de Los Lagos".

DEPORTE

Puerto Varas Basket enfrenta a Las Ánimas para buscar un cupo en semifinales de liga cesterá

Tres disputará la última fecha de la fase regular, Puerto Varas Basket logró clasificarse al play in de la zona sur del Torneo de Transición y su rival será Las Ánimas. El vencedor de esta serie, al mejor de tres juegos, disputará las semifinales de la zona sur ante Español de Osorno.

Para cerrar la fase zonal el sábado, el cuadro del lago había caído de forma estrecha ante CD Valdivia por 76-72 de visita, sin embargo, al

otro día venció como local al ABA Ancud por 90-75.

De esta manera, Puerto Varas (5° de la zona) comenzará a disputar la llave ante el equipo Fantasma (4°) a partir de este miércoles 29 en Valdivia. Luego retornará a casa para el duelo del viernes 31 y de ser necesario, habrá un tercer enfrentamiento fijado para el lunes 3 de noviembre en la ciudad del Calle Calle.



En la otra serie del play in, Universidad de Concepción (3°) se verá las caras ante el ABA Ancud (6°). El que gane tendrá al CD Valdivia como rival en semifinales. Por su parte, para el 1 y 2 de noviembre se programó el cuadrangular final de la Copa Chile en Valdivia. El

Colegio Los Leones (1° de la zona centro) chocará ante Español de Osorno (2° zona sur), mientras que el CD Valdivia (1° zona sur) lo hará frente a Universidad Católica (2° zona centro). Los ganadores definirán al monarca del mini torneo.

Ciclistas de Puerto Varas suman medallas en Panamericano Máster de Paraguay

Una lucida actuación cumplió la delegación del Club Ciclista Puerto Varas que participó en el Campeonato Panamericano Máster de Ciclismo de pista y ruta celebrado en Asunción, Paraguay.

La cosecha fue fértil para los pedaleros sureños en la que se destacó Hernán Bernalles quien sumó un total de 4 preseas: dos de oro y dos de plata en la categoría Máster E.

Bernalles se subió en lo más alto del podio al adjudicarse el primer puesto en la prueba de Contrarreloj individual de 14 kilómetros cubriendo la distancia en 21:04 minutos. También dominó en la prueba de ruta, y se colgó las placas en la pista, al rematar segundo en la Persecución Individual y en la

prueba de 500 metros desarrolladas en el velódromo de Comité Olímpico Paraguayo (COP) en Luque.

En tanto que Traudny Muñoz, logró la preseas dorada al vencer en el Gran Criterium El Delta (35 kilómetros) de la categoría Máster A. Fueron tres giros de alta velocidad para la ciclista quien debió superar las adversas condiciones de suelo mojado, lo que provocó varias caídas de competidores a lo largo del trayecto.

En tanto que el corredor lacustre Robinson Miranda, en la categoría Máster C2, terminó con el subcampeonato en la Contrarreloj individual, y a escasos 6 segundos del oro, estableciendo un tiempo en la pista, al rematar segundo de velocidad de 43,3 kilómetros.



Hernán Bernalles, Traudny Muñoz y Robinson Miranda brillaron en el torneo que se realizó el fin de semana en las modalidades de pista y ruta en Asunción.

SERVICIOS

EXTRACTO

1600

REMATÉ 14° JUZGADO CIVIL DE SANTIAGO. Santiago, Huérfanos 1.406, 4° piso, se rematarán de forma presencial en el Tribunal, el día 13 de noviembre de 2025 a las 11:30 y 11:45 horas, los inmuebles de propiedad de la ejecutada ubicados (i) en La Enseñada, parcela 420, comuna de Puerto Varas, Región de Los Lagos, cuyo dominio se encuentra inscrito a fojas 671, número 1.148, del Registro de Propiedad del año 2011 del Conservador de Bienes Raíces de Puerto Varas; y, (ii) en La Enseñada, parcela 438, comuna de Puerto Varas, Región de Los Lagos, cuyo dominio se encuentra inscrito a su nombre a fojas 672, número 1.149, del Registro de Propiedad del año 2011 del Conservador de Bienes Raíces de Puerto Varas. El precio mínimo para la subasta del inmueble singularizado en el número (i) será la suma total de \$23.892.857.-, y el precio mínimo para la subasta del inmueble singularizado en el número (ii) será la suma total de \$19.011.056.-; ambos correspondientes al avalúo fiscal vigente al segundo semestre 2025. Toda persona que desee participar de la subasta, deberá rendir caución suficiente equivalente al 10% del mínimo para iniciar las posturas, a través de vale vista tomado a propia orden, susceptible de ser endosado al momento de la subasta. Además, la participación en la subasta requiere la presencia física en el tribunal en la fecha y hora indicadas. No se aceptarán ofertas de manera remota. Las posturas por sobre el mínimo y las que le sigan deberán elevarse al menos por la suma de \$300.000.- o alguno de sus múltiplos. Demás antecedentes en resolución de fecha 10 de marzo de 2025 y bases de remate. Juicio "Banco Internacional con Sauer", Rol C-17671-2023, 14° Juzgado Civil de Santiago. Secretaría.

EXTRACTO

1501

JUZGADO FAMILIA DE PUERTO VARAS. En causa RIT C-653-2025, sobre Divorcio por cese de convivencia, caratulados "ALMONACID/PAREDES". Se ordenó notificar por aviso extractado la demanda, su proveído de fecha 23 de agosto de 2025, y resolución que cita audiencia de fecha 02 de octubre de 2025 que cita audiencia preparatoria a don JUAN CARLOS PAREDES SALDIVIA RUT: 11604333-5; Demandante: JUANA DEL CARMEN ALMONACID LONCÓN RUT: 15167048-6, domiciliada en Lomas 7, Pasaje Lago Guinimpeo 2378, Puerto Varas, solicita Divorcio por cese de convivencia. Que debido a diferencias irreconcilables se puso término a la vida en común hace más de 3 años: Proveído de fecha 23 de agosto de 2025. A lo principal: téngase por admitida demanda de Divorcio por la causal establecida en el inciso 3° del artículo 55 de la Ley 19.947, tráfido. La audiencia se celebrará con las partes que existan, bajo apercibimiento del artículo 21 de la Ley 19.968. La parte demandada deberá contestar la demanda cumpliendo los requisitos del artículo 57 de la Ley 19.968, si desea reconvenir deberá hacerlo de la misma forma, conjuntamente con la contestación de la demanda y cumpliendo los requisitos del artículo citado. Se apercibe a las partes que deberán comparecer patrocinadas por abogado habilitado para el ejercicio de la profesión y de no comparecer personalmente otorgar mandato suficiente. En caso de no tener recursos para contratar abogado particular, podrá concurrir a alguna de las instituciones que presten asesoría jurídica gratuita, como la Corporación de Asistencia Judicial; Al primer otrosí: Téngase presente, incorpórese en audiencia. Al segundo otrosí: Como se pide, notifíquese a los correos electrónicos señalados. Al tercer otrosí: Téngase presente patrocinio, poder y beneficio. Proveído de fecha 03 de octubre de 2025; Vengan las partes a audiencia preparatoria para el día 09 de diciembre de 2025 a las 09:30 horas en la sala 1 (1 bloque), de este Juzgado ubicado en calle Estación N° 120, Puerto Varas. Notifíquese demanda, su proveído de fecha 23 de agosto de 2025, y resolución que cita audiencia de fecha 03 de octubre de 2025. Marco Javier Pacheco Alvarez, Ministro de Fe.

El Heraldo Austral

Publica el 8 de septiembre de 2022

Publica aquí

ventas@eha.cl

El Heraldo Austral

Publica el 8 de septiembre de 2022

Publica aquí

ventas@eha.cl

El Heraldo Austral

Publica el 8 de septiembre de 2022

Publica aquí

ventas@eha.cl

El Heraldo Austral

Publica el 8 de septiembre de 2022

Publica aquí

ventas@eha.cl

La Llave 95.9FM

Porque la Música hace bien..

Cuena del Lago Llanquihue

21/8

UNIDAD DE FOMENTO

Nº: LXXIII

Año: 12198

Día: 290

FARMACIA DE TURNO PTO. VARAS

FARMACIA PUERTO VARAS

Pto Nono N°420

TELÉFONOS DE EMERGENCIA

Hospital: 131

Bomberos: 132

Carabineros: 133

PDI: 134

Rescate Marítimo: 137

LOCAL

ELEAM Puerto Varas se llenó de música junto al Colectivo Artistas del sur de Chile

Con el objetivo de llevar entretenimiento a los residentes y personal del Establecimiento de Larga Estada para Adultos Mayores ELEAM Puerto Varas y en el marco de la celebración del mes de los grandes "Las personas mayores", el Colectivo Artistas del sur de Chile, coordinado por el comunicador social Luis Félix Altamirano, realizó por quinto año consecutivo la actividad denominada "Tardes de Música" que permitió que los 25 residentes del establecimiento pudieran disfrutar el pasado miércoles 22 de octubre de una entretenida tarde musical.

En el evento se presentaron el compositor y cantautor Francisco "Pancho" Guerrero con clásicos del folclore nacional, el compositor y cantautor Víctor Coronado que entregó un repertorio con tangos, boleros y música ranchera, finalizando el cantante Manuel "Gitano" Flores con una selección de música baillable, y quienes recibieron como agradecimiento un presente de parte de la institución, personal y residentes del ELEAM.

Es importante destacar que el ELEAM Puerto Varas es el único establecimiento de su naturaleza administrado por un municipio y cuenta en la actualidad con 25 residentes y con un equipo multidisciplinario de trabajo que considera a su directora, encargada, cuidadores diurnos y nocturnos, cocineras, auxiliares de servicio de mantenimiento y portería,

del folclore nacional, el compositor y cantautor Víctor Coronado que entregó un repertorio con tangos, boleros y música ranchera, finalizando el cantante Manuel "Gitano" Flores con una selección de música baillable, y quienes recibieron como agradecimiento un presente de parte de la institución, personal y residentes del ELEAM.

Es importante destacar que el ELEAM Puerto Varas es el único establecimiento de su naturaleza administrado por un municipio y cuenta en la actualidad con 25 residentes y con un equipo multidisciplinario de trabajo que considera a su directora, encargada, cuidadores diurnos y nocturnos, cocineras, auxiliares de servicio de mantenimiento y portería,



kinésiólogo, terapeuta ocupacional y tens. Entre sus principales actividades que desarrollan durante el año destacan pasajes turísticos, talleres de manualidades, encuentros familiares, el consejo de residentes y la Expo ELEAM. Además, mencionan que reciben colaboración permanente de la Universidad San Sebastián a través de sus alumnos en práctica, de las damas del Club de Leones y

de establecimientos educacionales. El Colectivo Artistas del sur de Chile y la dirección del ELEAM Puerto Varas a través de la encargada de la Oficina de Personas Mayores del municipio, Valeska Nahuelhauque, y la encargada del ELEAM, Daisy Medina, agradecieron a vecinos, empresas y medios de comunicación que colaboran en la realización y difusión de sus actividades.

Mes de la recuperación: SENDA Los Lagos reconoce a instituciones aliadas que apoyan la rehabilitación

En el marco del Mes de la Recuperación, SENDA Los Lagos entregó reconocimientos a 6 aliados y aliadas de la región, por su aporte a la inclusión y acompañamiento de personas en proceso de recuperación por consumo de alcohol y otras drogas.

A través de esta iniciativa, se busca destacar y visibilizar la importancia de acompañar, apoyar y generar las condiciones necesarias, para avanzar en los diferentes procesos de recuperación. En ese sentido, la directora regional de SENDA Los Lagos Maritza Canobra Mancilla, explicó que "este reconocimiento busca poner en valor la gestión y apoyo de personas e instituciones que, desde distintos espacios, han decidido acompañar y ofrecer nuevas oportunidades de vida, a quienes están en proceso de

recuperación. Queremos visibilizar que es posible superar los consumos problemáticos de alcohol y otras drogas, cuando existe una red de apoyo disponible y se reducen las barreras y estigmas".

Instituciones reconocidas en la actividad

Teatro del Lago: El Teatro del Lago de Frutillar invita a personas en tratamiento mediante la entrega de Recetas Culturales. Esta alianza tiene más de 8 años.

Nuevos Brotes: Organización independiente de Comunidad Terapéutica Peulla Osorno (conformada por ex usuarios y sus familias), apoyan generando proyectos autocuidativos y actividades culturales masivas de la



comuna de Osorno como el Festival de la Voz y Fondu Grado Cero. Esta alianza tiene más de 13 años.

Colectivo Mujer Collage: Agrupación que realiza talleres de collage terapéuticos de manera gratuita a las usuarias del Centro Clínico y Comunitario de la Universidad Austral, además de colaborar en actividades con las familias, desde hace más de 3 años.

Conjunto Folclórico Pañuelos al viento: Apoya al programa ambulatorio intensivo del Hospital de Calbuco, incorporando de

manera gratuita diferentes talleres de baile folclórico, que se realizan durante el año.

Luis Saravia: Actor experto en psicodrama y que desde hace 2 años, realiza talleres gratuitos en el Centro Residencial Antumapu de Puerto Montt.

CONAF Los Lagos: mediante un convenio hoy personas en rehabilitación de toda la región cuentan con ingreso gratuito a los parques nacionales, además del apoyo de guías de conaf para actividades de senderismo.

REGIONAL

Con “minga” trasladan Posta de Salud Rural de Misquihué

Una minga de vecinos y vecinas del sector de Misquihué, en la comuna de Maullín, permitió trasladar este sábado 25 de octubre la Posta de Salud Rural. Una “tiradura” de tractores movió aproximadamente 100 metros la construcción que data de los años 70.

El objetivo es mantener la continuidad de la atención, mientras el Servicio de Salud Del Reloncaví construye el próximo año la nueva Posta en el mismo sitio, iniciativa que contará con financiamiento del Gobierno

Regional.

La directora del Servicio de Salud Del Reloncaví, Bárbara Del Pino, destacó el compromiso de la comunidad. En tanto, el alcalde de Maullín, Nabih Soza, agradeció al Servicio por haber impulsado proyectos como la reposición de las postas de Misquihué y Quenuir.

Mientras, el presidente del Comité de Salud de Misquihué, Carlos Paredes, dijo sentirse muy emocionado y orgulloso del esfuerzo de las vecinas y vecinos que lograron este importante hito.



Una “tiradura” de tractores movió aproximadamente 100 metros la construcción que data de los años 70.



VITRINA COMERCIAL

DR. ALEJANDRO ALVAREZ

URGENCIAS DENTALES



- Endodoncias
- Odontopediatría
- Implantología
- Rehabilitación Oral

PUERTO VARAS
SAN PEDRO 451
2do PISO, OFICINA 3

+ 56 9 64564158

ARRIENDO

Refugio Verde
Departamento completo por día, ideal para dos personas.
Ubicado en condominio, a minutos del centro de Puerto Varas.
Totalmente equipado, con entrada independiente, estacionamiento y wifi.
+569 93435477



arte & oficios

MACHACOYA

Atelier Galería



Contrate sus
avisos en su
diario local
ventas@eha.cl

El Heraldo Austral
Fundado el 18 de septiembre de 1902

Contrate sus
avisos en su
diario local
ventas@eha.cl

El Heraldo Austral
Fundado el 18 de septiembre de 1902

Contrate sus avisos en su
diario local
ventas@eha.cl

El Heraldo Austral
Fundado el 18 de septiembre de 1902

Contrate sus avisos en su
diario local
ventas@eha.cl

El Heraldo Austral
Fundado el 18 de septiembre de 1902

NIKY REGALOS

LUNES A VIERNES
9:30 A 19:00 HRS

SÁBADOS
10:00 A 14:00 HRS

San Bernardo 420
Local 3 Pto. Varas
contacto@nikyregalos.cl
@nikyregalos
65 2 232008
+56 9 98212484

Apoyo psicológico adolescentes, adultos y personas mayores

Ps. Esteban Caamaño González

- Psicoterapia psicoanalítica (trastornos mentales complejos)
- Psicooncología (acompañamiento en cáncer y enfermedades graves)

• Cuidados paliativos (duelo, manejo del dolor emocional)

• Personas mayores (depresión, soledad, adaptación)

• Adultos y adolescentes (ansiedad, trauma, crisis vitales)

Atención online y presencial en Puerto Varas

+56 972719466

esteban.caamano88@gmail.com



ACTUALIDAD



Junaeb invita a postular a Fondos Comunidad Activa 2026

La Junta Nacional de Auxilio escolar y Becas (Junaeb) dio inicio al proceso de postulación al fondo Comunidad Activa en su línea “Actívate en Vacaciones”, que entrega recursos para ejecutar proyectos que permitan a las y los estudiantes, vivir experiencias innovadoras, lúdicas y comunitarias, durante sus vacaciones de verano e invierno.

Los proyectos tienen por objetivo que niñas y niños realicen actividades recreativas, deportivas, culturales, de cuidado al medio ambiente y sana convivencia, durante las temporadas de ocio y descanso en un ambiente protegido y seguro, para fortalecer sus hábitos de vida activa y saludable, como parte de su desarrollo biopsicosocial progresivo.

El Fondo Comunidad Activa

implementa proyectos que fortalecen la mirada holística del proceso educativo, mediante experiencias innovadoras, lúdicas y comunitarias, transformándose en un complemento de la formación integral de las y los estudiantes de establecimientos públicos y subvencionados.

“Para el Actívate en Vacaciones, el Fondo entrega hasta \$10 millones de pesos. Esos recursos permiten crear instancias únicas de aprendizaje y juego sano para las niñas y niños, además de ser un apoyo importante para las familias en temporada de vacaciones, donde muchos estudiantes se quedan solos en sus casas”, señaló el director regional de Junaeb Los Lagos, Víctor Nail.

Más información respecto de las bases en <https://www.junaeb.cl/fondo-comunidad-activa/>



junaeb.cl/fondo-comunidad-activa/ o directamente al correo activateenvacaciones@junaeb.cl

Fechas claves:

27 octubre de 2025: Publicación de bases y difusión Fondo Comunidad Activa Línea Técnica N°1 Actívate en Vacaciones.
27 al octubre al 29 de octubre de 2025: Período de preguntas y solicitud de aclaraciones.
29 de octubre de 2025: Cierre de recepción de preguntas y aclaraciones.
04 de noviembre de 2025: Publicación de respuestas y

aclaraciones en página web www.junaeb.cl

10 de noviembre de 2025: Inicio período de postulación Fondo Comunidad Activa Líneas Actívate en Vacaciones.

19 de noviembre de 2025, a las 16:30 hrs.: Cierre período de postulación Fondo Comunidad Activa Línea Técnica N°1 Actívate en Vacaciones.
20 al 26 de noviembre de 2025: Período de evaluación técnica y financiera de los proyectos Actívate en Vacaciones.

12 de diciembre de 2025: Publicación proyectos adjudicados Actívate en Vacaciones en página web www.junaeb.cl