

 SAN CARLOS - CHILE

EDICIÓN

01

SEP / 26

VITRINA

Comercial

NEGOCIOS,
DATOS Y
BENEFICIOS
CERCA DE TI

LA REVISTA QUE CONECTA A LAS PERSONAS CON LOS MEJORES NEGOCIOS DE SAN CARLOS

MAS CLIENTES
PARA TU NEGOCIO,
MÁS VISIBILIDAD
PARA TU MARCA

Llegamos a cientos
de hogares que
buscan lo mejor
en su ciudad.



**¡Ofertas imperdibles
para todos!**



PIDE TU AVISO

+569 6430 9814



OFERTAS
EXCLUSIVAS



APOYA AL
COMERCIO LOCAL



AHORRA
Y DISFRUTA



EN SAN CARLOS
Y ALREDEDORES

www.vitrinacomercial.cl

VITRINA *Comercial*

Cuando formas parte de Vitrina Comercial, no estás mostrando tu marca al azar. Llegas a personas que tienen en sus manos un incentivo para comprar en tu tienda. Y eso cambia completamente los resultados.

Aquí no se trata de acumular “likes”, alcance o impresiones con en redes sociales. Se trata de algo mucho más importante: personas entrando a tu local. Cada aviso representa una oportunidad de venta.



Es un sistema para atraer clientes

Además, te permite marcar una diferencia clara frente a tu competencia. Mientras otros solo muestran lo que ofrecen, tú entregas una razón real para que te elijan. Y eso te dará una ventaja concreta frente a tu competencia.

Podrías aprovechar esos días donde el movimiento es más lento para ofrecer una promoción específica que acelere las ventas en ese momento. Tu aviso se convierte automáticamente en un impulso para atraer clientes justo cuando más lo necesitas. Dejas de depender del azar y comienzas a generar flujo de personas de una forma estratégica.

Y lo mejor: es simple. Porque no necesitas diseñar, ni aprender de marketing. Nosotros nos encargamos del diseño de tu aviso, impresión y entrega en lugares específicos de cada ejemplar, para que tú solo te enfoques en lo más importante: atender a tus clientes.

Puedes empezar a probar el sistema gratis durante 1 mes. De esa forma podrás evaluar cómo responde tu negocio, sin necesidad de hacer una inversión alta desde el principio.

PRUEBA
1 MES
GRATIS
Sin contrato ni compromiso

¿Cómo conseguir más clientes sin gastar una fortuna?

Para un pequeño negocio, conseguir nuevos clientes no siempre requiere gastar mucho en publicidad. Muchas oportunidades están más cerca de lo que pensamos: en nuestros propios clientes, en el barrio y en la forma en que presentamos lo que hacemos.

Haz que tus clientes quieran volver

Una buena atención puede ser una de las mejores herramientas para hacer crecer un negocio. Saludar, escuchar y entregar una buena experiencia aumenta las posibilidades de que un cliente regrese y, además, recomiende el negocio a familiares o amigos.

Ofrece promociones con sentido

No es necesario bajar todos tus precios. Un descuento en ciertos días, un beneficio por comprar más o una

atención especial para clientes frecuentes puede generar interés. Lo importante es que la promoción sea clara y fácil de entender.

Aprovecha lo que ya tienes

WhatsApp, Facebook e Instagram permiten mantener el contacto con tus clientes sin grandes inversiones. Mostrar productos, anunciar novedades o recordar que estás atendiendo puede hacer que alguien piense en tu negocio justo cuando necesita lo que ofreces.

Haz que te recomienden

También puedes incentivar las recomendaciones ofreciendo un pequeño beneficio a quien lleve a un nuevo cliente. No tiene que ser un gran descuento: basta con dar una razón para recomendarte.

Antes de buscar clientes nuevos, cuida a los que ya tienes. Una buena atención, una promoción bien pensada y las recomendaciones pueden ser herramientas muy poderosas para crecer.

Antes de gastar en publicidad, pregúntate: ¿qué puedo hacer esta semana para que un cliente vuelva y me recomiende? Muchas veces, la próxima venta comienza con una buena experiencia en la anterior.



Trikaweb

PÁGINAS WEB CORPORATIVAS TIPO LANDING



DISEÑO RESPONSIVE
Se adapta a todos los dispositivos



RÁPIDAS Y OPTIMIZADAS
Sitios veloces que mejoran tu negocio



ENFOCADAS EN RESULTADOS
Más visibilidad, más clientes

DESDE

\$3.000 AL MES

 **POR GASTOS DE WEBMASTER**

 No incluye dominio ni alojamiento

 **+569 6430 9814**

¡COMUNICAR ES MUCHO MÁS QUE HABLAR!

FONOAUDIOLOGÍA A DOMICILIO

ATENCIÓN PARA TODAS LAS EDADES

- Lenguaje • Habla • Audición
- TEA • TEL • TSH • TDL
- Estimulación Cognitiva
- Lavado de oídos a domicilio

 Acompaña cada etapa del desarrollo

 **¡ESCRÍBEME POR WHATSAPP!**
+56 9 7857 3167





FONOAUDÍLOGA
MARÍA JESÚS MERINO

TU BIENESTAR, MI COMPROMISO

 **VAMOS DONDE TÚ NOS NECESITES**



DOMO + TINAJA CALIENTE

COMPLETAMENTE PRIVADO

 CAMA MATRIMONIAL |  AIRE ACONDICIONADO

TERRA DOMO

CABAÑA EN MEDIO DEL CAMPO

VALOR POR NOCHE | **\$60.000 LUN-JUE** | **\$70.000 VIE-DOM**

 CAMINO A CAPE KM 1.9 |  @terra_domo_ |  +56 9 5611 3229

RESERVA CON ABONO DE 50%

La confianza aparece mientras avanzas

Hay momentos en que sabemos perfectamente que queremos hacer algo, pero aun así no comenzamos. Puede ser un proyecto, una conversación pendiente, un cambio personal, una nueva idea o simplemente una decisión que llevamos demasiado tiempo postergando. Muchas veces no es porque no queramos hacerlo, sino porque estamos esperando sentirnos preparados. Nos decimos que comenzaremos cuando tengamos más tiempo, más dinero, más experiencia, menos problemas o cuando finalmente desaparezcan las dudas. Esperamos ese momento en que podamos decir: "Ahora sí, estoy listo". El problema es que ese momento perfecto rara vez llega.

La vida normalmente no nos entrega todas las respuestas antes de comenzar. Muchas veces ocurre exactamente al revés: comenzamos con dudas y recién mientras avanzamos descubrimos cómo hacer las cosas. Pensemos en cuántas situaciones que hoy nos parecen normales alguna vez fueron completamente nuevas: nuestro primer trabajo, aprender a conducir, comenzar un negocio, asumir una responsabilidad importante o enfrentarnos a algo que nunca habíamos hecho. Al principio

preguntamos, observamos, cometemos errores, corregimos y volvemos a intentarlo. Poco a poco aquello que parecía difícil empieza a sentirse conocido y, casi sin darnos cuenta, aparece la confianza. Porque muchas veces creemos que necesitamos confianza para actuar, cuando en realidad la confianza aparece después de haber actuado.

Tampoco necesitamos conocer todo el camino para comenzar a recorrerlo. Cuando pensamos en todo lo necesario para alcanzar una meta, podemos sentirnos abrumados. En cambio, cuando nos preguntamos solamente cuál es el próximo paso, todo parece un poco más posible. Ese paso puede ser hacer una llamada, buscar información, escribir una idea, preguntar algo que no sabemos, tocar una puerta o simplemente decidir intentarlo. Puede parecer poco, pero muchas cosas importantes comenzaron exactamente de esa manera.

También tendremos que aceptar que podemos equivocarnos. Eso no significa necesariamente haber fracasado. Equivocarse cuando estamos intentando algo nuevo también es descubrir algo que antes no sabíamos. La experiencia no puede adquirirse antes de comenzar; se

construye avanzando, corrigiendo y volviendo a intentar. Hasta que algún día miramos hacia atrás y descubrimos que aquello que alguna vez nos produjo incertidumbre ahora forma parte natural de nuestra vida.

Quizás entonces la pregunta no debería ser "¿estoy completamente preparado?", sino "¿cuál es el próximo paso que puedo dar?". No tiene que ser enorme ni cambiar nuestra vida de un día para otro. Solo tiene que hacernos avanzar un poco. Porque esperar sentirnos completamente preparados puede mantenernos durante años en el mismo lugar, mientras que una pequeña decisión puede abrir una puerta y después otra.

Si existe algo que llevas tiempo queriendo hacer, quizás hoy no necesites más razones para esperar ni tener todas las respuestas. Puede que solamente necesites comenzar, aunque sea pequeño, aunque tengas dudas y aunque todavía no te sientas completamente preparado. Muchas veces la seguridad que estamos esperando no aparece antes de comenzar. Aparece mientras avanzamos.



Dento Clinic
Odontología Estética Integral
SAN CARLOS



TU SALUD DENTAL
EN MANOS DE EXPERTOS

NUESTROS SERVICIOS

- DIAGNÓSTICO DENTAL
- RESTAURACIONES
- IMPLANTES
- ORTODONCIA
- LIMPIEZA ULTRASONIDO
- BLANQUEAMIENTOS
- PRÓTESIS
- EXODONCIAS
- PERIODONCIA
- ENDODONCIAS
- ODONTOPEDIATRÍA
- Y MÁS...

HORARIO DE ATENCIÓN

LUNES A VIERNES: 09:00 a 13:00 hrs. / 14:30 a 20:00 hrs.

SABADOS: 09:00 a 13:00 hrs. / 14:30 a 18:00 hrs.

DIRECCIÓN: CHUQUISACA 239 C

RESERVA DE HORAS Y CITA DENTALES: +569 68562219

 Dento Clinic San Carlos

 @dentoclinicsan Carlos

EXPERIENCIA, CALIDAD Y CERCANÍA



¡DESPIERTA SU TALENTO!

Un espacio donde los niños aprenden, se expresan y crecen en grande.

ACADEMIA DE MÚSICA

Arte Nuble

MÚSICA • ARTES • BALLET

- Grupos reducidos
- Profesores especializados
- Presentaciones y experiencias artísticas

Consulta por cupos disponibles y agenda una clase de prueba

+56 9 5983 0251

Sargento Aldao 607, esquina Balmaceda, San Carlos

Más de 350 personas han sido protegidas contra la influenza

Con el objetivo de facilitar el acceso a la vacuna contra la influenza y proteger especialmente a quienes más lo necesitan, el Hospital de San Carlos ha impulsado diversas estrategias internas que permitieron inmunizar a 376 personas durante el último trimestre.

Uno de los avances más importantes ha sido la implementación de la vacunación al momento del alta médica, una medida que permite que los pacientes hospitalizados reciban su dosis antes de regresar a sus hogares. Gracias a esta estrategia, 104 personas fueron vacunadas antes de dejar el hospital, sumándose al trabajo que realiza de forma permanente el punto de vacunación ambulatorio del establecimiento.

El director del Hospital de San Carlos,

Luis Gatica Pinilla, destacó el impacto de esta iniciativa. "Vacunar a los pacientes antes de que sean dados de alta nos permite que regresen a sus hogares con una mayor protección frente a la influenza. Además, es una forma de acercar la salud a las personas, ya que reciben esta prestación durante su hospitalización, sin necesidad de acudir posteriormente a otro vacunatorio", señaló.

Por su parte, la subdirectora de Gestión del Cuidado de Enfermería, Romina Frías Alarcón, explicó que esta medida es posible gracias al trabajo coordinado de los equipos clínicos. "Las y los profesionales de enfermería identifican a los pacientes que están próximos a recibir el alta y que aún no se han vacunado. De esta manera, podemos administrar la vacuna de

forma oportuna antes de que abandonen el hospital", indicó.

Desde el establecimiento hicieron un llamado a la comunidad a sumarse a la campaña de invierno y mantener al día su vacunación, recordando que la vacuna contra la influenza es gratuita para los grupos de riesgo.

Quienes necesiten vacunarse pueden acudir al punto de vacunación del Hospital de San Carlos, ubicado en el sector CAE Norte (ingreso por Ossa con Serrano). La atención se realiza de lunes a jueves entre las 14:00 y las 16:00 horas, y los viernes de 14:00 a 15:00 horas. Solo es necesario presentar la cédula de identidad.

**TARDE EL CEMENTERO
SAN CARLOS**

**Un lugar de
PAZ**
para lo que más amas

ESTUDIO
NATURAL
Fisioterapia y rehabilitación
complementaria

SEGURIDAD
2017
Un día a la vez
la mejor protección
complementaria

INFORMACIÓN
PREVENIR
acompañamiento con
nutrición y salud

BIEN
ESTAR
2018
Cuidado integral
y bienestar

MANEJO DE
COMUNIDAD

RECUPERAR
TU BIENESTAR

VALORES QUE
COMPRENDEN

AMOR EN
CADA PASO

DONDE EL AMOR TRASCIENDE,
LA PAZ PERDURA.

Beatriz Sepúlveda
LA CUIDA Y MAESTRA DE CERCANÍAS

CONTÁCTAME

+56 9 8678 1207

Estoy para acompañarte

Sonrisas Sanas
CLÍNICA DENTAL

Riquelme #560, San Carlos
@clinica.sonrisas_sanas

**CUIDA TUS
DIENTES**

- ✓ Limpiezas dentales
- ✓ Blanqueamiento
- ✓ Endodoncia
- ✓ Ortodoncia
- ✓ Prótesis dentales

SALUD • ESTÉTICA • CONFIANZA | TU SONRISA, NUESTRA PRIORIDAD!

**ESTACIÓN
VET**
Comunidad veterinaria

**20%
DE DESCUENTO**
En exámenes de sangre

SÓLO LOS DÍAS
LUNES Y JUEVES
DE 15:00 A 18:00 HRS

Cuida la salud de tu mascota

Fono: +56 9 6161 3531
Ossa 17, San Carlos
@estacion.vet

COLORIENTA
NAILS • ART • DECO

Nails • Art • Deco
@colorienta.nails
+569 671 64 364
Vicuña Macarena 885, Segundo piso,
Local 7, Edificio Los Aromos

15% OFF manicure tercera edad

10% OFF presentando esta tarjeta

Agenda por
WhatsApp o Instagram

Ho'oponopono: poner en orden lo que llevamos dentro

Todos tenemos situaciones que, aunque hayan terminado hace tiempo, de alguna manera siguen acompañándonos. Una discusión que recordamos una y otra vez, algo que dijimos y lamentamos, una persona a la que todavía culpamos, una decisión que hubiéramos querido tomar de otra manera o simplemente una experiencia que nos cuesta dejar atrás. No podemos regresar y cambiar lo sucedido, pero sí podemos cambiar la manera en que nos relacionamos hoy con ese recuerdo.

Existe una antigua práctica hawaiana llamada ****Ho'oponopono**** relacionada precisamente con la idea de corregir, reconciliar y volver a poner las cosas en orden. En su forma tradicional no era simplemente la repetición individual de algunas frases, como suele presentarse actualmente. Era una práctica de reconciliación en la que podían participar familias o comunidades para reconocer conflictos, asumir responsabilidades, buscar el perdón y recuperar la armonía.

Con el tiempo surgieron versiones

modernas y simplificadas de Ho'oponopono vinculadas al desarrollo personal. De ellas provienen las cuatro expresiones que probablemente hayas escuchado alguna vez: **"Lo siento. Perdóname. Gracias. Te amo."** Estas frases no representan por sí solas toda la tradición hawaiana, pero pueden utilizarse como una pequeña práctica personal de reflexión.

La propuesta es bastante sencilla. Piensa durante unos instantes en una situación que todavía te produzca molestia, culpa, tristeza o preocupación. No es necesario comenzar por algo especialmente doloroso. Puede ser algo cotidiano: una discusión, una respuesta que no debiste dar, una preocupación que llevas varios días repitiendo mentalmente o una relación que quisieras mejorar.

Busca un momento tranquilo y recuerda esa situación sin intentar resolverla inmediatamente. Después pregúntate algo muy concreto: **¿qué parte de esto sí depende de mí?** Quizás no puedas cambiar lo que

hizo otra persona, pero sí reconocer algo que hiciste tú. Tal vez puedas pedir disculpas. Quizás puedas conversar. O puede ocurrir que no haya nada que hacer externamente y solamente necesites aceptar que aquello ya sucedió.

Entonces puedes utilizar las cuatro frases como una guía para ordenar tus pensamientos. **"Lo siento"** puede representar el reconocimiento de que existe algo que nos duele o que queremos reparar. **"Perdóname"** puede invitarnos a reconocer nuestra propia responsabilidad cuando realmente existe. **"Gracias"** puede servir para reconocer lo que aprendimos de esa experiencia. Y **"te amo"** puede entenderse, en una interpretación personal y sencilla, como una decisión de relacionarnos con nosotros mismos y con los demás desde un lugar menos hostil.

No necesitas decirlas en voz alta ni repetirlas una cantidad determinada de veces. Tampoco necesitas obligarte a sentir algo que no sientes. Puedes simplemente detenerte durante unos minutos, respirar con tranquilidad y



NUESTROS SERVICIOS

SOLUCIONES INMOBILIARIAS

CON RESPALDO Y CONFIANZA



ADMINISTRACIÓN DE EDIFICIOS Y CONDOMINIOS

Gestión eficiente, tranquilidad para todos.



CORRETAJE DE PROPIEDADES

Conectamos personas con oportunidades.



TASACIONES INMOBILIARIAS

Valor real, decisiones seguras.

10%

DESCUENTO

*EN TASACIONES Y COMISIONES (limitado)



+56 9 6777 4485

CONTÁCTANOS HOY

utilizar cada frase para preguntarte qué significa realmente en esa situación.

Por ejemplo, después de una discusión podrías pensar: "Lo siento por la forma en que reaccioné. Perdóname por las palabras que dije sin pensar. Gracias porque esto me hizo darme cuenta de algo que necesito cambiar. Quiero enfrentar esta situación con más calma". No se trata de encontrar palabras perfectas. Se trata de detener el piloto automático y observar lo ocurrido desde otra perspectiva.

También es importante entender lo que Ho'oponopono **no** debería

significar. Perdonar no obliga a mantener cerca a una persona que nos hace daño. Reconocer nuestra responsabilidad no significa asumir la culpa por todo lo que sucede. Y repetir unas palabras no reemplaza una conversación necesaria, una disculpa sincera, establecer límites o tomar decisiones concretas.

La utilidad de esta pequeña práctica puede estar precisamente ahí: **crear unos minutos de pausa entre lo que sentimos y lo que decidimos hacer con ello**. Después de reflexionar, quizás descubras que necesitas hablar con alguien. Tal vez debas pedir perdón. Quizás necesites dejar de castigarte por una equivocación que

ya reconociste. O simplemente aceptar que hay situaciones cuya solución ya no está en tus manos.

Si quieres probarlo, comienza hoy con algo pequeño. Elige una sola situación. Dedícale cinco minutos. Pregúntate qué puedes reconocer, qué puedes reparar, qué puedes aprender y qué necesitas comenzar a soltar. Después decide si existe alguna acción concreta que puedas realizar.

No hace falta esperar una transformación extraordinaria. A veces poner las cosas en orden comienza simplemente reconociendo aquello que llevamos demasiado tiempo evitando.



Florterra
FLORISTERÍA - VIVERO

Bouquets de saludo

Sorprende y haz sentir especial a esa persona que quieres

Graduaciones • Cumpleaños • Aniversarios • O simplemente para saludar

Deja que las flores hablen por ti

Pedidos y consultas al WhatsApp:
+56 9 9504 2099

O'Higgins 1199, esquina Tomás Yavar, San Carlos

ESPECIALISTAS EN ARREGLOS FLORALES, DECORACIÓN DE EVENTOS, REGALOS Y MÁS.



100% casero

PAN CASERO

Hecho con amor

MARTES

DÍA DE

pan blanco e integral con semillas

El sabor de lo hecho en casa

Sólo a pedido

PAN BLANCO
3.800 pesos

PAN INTEGRAL
4.000 pesos

973491731

Macarena

Sabor que reconforta






RODELEC
INGENIERO ELÉCTRICO

Ingeniería • Proyectos • Mantenimiento

SOLUCIONES ELÉCTRICAS INTEGRALES

MÁS DE 14 AÑOS DE EXPERIENCIA

ATENCIÓN A EMPRESAS Y PARTICULARES

OPERAIONES ELÉCTRICAS

SISTEMAS AUTOMATIZADOS

PLANOS DE VERIFICACIÓN INICIAL

INSTALACIONES Y DIAGNÓSTICO ELÉCTRICO

MANTENIMIENTO INTELIGENTE

NOTAS TÉCNICAS Y PROYECTOS ELECTRÍCOS

Participa por la transmisión gratis de tu empresa en nuestro fanpage

+56 9 7764 1361

ATENCIÓN EN TIEMPO • COSTOS SIEMPRE SIN COMPROMISO



FLORECER

Tienda colaborativa San Carlos

Apoya a emprendedoras locales

Regalos • Cosmética natural • Flores

Chocolates • Mermeladas • Dedicados y más

no agotamos • Ofrecemos emprendedoras

Dirección: Vicuña Mackenna 322, Local 5

Desde 1989

HELADOS Gustty

Helados Artesanales

TRADICIÓN Y SABOR DE SIEMPRE

Muchos sabores para disfrutar

CHURROS RELLEVOS

PALEMITAS DE MAÍZ

ORANIZADOS

PAPAS FRITAS

San Carlos • Suriano 564, Nuble

TODO PARA TU CAMPO, HUERTA Y MASCOTAS

AGROFERRETERIA

Naturalmente

LA HUERTA

+56991784779

BALMACEDA N° 541 SAN CARLOS

Champion Cat

MASTER CAT

BATA INDUSTRIALS

Gili

¡y más!

¡TE ESPERAMOS!

BUENA ATENCIÓN

PRECIOS JUSTOS Y CALIDAD

Sólo 20 minutos pueden cambiar tu vida

Caminar parece algo demasiado sencillo para producir cambios importantes. Sin embargo, convertir una caminata diaria en un hábito puede ser una de las formas más fáciles de comenzar a cuidar nuestro cuerpo y nuestra mente.

Cuando pensamos en hacer ejercicio solemos imaginar gimnasios, máquinas, entrenamientos exigentes o simplemente una actividad para la que creemos no tener tiempo. Pero existe algo mucho más sencillo y al alcance de la mayoría: caminar.

Veinte minutos parecen poco. Sin embargo, caminando esa cantidad todos los días acumulamos alrededor de 140 minutos de actividad física a la semana, muy cerca de los 150 minutos semanales de actividad moderada recomendados como referencia mínima para los adultos.

Caminar regularmente ayuda a

mantener activo nuestro sistema cardiovascular, músculos y articulaciones. La actividad física frecuente se relaciona además con beneficios para la salud del corazón, el control de la presión arterial y la prevención de diversas enfermedades. Y no todo ocurre en el cuerpo: mantenerse activo también puede contribuir al bienestar mental, el descanso y el estado de ánimo.

Pero existe otro beneficio menos evidente. Caminar puede convertirse en una pausa dentro del día. Durante veinte minutos dejamos la silla, las tareas, la televisión o el teléfono y cambiamos de escenario. Podemos observar nuestro barrio, escuchar música, conversar con alguien o simplemente aprovechar ese momento para ordenar nuestros pensamientos.

Lo mejor es que no necesitas comenzar haciendo grandes

recorridos. Si llevas una vida sedentaria, puedes partir caminando diez minutos y aumentar progresivamente. También puedes incorporarlo a actividades habituales: ir caminando a comprar algo cercano, dar una vuelta después del almuerzo o reemplazar algún trayecto corto en vehículo.

Puedes incluso hacer una pequeña prueba: durante los próximos siete días reserva veinte minutos para caminar. No te preocupes por kilómetros, velocidad o calorías. Simplemente sal y camina. Al terminar la semana observa cómo te sientes y pregúntate si sería posible convertir esos veinte minutos en parte de tu rutina.

Una caminata no transformará nuestra salud de un día para otro. Pero veinte minutos hoy, otros veinte mañana y otros veinte después comienzan a construir un hábito.



MUNDO HUERTA

Hacemos huerta, cultivamos vida y tiempo

PLANTITAS DE HORTALIZAS Y COSECHA FRESCA

VENTA DE PLANTINES A PÚBLICO:
SÓLO VIERNES Y SÁBADO EN LA TARDE

Km 2,5 Camino a San Fabián | +56 9 7349 1731 | @soymundohuerta



TOMATES:
Cal Ace, Pomarola, Rosado y Cherry



LECHUGAS, NIZUNA, BETARRAGA, ACELGA, REPOLLO, COLIFLOR, CEBOLLÍN Y MÁS

SÍGUENOS EN YOUTUBE | @MundoHuerta



ADemás, HORTALIZAS COSECHADAS DIRECTAMENTE EN NUESTRA HUERTA

TODO MASCOTAS

Alimentos para mascotas

Accesorios y huevos de nuestra avícola

Amplio estacionamiento | Camino a la Virgen #891, Local 3

HORARIO DE ATENCIÓN
Lunes a viernes: 09:00 a 19:00 hrs
Sábado: 10:00 a 19:00 hrs

Melocotón grooming

Estética Canina

Cuidado y estilo para tu mejor amigo

CORTES PARA TODAS LAS RAZAS	BAÑOS SANITARIOS
CORTES COMERCIALES	SHAMPOOS Y PERFUMES
RECUPERACIÓN DE MANITO	ACCESORIOS Y ROPA
	SNACKS NACIONALES

Trato amoroso | Productos de calidad | Higiene y seguridad | Resultados a tu medida

¡TU PERRO MERCE LO MEJOR, NOSOTROS LO MEJOR POSIBLE!

Tu cliente no compra lo que haces. Compra la solución a su problema.

Cuando hacemos publicidad, es muy fácil caer en una fórmula conocida: decir quiénes somos, enumerar nuestros servicios y agregar un teléfono. Todo está correcto, pero muchas veces falta la parte más importante: **darle al cliente una razón para interesarse.**

En marketing existe una diferencia fundamental entre comunicar una característica y comunicar un beneficio. La característica explica lo que haces. El beneficio muestra qué cambia para la persona gracias a lo que haces.

Por ejemplo, "Clases particulares de guitarra" describe un servicio. Pero "Aprende a tocar las canciones que siempre quisiste" permite imaginar un resultado. "Reparación de bicicletas"

informa; "Vuelve a disfrutar tu bicicleta sin preocuparte por esa falla" conecta el servicio con algo que la persona quiere recuperar.

Lo mismo ocurre en casi cualquier negocio. Una pastelería puede vender tortas personalizadas, pero lo que realmente acompaña son cumpleaños, celebraciones y momentos que queremos recordar. Un servicio de limpieza puede decir que limpia casas, o puede comunicar algo mucho más cercano: recuperar tiempo y llegar a un hogar agradable después de un día agotador.

Ahí aparece una herramienta muy poderosa de la publicidad: **conectar la solución con una emoción, un deseo o una necesidad concreta.**

No significa exagerar ni inventar promesas. Significa mirar nuestro propio negocio desde los ojos del cliente. Preguntarnos "¿qué vendo?", sino también "¿qué problema resuelvo?, ¿qué hago más fácil?, ¿qué sensación genero?, ¿qué obtiene finalmente la persona que me elige?"

Esa pequeña diferencia puede transformar completamente un aviso. Porque las personas necesitan saber qué haces, por supuesto. Pero para despertar su interés también necesitan descubrir qué puedes hacer por ellas.

Antes de hacer un anuncio, prueba responder una sola pregunta: **¿Qué gana mi cliente cuando me elige?** Quizás ahí esté la frase más importante de toda tu publicidad.

— Eduardo Santis Arancibia —

MUEBLES DE MELAMINA
ESTRUCTURAS METÁLICAS

FABRICACIÓN A MEDIDA

COTIZA AL **+56 9 9906 5080**

eduardosantis.90@gmail.com | Callejón Las Acacias, Camino San Agustín km 2

TRABAJOS A MEDIDA

JLS

MADERAS DIMENSIONADAS

CEPILLADO SECO Y ELABORADO

Madera de calidad para grandes proyectos

CLAVOS | TORNILLOS PARA MADERA

+569 83569825 | Manuel Antonio Matta #1030

TODO PARA TUS PROYECTOS EN MADERA

Muebles Salvador

Todo para tu hogar

Comodidad, estilo y funcionalidad para cada espacio.

Colchones • Clósets • Living • Camas

COLCHONES | CLÓSETS | LIVING | CAMAS

La Vega, itinerario 368, San Fabián | +56 9 8546 2164

¡Visítanos y encuentra el mueble ideal para tu hogar!

CEGINAS

Hecho con dedicación como en casa.

Giselle y Nacho

LONGANIZAS ARTESANALES

Sabor casero que se nota

VARIEDAD DE CARNES | ABARROTES | LÁCTEOS

+56 9 8258 9789 | **+56 4 4296 4283** | Camino a San Fabián Km. 3 Sector Llahuimávida

Este es el mejor momento para poner en marcha tu huerta

Los días comienzan a alargarse, suben lentamente las temperaturas y la primavera abre una nueva temporada de cultivo. Con un pequeño espacio y algo de planificación, este puede ser un excelente momento para comenzar.

Septiembre trae consigo uno de esos cambios que se pueden sentir. Hay más horas de luz, aparecen los primeros días agradables y nuestros patios y jardines comienzan a despertar. También es un buen momento para mirar ese pequeño rincón disponible en casa y preguntarnos: ¿por qué no hacer una huerta?

No necesitamos un gran terreno ni conocimientos especiales. Un par de metros cuadrados, un cajón de cultivo o algunos maceteros pueden ser suficientes para producir nuestras primeras hortalizas y hierbas. En la zona centro-sur de Chile todavía pueden presentarse bajas temperaturas y heladas tardías, por lo que conviene comenzar con calma, preparar bien el espacio y observar el clima antes de instalar especies más sensibles al frío.

Primero: encuentra el lugar adecuado

Una huerta necesita principalmente luz, agua y un buen lugar para desarrollar sus raíces. Busca un sector que reciba varias horas de sol directo; alrededor de seis horas es una buena referencia para muchas hortalizas. Si dispones de menos sol, algunas verduras de hoja y hierbas pueden adaptarse mejor.

También piensa en el acceso al agua. Mientras más fácil sea regar, más sencillo será mantener la constancia. Una huerta cómoda de cuidar tiene muchas más posibilidades de prosperar.

Todo comienza en la tierra

Antes de sembrar, debemos preparar el suelo. Si cultivaremos directamente en el patio, conviene retirar malezas y piedras, remover aproximadamente los primeros 20 a 30 centímetros e incorporar compost maduro o materia orgánica bien descompuesta.

La tierra debe conservar humedad, pero permitir que el exceso de agua salga. Si se forman charcos que permanecen durante mucho tiempo,

será necesario mejorar el drenaje o considerar una cama elevada. Si utilizaremos maceteros, estos deben tener agujeros inferiores y un sustrato adecuado.

¿Qué podemos cultivar en septiembre?

Para comenzar, lo mejor es elegir pocas especies que realmente consumamos en casa. Lechugas, acelgas, espinacas, cilantro, zanahorias, betarragas y cebollas pueden formar parte de nuestra planificación durante esta época, dependiendo de las condiciones locales.

También podemos comenzar a preparar cultivos de primavera mediante almácigos. Tomates, ajíes, pimientos, pepinos y zapallos prefieren temperaturas más altas, por lo que todavía debemos protegerlos y prestar atención a las posibles heladas tardías antes de llevarlos definitivamente al exterior.

Un almácigo es simplemente un pequeño espacio protegido donde las semillas germinan y desarrollan sus primeras hojas. Cuando las plantas alcanzan suficiente tamaño y el clima



CLAUDIA MUÑOZ ANDRADE
CONTADOR AUDITOR

Asesorías contables · laborales · tributarias








Dirección: Oficina 1, segunda piso -
Cuerpo de Bamberas



Fono: 920586268



VIVERO
Jardín de Ensueño

DA VIDA, COLOR Y BELLEZA
A TU HOGAR

- ✓ PLANTAS DE INTERIOR
- ✓ PLANTAS DE EXTERIOR
- ✓ HIERBAS AROMÁTICAS
- ✓ ÁRBOLES FRUTALES
- ✓ MACETEROS
- ✓ TIERRA DE HOJA





Belleza natural
PARA CADA ESPACIO



LUIS CRUZ MARTÍNEZ 178
SAN CARLOS



+56 9897 14646



Vivero Jardín de Ensueño
San Carlos

»» Plantas que embellecen tu hogar y tu vida »»

es apropiado, se trasladan cuidadosamente a su ubicación definitiva.

Regar bien no significa regar mucho

El exceso de agua puede ser tan perjudicial como la falta de ella. Una forma sencilla de saber cuándo regar es tocar la tierra. Si solamente está seca en la superficie, pero mantiene humedad unos centímetros más abajo, podemos esperar. Si comienza a secarse también en profundidad, será momento de regar.

A medida que aumenten las temperaturas, será preferible hacerlo durante la mañana o al finalizar la tarde. También podemos cubrir parcialmente la tierra con materia vegetal para conservar la humedad y disminuir la aparición de malezas.

La mejor herramienta es observar

Una huerta necesita atención, pero no tiene por qué transformarse en un trabajo complicado. Dedicarle algunos

minutos regularmente permite detectar hojas dañadas, falta de agua, malezas o posibles plagas antes de que se conviertan en un problema mayor.

Si aparecen insectos, primero intenta identificarlos. No todos son perjudiciales y algunos incluso pueden ser beneficiosos para nuestra huerta. Observar antes de actuar es una de las primeras cosas que aprenderemos cultivando.

También es conveniente no sembrar todo el mismo día. Hacer pequeñas siembras separadas por algunas semanas permite obtener cosechas en distintos momentos y aprovechar mejor nuestro espacio.

Sobre todo, comienza pequeño

Este probablemente sea el consejo más importante. No necesitas transformar todo el patio durante un fin de semana.

Comienza con algunos maceteros, un

pequeño cajón o unos pocos metros cuadrados. Elige tres o cuatro cosas que realmente te gustaría comer y aprende observando qué ocurre.

Algunas semillas quizás no germinen. Alguna planta puede perderse y seguramente cometerás errores. Eso también forma parte de tener una huerta. Se aprende sembrando, regando, observando y volviendo a intentar.

Y quizás por eso cultivar nuestros propios alimentos termina enseñándonos algo más. Plantamos algo diminuto, lo cuidamos durante semanas y esperamos. Hasta que un día podemos cosechar aquello que alguna vez fue solamente una pequeña semilla.

Septiembre puede ser un excelente momento para comenzar. No necesitas una gran huerta. Solo necesitas encontrar un pequeño espacio y plantar la primera semilla.

HUEVOS FRESCOS Y DE CALIDAD
¡SI SON DON FRANCO, el sabor da el gran salto!
 +569 3104 7987
 +569 3408 0501
 Reparto A DOMICILIO
 FRESCURA Y CALIDAD, DIRECTO A TU HOGAR

JES
Organizaciones JES SpA
 CONTADOR AUDITOR
 ASESORÍAS CONTABLES, TRIBUTARIAS Y LABORALES
 +569 3956 5527 | +569 8242 8614
 Balmaceda N°5

LIQUIDADORA TODO OFERTA
 ¡PRECIOS QUE NO SE REPITEN!
 HASTA 70% DTO.
 LIVING COLCHONES COMEDORES LÍNEA BLANCA Y MAS...
 CAMINO A SAN FABIÁN, KILÓMETRO 24
 ¡VEN YA!
 ¡VEN Y DESCUBRE OFERTAS INCREÍBLES TODOS LOS DÍAS!

FELIPE ROLLS
 REPARTOS POR \$1000
 CHACABUCO 923A
 esquina Joaquín del Pino, San Carlos
 PIDE TU CARTA POR WHATSAPP
 +56949112402
 FACEBOOK E INSTAGRAM: @feliperolls

El día en que Chile comenzó a construir su propio camino

Cada septiembre, Chile se llena de banderas, cuecas, ramadas y reuniones familiares. Celebramos nuestras Fiestas Patrias el 18 de septiembre y muchas veces se dice que ese día corresponde a la Independencia de Chile. Sin embargo, la historia es un poco distinta: el 18 de septiembre de 1810 no se declaró oficialmente la independencia, sino que comenzó un proceso político que, varios años después, terminaría dando origen al Chile independiente que conocemos hoy.

En aquella época, el territorio chileno formaba parte del Imperio español y era conocido como la Capitanía General de Chile. España atravesaba una profunda crisis luego de que Napoleón Bonaparte invadiera la península y el rey Fernando VII quedara apartado del poder. Esta situación provocó incertidumbre en las colonias americanas y abrió una discusión fundamental sobre quién debía gobernar mientras el monarca estuviera ausente. En distintas zonas de América comenzaron entonces a

formarse juntas de gobierno que buscaban asumir temporalmente esa responsabilidad.

En Chile, las tensiones políticas fueron aumentando hasta que se convocó a un cabildo abierto en Santiago. El 18 de septiembre de 1810, representantes de los principales sectores de la sociedad de la época se reunieron y establecieron la Primera Junta Nacional de Gobierno, presidida por Mateo de Toro y Zambrano.

FERRETERÍA
Parralito
TODO PARA TU HOGAR Y CONSTRUCCIÓN
CEMENTO • ZINC • CLAVOS • PINTURAS

FONO: **422416091** | INDEPENDENCIA **1080**
ferreteriaparralito@gmail.com

LAWEN
ESPACIO DE ARTE Y BIENESTAR
Conecta contigo, recupera tu energía

YOGA • PILATES • DANZA
Movimiento que armoniza cuerpo y mente.

TERAPIAS COMPLEMENTARIAS
Equilibra tu energía y aumenta bienestar.

MASAJES TERAPÉUTICOS
Relajación, alivio de dolores y recuperación energética.

ARTE
Expresión creativa y desarrollo de tu talento.

WhatsApp / Call: +56 9 8654 2509 | 12 horas Calle Maipo #227 | Instagram: @lawen.espacio | Facebook: @lawen.espacio

LA PIEDRA
CENTRO DE EVENTOS
MATRIMONIOS • CUMPLEAÑOS • BAUTIZOS
ESPACIOS AMPLIOS

PISCINAS • QUINCHO • CASAS PARA 4 y 14 PERSONAS • SALÓN COMPLETAMENTE EQUIPADO PARA 300 PERSONAS

Av. Purísima Interior S/N | +56 9 8976 1920 | @eventos_la_piedra

Desde 1989
HELADOS Gustty
Helados Artesanales
Muchos sabores para disfrutar

CHURROS • HELADOS • PAPAS FRITAS • BEBIDAS

San Fabián | 21 de Mayo, frente a cajero automático

TECNOCEL
Servicio técnico especializado
Cambio de pantalla • Batería • Puerto de carga
Láminas y accesorios

Serrano 585, San Carlos | Cotiza en **tecnocelchile.cl**

AUTOMOTRIZ O'HIGGINS
TU AUTO EN BUENAS MANOS. TU CONDUCE TRANQUILO.
Prevención hoy, seguridad siempre.

ATENCIÓN RÁPIDA • PRODUCTOS DE CALIDAD • PERSONAL CAPACITADO

CAMBIO DE ACEITE • REVISIÓN DE FILTROS • MANTENCIÓN PREVENTIVA • CUIDADO Y REVISIÓN GENERAL

Bernardo O'Higgins Riquelme 634, San Carlos, Nuble

En sus inicios, aquella Junta declaró actuar en nombre del rey Fernando VII y no planteó inmediatamente una ruptura definitiva con España. Sin embargo, el acontecimiento tuvo una consecuencia mucho más profunda: por primera vez se organizó un gobierno propio en territorio chileno. A partir de entonces comenzaron a desarrollarse nuevas instituciones, ideas políticas y movimientos que poco a poco conducirían hacia la separación definitiva de la Corona española.

El camino no fue sencillo. Hubo enfrentamientos, avances y retrocesos durante varios años, en un período marcado por campañas militares y

fuertes divisiones políticas. La independencia fue proclamada formalmente el 12 de febrero de 1818, durante el gobierno de Bernardo O'Higgins, y consolidada militarmente a través de importantes batallas del proceso independentista, entre ellas la batalla de Maipú, ocurrida ese mismo año.

Entonces, ¿por qué celebramos el 18 de septiembre? Porque aquella jornada de 1810 quedó en la memoria colectiva como el comienzo del proceso de emancipación y de la organización política autónoma de Chile. Con el paso del tiempo, la fecha adquirió un significado cada vez más importante y terminó

transformándose en la principal celebración nacional.

Por eso, cuando cada septiembre levantamos la bandera, compartimos una empanada, asistimos a una fonda o escuchamos una cueca, no estamos recordando exactamente el día en que nació oficialmente la República de Chile. Estamos conmemorando el momento en que comenzó a tomar forma la idea de que los habitantes de este territorio podían organizarse políticamente y decidir su propio destino. Esa es la razón histórica que se encuentra detrás del 18 de septiembre y de nuestras Fiestas Patrias.



Farmacia Saucosalud
¡Ya estamos atendiendo!

Atención cercana para tu salud y bienestar

Av. Andes 198,
local 2, San Fabián de Alico

+56 9 2951 0368

@saucosalud.farma



LOS BARBAS
TALLER MECÁNICO

MANTENCIONES CAMBIO DE ACEITE FRENSOS ESCÁNER SUSPENSIÓN

PUNTO Blue express

TU TALLER DE CONFIANZA

BALMACEDA 5 SAN CARLOS

+569 3956 5525



EMPRESA PERIODÍSTICA
LA FONTANA

Periodismo local que hace grande a una región

El medio digital multiplataforma de Ñuble.
Informamos, posicionamos y contamos historias.

NUESTROS SERVICIOS

Noticias locales Publireportajes Publicidad Avisos legales El tiempo



Conectados con nuestra audiencia
Infórmate y conecta tu marca con Ñuble.

lafontana.cl

contacto@lafontana.cl

Los niños también tienen derecho a ocupar el mundo

Tienes derecho a no tener hijos. Pero no tienes derecho a vivir en un mundo sin niños.

En los últimos años parece haberse instalado una idea extraña: que los niños molestan. Que hacen demasiado ruido, lloran en los aviones, corren en los restaurantes, preguntan demasiado y que sería mejor reservar ciertos espacios exclusivamente para adultos.

Es cierto. Los niños pueden ser ruidosos. Pueden llorar en el peor momento o hacer un berrinche justo cuando sus padres quisieran volverse invisibles.

Pero hay algo importante que estamos olvidando: **los niños son personas que están aprendiendo a vivir.**

Están aprendiendo a esperar, controlar sus emociones, respetar a los demás, entender las reglas y descubrir que el mundo no siempre funciona como ellos quieren. Y ese aprendizaje ocurre precisamente conviviendo con otras personas.

Por supuesto, los padres tenemos una responsabilidad. Un niño necesita límites, educación y respeto por quienes lo rodean. No se trata de justificar cualquier comportamiento diciendo simplemente: "es un niño".

Pero tampoco podemos exigirles comportarse como pequeños adultos.

Una sociedad donde nadie incomode

Nos estamos acostumbrando a imaginar un mundo diseñado alrededor de nuestra comodidad: sin

ruidos, sin esperas, sin interrupciones y sin personas que alteren nuestros planes.

Pero vivir en sociedad nunca ha funcionado así.

Compartimos espacios con bebés que lloran, adultos que hablan fuerte, personas mayores que caminan lentamente y niños capaces de preguntar veinte veces por qué el cielo es azul.

Convivir también significa tolerar pequeñas incomodidades.

Y existe otra cara de esta historia: los padres que sienten que deben disculparse constantemente.

La mamá que intenta tranquilizar a su bebé durante un viaje mientras siente las miradas a su alrededor. El papá que abandona un restaurante porque



TU MUNDO KIDS

Juguetes, regalos y sorpresas para los más pequeños

♥ Ideas lindas para cada ocasión ♥

Juguetes ★ Regalos ★ Infantil

SÍGUEMOS EN INSTAGRAM

@tu.mundokids | tu.mundokids

+56933611044 | Ernesto Riquelme 568B

San Carlos, Ñuble



MASA NOSTRA

PIZZAS Y EMPANADAS

★ COMIDA AL PASO ★

⇒ Sabor casero para llevar ⇒

Km 24 • Ruta N-31 • Camino a San Fabián

PARA LLEVAR



TANGOS SIN FRONTERAS

UN PROGRAMA DE RADIO DEDICADO A LA PASIÓN, LA ELEGANCIA Y EL ALMA DEL TANGO.

DOMINGOS • 21:00 HORAS

FM 107.9 RADIO SAN CARLOS BORRORNEO

CREADOR Y CONDUCTOR: CARLOS PIANO

San Carlos, Ñuble



ÁRDEVA

CAFETERÍA & GELATERÍA

Tu pausa favorita en San Carlos

Café de especialidad, gelatería artesanal y dulces que enamoran.

Café de especialidad | Gelatería artesanal | Pastel de chocolate premium | Conos | Berry Bombas

Hecho con pasión, para momentos que se quedan.

Dirección: Colón 115 y Vial 1501 | Horario: 10:00 a 18:00 | Instagram: @ardeva_sancarlos | Teléfono: 56933611044

su hijo comenzó a llorar. La familia que empieza a preguntarse si será mejor no salir para evitar molestar.

Educar a nuestros hijos es una responsabilidad. Pedir perdón porque existen, no debería serlo.

Nosotros también estuvimos ahí

Cuando los adultos nos desesperamos frente al comportamiento de un niño olvidamos algo evidente: alguna vez nosotros ocupamos exactamente ese lugar.

También lloramos, corrimos donde no debíamos, preguntamos demasiado, tuvimos berrinches e incomodamos a algún adulto que solamente quería tranquilidad.

Ninguno llegó al mundo sabiendo comportarse en un restaurante, esperar pacientemente una fila o permanecer sentado durante varias horas. **Alguien tuvo paciencia mientras aprendíamos.**



Tal vez ahora nos corresponde devolver un poco de esa paciencia.

No tienes que querer ser mamá o papá. Tampoco tienes que disfrutar de un restaurante lleno de familias ni sentir ternura cada vez que escuchas llorar a un bebé.

Pero sí podemos recordar algo sencillo:

Los niños también forman parte de

nuestra sociedad.

No son adultos defectuosos. Son personas en construcción, descubriendo cómo funciona este extraño lugar al que llegaron hace apenas unos años.

Tener una vida sin hijos puede ser una elección perfectamente válida. Pretender un mundo sin niños es otra cosa.

TU CONDUCTOR DE CONFIANZA

Transporte dentro y fuera de la región

COMODIDAD
 SEGURIDAD
 SERVICIO 24/7

PIDE TU SERVICIO

+569 53569639 | *Carlos Mundt*

Abastible Auad

¡GAS LICUADO DE 15 KG!

A SOLO \$27.000

EL MEJOR PRECIO, SIEMPRE

UBICACIÓN: CALLE PUELMA ESQUINA NAVOTAVO

CONTACTO: **422411160**

COMPRANDO EN LOCAL DE VENTA

OFERTA

BODEGAS 3x3 m

Instaladas

\$990.000 c/u

TAMBIÉN SE HACEN CABAÑAS Y CASAS

CONSULTAS AL +569 8387 0878

ASESORÍA TÉCNICA Y CAPACITACIONES EN BERRIES

Mejora rendimiento, calidad y rentabilidad

Janis Rivas Goudet - Ingeniera Agrónoma

ESPECIALISTA EN:

- Frutillas - Frambuesas
- Arándanos - Moras

- Establecimiento del cultivo
- Manejo de suelo
- Fertilización y nutrición
- Riego

- Manejo fitosanitario
- Evaluación del desarrollo de plantas
- Charlas y capacitaciones, licencias

Consultas: **+56 9 5768 8375** | Instagram: @asesor_berris

Publica tus **avisos** de forma fácil

CONSIGUE NUEVOS CLIENTES CON ESTRATEGIA

Sistema simple y fácil
de atraer personas
a tu local

VITRINA *Comercial*

PRUEBA
1 MES
GRATIS

Sin contrato ni compromiso



Pide tu anuncio al WhatsApp +569 64309814

www.vitrinacomercial.cl