

**BOLETIN
CULTURAL
N° 9**

EL LIRIO

EL LIRIO N° 9

Chañaral, Agosto 2021

**Saludamos al Liceo Federico Varela en su 43° aniversario
01 de Septiembre, 1978-2021 Una historia al servicio de la educación**

\$ 500
aporte solidario

Contenido:

Editorial	2
Reflexiones Susana Zamora	3
Decrecer o colap- sar... Manuel Baquedano	4
Red Feminista Cha- ñaral	5
Un centro de diálisis para Chañaral	6 7
Ecocidio de Chaña- ral, Solastagia... Andrea Rojas Rojas	8 9
Carmen Arredondo reportaje	10
Salud Mental Fabian Flores P.	11
Gobernación Pro- vincial 1884-2021 Omar Monroy	12



Desconectarse para “conectarse”...

Cada vez más conectados pero a la vez más desconectados...

Lo que hemos ganado y hemos perdido con la tecnología que nos invade en estos tiempos, la que nos prometía un mundo más globalizado, dónde todos estaríamos más conectados entre si, (al menos eso es lo que promocionaban)., se esta convirtiendo en una silenciosa pandemia de atrofia humana.

Lo cierto es, que siento que cada día, mientras más tecnología existe, más lejanos y desconectados estamos... Desconectados de la realidad, desconectados del sentir en su verdadera esencia.

Nos hemos parapetado detrás de un aparato, creyéndonos poderosos, bellos, inteligentes, analistas, justicieros, luchadores, galanes, empoderados, críticos, opinólogos, etc, etc, etc. Sin embargo eso es “realidad virtual”, bien dicho por sus creadores “virtual” o sea que no es verdadera. Nos imaginamos, “creamos” y “creímos” nuestro propio mundo virtual, en el que es más fácil ser un personaje ideal, el que siempre “quisiste ser” en tu imaginario psicológico.

Virtual, o sea ya no existes, eres producto de tu imaginación, a eso nos esta llevando este tipo de tecnología...

No quisiera “no existir”, no sentir, no experimentar sensaciones, que ya casi están quedando en el olvido, un abrazo, una caricia, el contacto físico (no virtual), la comunicación en su máxima esencia, la “química” entre personas, el roce, la mirada... Nos han quitado tanto...

Nos están mutilando y convirtiendo en ciber humanos, en aparatos, en maquinas orgánicas, humanoides detrás de una pantalla, que obedece, que reacciona frente a los estímulos virtuales que te envían intencionalmente o con un propósito muy determinado... compra, asústate, no sientas, no pienses, “lo haremos por usted”.

Muy pronto será un atentado terrorista, pasear de la mano en un parque, conversar frente a frente, reír a carcajadas en la vía publica... condenado serás por enamorarte, por llorar, por sentir, en fin, como ya lo esta siendo expresar tu protesta ante el poder establecido.

Los invito a “luchar” para que volvamos a ser personas, humanas, hijos, padres, abuelos, amigos, compañeros... Pero de esos de verdad, “reales” de carne y hueso, de las entrañas, de corazón, del alma...

Recuperar nuestra “humanidad” será la lucha más grande y revolucionaria que tendremos que dar antes que te “apaguen” con un botón.

Eduardo Plaza Guerra, editor “El Lirio”

**BOLETIN SOCIAL Y CULTURAL AUTOGESTIONADO,
INDEPENDIENTE Y CIUDADANO**



EL LIRIO
CHAÑARAL
AGOSTO 2021

Correo electrónico:
ellirioboletin@gmail.com

Responsables:
Eduardo Plaza Guerra
Susana Zamora Vergara

Facebook:
Lirio Boletín



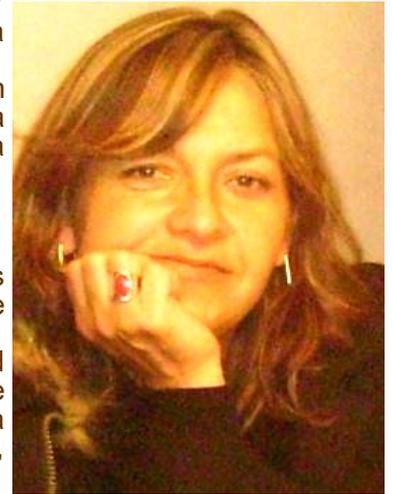
Reflexiones: Pensando en las desigualdades...

Hoy por esas casualidades de la vida, llega lo que te tiene que llegar cuando se es preciso, abro mi WhatsApp y veo un video que compara la economía de los países ricos y los países pobres.

Varios Ítems comparativos me muestra este video, y pienso...es tan fácil dar pasos simples para mejorar el bienestar de cada compatriota, pero la ambición es tan poderosa que en estos 7 ítem me doy cuenta de nuestra pobre realidad. No hay países pobres hay países empobrecidos.

En la mentalidad de sus líderes radica la problemática. Veamos...

- 1.- La moral como principio básico, al ladrón no lo premian, lo sancionan.
- 2.- Visión a largo plazo, los países desarrollados piensan en las próximas generaciones, aquí pensamos en el fin de semana, en el voto que podamos sumar. Somos cortoplacistas.
- 3.- La responsabilidad es a todo nivel, desde el respeto de la puntualidad hasta el compromiso con el medio ambiente. En los países ricos, si te dicen a un hora, es esa hora y no unos 10 minutos más para esperar a los retrasados, la basura se recicla y no la tiras a la calle como aquí, ellos la depositan en contenedores o bien se la llevan.
- 4.- El deseo de superación, quien abre un local quiere crecer y desarrollarse, aquí reina el conformismo, no te capacitas no planificas para crecer responsablemente.
- 5.- El respeto a la ley y los reglamentos, la ley es la ley, el respeto de las normas y seguridad es la base de la buena convivencia, no hay tajadas, coimas ni mordidas.
- 6.- Su amor al trabajo, los pueblos son trabajadores que asumen su responsabilidad social. Y no esperan vivir del gobierno.
- 7.- Tiene afán del ahorro y la inversión, que son la base de la economía y el progreso, en donde la cultura por lo general es comprar al contado.



La diferencia entre los países ricos y los países pobres es la mentalidad de su Gente, no les falta recursos, sino que tienen gente visionaria, líderes honestos y capaces.

Todo esto me hace pensar en las desigualdades, en las ambiciones propias que viven los líderes de nuestro país, y en los líderes de cada comuna, cada uno se quiere beneficiar de la mejor (o peor) forma, no importa el más desvalido ni el más ignorado por la sociedad. Fuimos educados bajo estándares de consumidores, en donde el billete plástico que se tradujo en dinero fue el medio para vivir endeudados queriendo ser el mejor de cada sector, ya sea familiar o laboral, nos consumió el egocentrismo, y perdimos los valores y morales que de nuestras abuelas y abuelos nos heredaron con sus esfuerzos para sobrevivir.

¿Donde están nuestros principios? ¿Tiene precio intrínseco? ¿Nos vendimos al mejor postor?

¿La vida de los demás no nos vale nada?

Hemos entrado en un ciclo del cual es difícil salir, hemos hipotecado nuestro bienestar y el futuro de nosotros y de nuestras familias por un bienestar económico sin valores.

Y cuando partamos de esta tierra, ¿Qué nos llevaremos? El auto, la casa, el dinero (¿?)

El vacío nos invade cuando perdemos el ser altruista, el mirarnos en el otro, en la empatía.

Como sociedad nos estamos ignorando y matando, así como también el mundo físico se está exterminando.

¿Aún tenemos tiempo de revertir todo esto?

Susana Zamora Vergara



Decrecer o colapsar: ¿Qué hacer y cuándo?

Frente a la crisis climática, la naturaleza ha movido sus fichas y nos ha hecho un jaque. Un jugador avezado en ajedrez se dará cuenta de la situación y nos dirá que se trata de un jaque mate. Sin embargo, muchos ciudadanos no terminan de comprender qué ocurre. ¿Cuánto nos demoraremos en reaccionar?

Después de conocer el reciente informe de los científicos del IPCC de las Naciones Unidas somos muchos los que nos hacemos esta pregunta. La prestigiosa economista y profesora de la Universidad de Cambridge, Diane Coyle, nos recuerda que el escritor austriaco Stefan Zweig observó que la mayoría no puede comprender la perspectiva de cambios catastróficos en su situación y que “Las cosas pueden empeorar gradualmente durante mucho tiempo sin provocar una reacción. Una vez que ocurre la catástrofe, es demasiado tarde para actuar”.



Si la situación del clima y de la biodiversidad es crítica como advirtieron los científicos, es lógico preguntarse qué podemos hacer para enfrentar este gran desafío y cómo podemos lograr que la actividad humana, principalmente la económica, se desenvuelva dentro de los límites de la naturaleza.

Con o sin nuestro consentimiento, la naturaleza nos llevará hacia el decrecimiento. El dilema que se nos presenta hoy es si decrecemos de forma planificada o si colapsamos de manera caótica. ¿Cuándo tomaremos conciencia de que ha llegado el tiempo de decrecer? ¿Cuándo abramos la llave y ya no salga agua? En ese momento habremos llegado a una temperatura de 1,5 grados por encima de lo normal.

Según los científicos del IPCC hoy estamos en un aumento de un grado sobre lo normal, pero existen numerosas investigaciones que nos indican que ya llevamos 1,2 grados y que el fatídico nivel de 1,5 grados se alcanzará antes del año 2030.

Como está siendo cada vez más habitual, a esta controversia científica la terminará dirimiendo la naturaleza con la nueva normalidad que surja a partir del aumento desmesurado de los eventos climáticos extremos. Y, como señala el informe del IPCC, de no accionar sin dilación los frenos de la emergencia, nos encontraremos con un cambio climático ya absolutamente fuera de control. La diferencia entonces no es el cómo sino el cuándo.



MANUEL BAQUEDANO

Ecologista y sociólogo de la Universidad Católica de Lovaina, Bélgica. Lleva décadas formando parte del movimiento ecologista internacional, desempeñándose como miembro de la delegación oficial chilena en las negociaciones de cambio climático del Acuerdo de París, en el año 2015. Además, fue fundador del Consejo Latinoamericano de Cambio Climático (CANLA) y miembro de la Comisión Organizadora del Foro de ONG en Río 92. En la actualidad preside el Instituto de Ecología Política de Chile.

Red Feminista Chañaral opina sobre el Acoso Callejero en Chañaral

Entendemos el acoso callejero como una violencia de género más enmarcado dentro de un sistema patriarcal. Debemos entender este fenómeno no solo en la dicotomía víctima victimario, sino que en un encuadre víctima-victimario-testigos-contexto. Podemos definirlo como una práctica de connotación sexual implícita o explícita que ocurre en un espacio público entre personas desconocidas y sin el consentimiento, las que tienen el potencial de generar malestar psicosocial. Se compone por acoso verbal, no verbal, físicos, audiovisuales y de persecución. En relación a esto algunas mujeres que habitan en este territorio:

“No es fácil ponerte un short para salir a comprar porque en el fondo sabes lo que eso significa. No importa, te lo pones igual y te obligas a demostrar seguridad ante cualquier viejo que te puedas encontrar. Caminando hacia el negocio comienza el desagrado...Por la vereda en la que vas se acercan dos hombres de frente, en un par de segundos debes tomar una decisión, o cruzas la calle para seguir por la vereda del frente o bien, los enfrentas y pasas entremedio de ellos. Hoy los desafías, en tu cabeza se atraviesan las ideas, no tienes porqué sentirte amenazada, no tienes porqué abrirles el paso, no tienes porqué suponer que te van a incomodar...Pero ahí pasa nuevamente lo que siempre supiste, de pies a cabeza te recorren como si tu carne estuviese disponible detrás de un mesón. Te observan, te evalúan, te seleccionan y hasta te dicen que te ves deliciosa. Hay un incendio dentro de ti que no puedes expandir porque todo saldría peor, en segundos puedes estar podrida en insultos. Te quemas por dentro, los pasas y sigues caminando, sabes que se dieron vuelta para mirarte por detrás. Sufres y solo tratas de alejarte. Te culpas por andar con short, por no haber cruzado la calle, por no haberles dicho algo. Te culpas aun sabiendo que no es tu culpa. ¿Te cuestionarás la próxima vez si te pondrás un short? Por supuesto que sí. Por supuesto que lo harás y por supuesto que nuevamente te lo pondrás. Porque eres libre, porque nadie detendrá tu manera de vestir, tu manera de expresar, porque tu piel tiene derecho a transitar segura, porque tu alrededor es el problema – a pesar del sacrificio –, y porque el tiempo y la lucha algún día nos darán la razón y derribaremos todas las consciencias contaminadas de machismo. No más acoso callejero en Chañaral”. (Camy)

“Tanto desde los roles ligados a las diversas fuentes laborales que poseemos integrantes de la red feminista de Chañaral, así como desde nuestras particularidades, visualizamos que la norma para las mujeres, da cuenta de una multiplicidad de experiencias de acoso sexual callejero a lo largo de nuestros ciclos vitales. Lo cual, según la ley (2019), implica un acto de significación sexual, capaz de provocar una situación objetivamente intimidadora, hostil o humillante en lugares públicos o del libre acceso, sin mediar el consentimiento. Situación que, si se analiza, no sólo cobra relevancia poner en la palestra, sino que se hace urgente gestionar una disminución cuantitativa de tal fenómeno. Considerando tanto la inexistencia de un enfoque preventivo al respecto, y las diversas repercusiones que genera en la salud mental, y en el desarrollo de la personalidad, la exposición a tales niveles de violencia, sobre todo cuando es sostenida en el tiempo. Sumándose a esto, el malestar asociado una especie de desesperanza o indefensión aprendida, respecto de la impunidad referida a ello, como ocurre con multiplicidad de asuntos a nivel nacional”. (Vero)

“El acoso callejero no sólo revela el machismo instaurado en los hombres, donde nos cosifican y nos ven tan subordinadas que sienten el derecho de gritar, silbar e intimidar. Sino que también da cuenta de una cultura de la pedofilia asentada. Todos ven al pedófilo como un enfermo, un fenómeno particular y aislado pero si le preguntas a una mujer la primera vez que le gritaron en la vía pública de seguro rondaban lo 14 o 15 años, incluso mucho menos. Cuando problematizamos el acoso callejero en Chañaral no lo hacemos para aquellas mujeres que habitando en libertad se defiende ante estos hechos, sino que intentamos que niñas y adolescentes se sientan seguras al caminar por su ciudad. Nos van a llamar exageradas, muchos y muchas no lo entenderán, pero el miedo es real. “¿Amiga llegaste?” “Llámame cuando llegues” es una costumbre tan propia de las mujeres porque es muy delgada la línea que separa el grito innecesario y la posibilidad de ser un número más en la lista de feminicidios”. La culpa será nuestra que la ropa, que el lugar, que iba sola, que la forma de caminar... pero nos acosan embarazas, con hijas/os, en grupo, de día o noche, en pleno centro o en un pasaje, con buzo y polerones anchos, etc. Por un Chañaral con el derecho de habitar en paz. (Andy)

Al pensar en acoso callejero, es inevitable recordar episodios, experiencias o testimonios, sin embargo, al realizar este ejercicio de escritura, surgió en mí un pensamiento que me detuvo, me alertó y me movió; y tiene relación en como internalizamos y normalizamos el acoso desde tan niñas, acoso callejero que para muchos es inocente y para muchas de nosotras es el fiel reflejo de esta sociedad machista en la cual nos criamos. No dejo de pensar en la siguiente situación: yo siendo niña, evitando pasar por cierta esquina donde se encuentra el acosador, sujeto conocido por “piropear” a las niñas del barrio. Enterarme que el acosador cae preso por violación a una niña, lo que me hace pensar que cerca estuvimos con mis amigas de aquel violador. Crecer sabiendo que el violador está preso y escuchar su nombre como una mera leyenda. Entender que ya se ha cumplido el plazo y el violador debe salir. Sentir que el violador está afuera, porque me ha vuelto acosar ahora siendo una adulta, pero ahora yo respondo. Sufrir que el violador está acosando a nuestras niñas, teniendo que compartir su funa por el acoso desmedido hacia niñas escolares. Saber que el violador, está parado aún ahí en esa esquina.... (Vane)

Un centro de diálisis para Chañaral

Esto parte en una conversación que sostuvimos con Rubén Daneris camino a Chañaral (nos relata Carlos Álamos) en su colectivo, allá por marzo o abril del 2019... un tema que lo cruzaba a él como futuro paciente de diálisis y a mi papá Carlos Álamos Gutiérrez (Q.E.P.D.), Rubén sosteniendo la necesidad de poder contar con este centro de diálisis, por todo lo que debían vivir día por medio en esos viajes a Copiapó, con el hecho de madrugar para poder viajar en cualquier época del año.... muchas veces no en las mejores condiciones, pero sin embargo con la esperanza de que se podía hacer algo.... lo importante era aunar voluntades, nunca lo comentamos dentro de la totalidad de pacientes por que la idea no era crear falsas expectativas. primero por la salud mental de los pacientes y también la de sus familias por que un centro de diálisis no es fácil de conseguir...primero por su alto costo en construcción y mantención.... pero como lo señalaba anteriormente, aunando voluntades, trabajo, gestión se podría ver realizado el sueño.

En esta lucha han participado un importante grupo de personas, ciudadanos, autoridades en su justo merito, pero la ciudadanía, ya que pudimos reunir más de 3.000 firmas de personas mayores de edad e informadas de que se trataba el tema de la diálisis, por lo tanto consideramos que es justo lo que se pide, teniendo en cuenta la cantidad de pacientes actuales y los que pueden venir en el corto, mediano y la largo plazo, porque más que un gasto, es una inversión, es mejorar la calidad de vida del paciente de diálisis y por su puesto para su entorno más cercano... si bien es cierto que la diálisis te mejora la calidad de vida, un centro de diálisis en Chañaral, les entrega más tiempo en familia.



@Eniram.light instagram
Luz Hernández Facebook



Baltazar
Tejidos

Dina Simi T.
+569 5392 8004
Dirección: San Martín #416
jimena_simi@hotmail.com

(Sobre las actividades realizadas) durante el 2019 fueron alrededor de 4 caravanas, algunas más extensas que otras, pero lo importante era ir creando conciencia de la importancia de este centro, el domingo 22 hicimos una caravana, con lo cual iniciamos una nueva ronda de futuras caravanas y acciones, tanto particulares como públicas para poder seguir avanzando y lograr el objetivo.

Hemos hablado desde la más humilde dirigente vecinal de nuestra comuna hasta con el ex ministro de salud de aquella época Emilio Santelices Cuevas, si te das cuenta hemos hablado con muchas personas... con algunas obtuvimos respuesta inmediata a nuestros requerimientos, mientras que otras solo se acoplaron por la presión ciudadana del momento, obteniendo medianos resultados... pensando que este 2021 estaríamos en un mejor pie en cuanto al avance de obras, pero por lo que tenemos entendido, estamos en un porcentaje mínimo - medio, pensando en un 100...

Este año nos reunimos en primera instancia con la Sra. Margarita Flores actual alcaldesa, y posteriormente fuimos invitados al Concejo Municipal donde se expuso la actual y real situación del centro de diálisis, donde el consejo y la presidenta de este se comprometieron gestionar una reunión con la Seremi de Salud y el Director del Servicio de Salud de Atacama, para que visitasen el lugar donde se está construyendo el centro y puedan evaluar la actual situación, no obstante aquello nosotros trabajamos de manera paralela en el tema, solo con el afán de ayudar.

(Sobre la recepción de las autoridades) vemos en algunas autoridades locales más interés (demostrativo), pero señalan que las cosas se deben hacer bien y de cara a la ciudadanía, es decir, diciendo la verdad, pero esa disposición se debe condecir con los actos que acometan, algunos guardan silencio, otras escuchan consejos, en fin... ya hemos aprendido de la experiencia de la administración anterior por lo tanto, se agradece su buena fe, pero la actual debe actuar con prudencia, tiempo, seriedad y que las cosas se hagan bien.

(Sobre la situación con la actual alcaldesa) la Sra. Margarita, como lo señalaba anteriormente, hay una buena disposición, pero con responsabilidad en lo que se dice y se hace, para no cometer los errores y ser más prolijos.

¿De qué forma se podría presionar más? sin duda hay que presionar más, las formas ya la conocerá la ciudad...

Firman: Jaime Ibacache O., Rubén Daneris M., Rene Diaz G. y Carlos Álamos V.




•Orfebrería Daniela Paz •Celular +56 9 8991 5735 •Joyas de plata artesanales de diseños exclusivos •Reparaciones de joyas de oro y plata •Artesanías y souvenir •Artesanías en cuero de pescado •Telares decorativos
•Facebook Orfebrería Daniela paz
•Instagram JOYAS.DANIELAPAZ

EL LIRIO
APOYA
AL EMPRENDEDOR



Total HomyChic's
Chañaral-Chile
Total homychic's
chañaral
@Homychics

ECOCIDIO DE CHAÑARAL Y MI SOLASTAGIA

Andrea Rojas Rojas

Solastagia: el dolor que se sufre por ver como se pierde el suelo que se pisa. (Neologismo que describe una forma de angustia, estrés mental o existencial causado por el deterioro medioambiental).

Al parecer la pandemia nos ha sensibilizado un poco más respecto al daño que le hacemos al planeta, o quizás no la pandemia sino la información a la que ahora podemos acceder. Hablamos de la crisis climática mundial ya en tiempo presente, y no como un aterrador futuro lejano. Esto nos tiene a todos aceptando que las consecuencias son inminentes e inevitables, aunque existieron y existen personas que lo advirtieron; que protestaron, que se hicieron activistas para denunciarlo, se levantó importante información científica al respecto, se escribieron libros, se hicieron charlas, foros, conferencias, se tenía toda la información. No hicimos caso y ahora, lo que le hicimos al planeta es irreversible.

Así... esa sanción, esa rabia, ese miedo, esa frustración es lo que significa para mí el desastre ambiental de Chañaral. Las consecuencias ya no sólo son inevitables, sino que irreversibles. Muchos y muchas se hicieron activistas, muchos y muchas lo denunciaron, se levantaron investigaciones científicas, se escribieron libros, se hicieron foros, se tenía toda la información. No les/nos hicieron caso. Y ahora, lo que le hicieron a Chañaral, a su ecosistema y a toda su gente es irreversible.

Crecer y vivir en una zona de sacrificio ambiental no me impactó hasta que me empoderé en la ciudad y me permití, como psicóloga y activista, conocer parte de la historia de vida personal y más íntima de diversas familias chañaralinas. Lo que pasa en esta ciudad cómo ha afectado en lo más profundo de las historias de vida por generaciones no puedo catalogarlo con otra palabra que no sea cruel.

Sabemos que uno de los grandes triunfos del capitalismo es la ruptura que nos hizo con el medio ambiente y con la vida en comunidad. En ese sentido, nos tiene inmersos en el consumismo y superficiales competencias. Y así, por supuesto, es como ganan los mismos de siempre, esos que se hicieron ricos quitándonos todo y esos que ganaron poder dándonos migajas. Porque si todas las historias de vida que he tenido la oportunidad de escuchar pudieran escucharse entre ellas, comprenderían que lo que les une no son coincidencias y que ese factor en común es la contaminación que respiramos y seguimos respirando. Debemos asumir que lamentablemente no basta la suma de voluntades, aunque hay muchas personas marcando la diferencia e impactando en otros y otras, no logra ser suficiente o no alcanza a ser lo que merecemos.

Cuando escucho historias de hijos o madres y todo el dolor que hay detrás de un consumo problemático de drogas pienso <contaminación y la predisposición a la drogadicción > y ¿Tendrá que ver la falta de oportunidades, la falta de espacios de creación y cultura?, cuando escucho a niños y niñas a tan corta edad rendirse frente a sus sueños de ser profesionales solo pienso en la <contaminación>. Cuando veo las dificultades de aprendizajes y problemas cognitivos en los niños, cuando veo el aumento de niños y niñas con trastorno de espectro autista pienso en la <Contaminación>. Conozco tantas historias de personas viajando horas por un tratamiento contra el cáncer, (que ya de por sí es muy crudo) horas para realizarse exámenes, dinero en traslado, hospedaje y comida. Veo a un porcentaje de jóvenes alejarse de sus familias en busca de un futuro educativo, y que significa costear traslado, vivienda, alimentación y todos los millonarios gastos que significa la educación superior chilena. Es frustrante ver talentos sin los espacios ni los recursos para realizar su arte. ¿No sería justo tener al menos la mejor educación y salud de Chile? ¿No sería más justo que niños/as y jóvenes tengan los mejores espacios y oportunidades de recreación?...



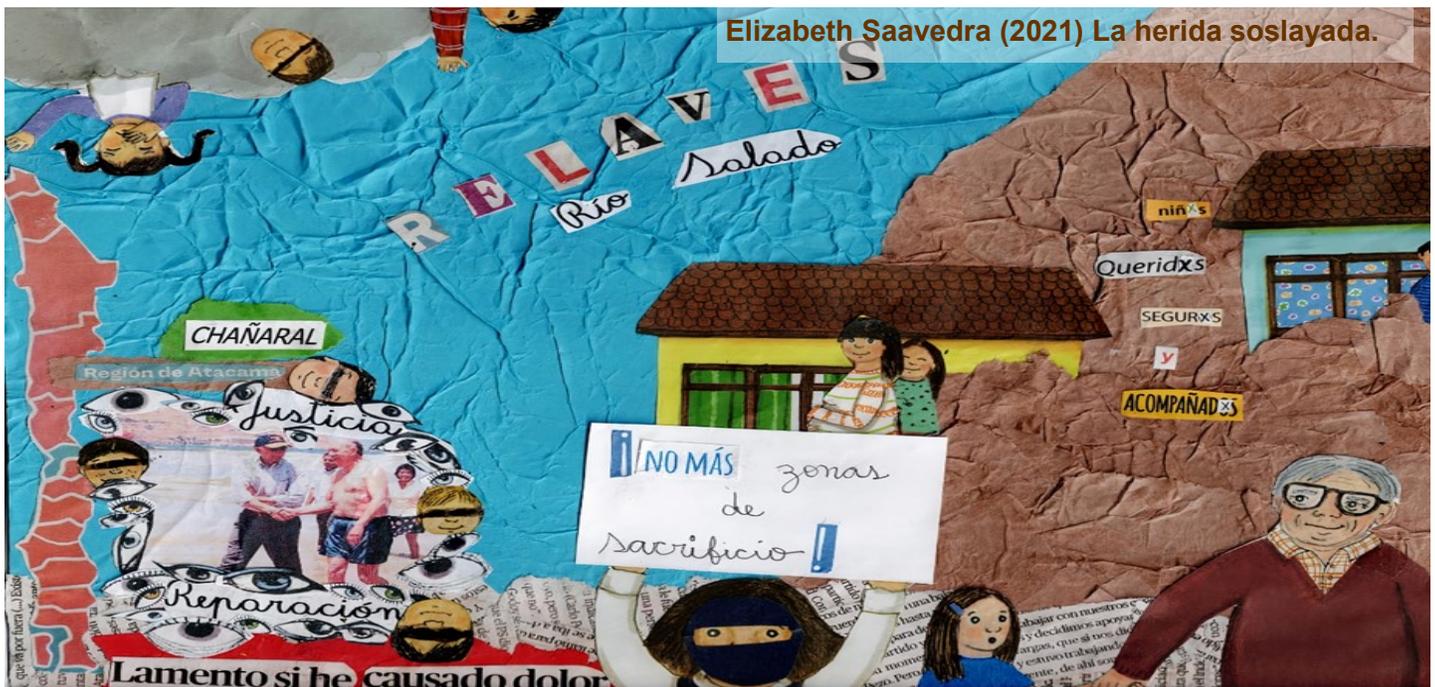
EL LIRIO
APOYA
AL EMPRENDEDOR



...Y hablo de LOS MEJORES, porque el ecocidio que significó la destrucción de nuestra bahía no es para tener migajas, es para exigir una calidad de vida que ronde el privilegio.

Algunas personas consideran que es algo que debemos olvidar y avanzar, pero como se puede avanzar sin reconocer una realidad que hasta el día de hoy nos oprime, y que si nos quedamos en ese casi negacionismo no sólo hace más difícil el camino a una vida mejor, sino que dejamos libre de polvo y paja a todos los responsables del sufrimiento de tantas personas. Quienes deseamos un Chañaral mejor asumimos que el camino es hacia la organización, porque ninguna autoridad (por muy idónea que sea para el cargo) va a solucionarnos nuestras problemáticas. Hablemos, intercambiamos experiencias, sanemos, discutamos, conflictuemos y representémonos a nosotros/as mismos/as en todos los espacios que sea necesario. Ocupemos todas las oportunidades de denunciar y de contar nuestra historia de resistencia. Revivamos esa vieja costumbre de mirar al otro y no nuestros pies, de contarnos nuestras historias, de confiar. Las zonas de sacrificio siguen creciendo en Chile nosotras y nosotros podemos ser la voz de la experiencia, podemos marcar un precedente, hacer historia. Podemos ser quienes golpeen en la mesa y digan **NUNCA MÁS ZONAS DE SACRIFICIO EN CHILE.**

Escribí esto entre lágrimas, escribir es ahora eso que me saca la rabia. Así estoy sacando esta frustración, y no gritando mientras marchamos como otras veces. Pero así como somos cada vez más los/as que frente a la crisis climática, nos sentimos pequeñísimos, insignificantes, una gota en el agua... pero somos y/o podemos ser muchas gotas de agua y quien mejor que nosotros y nosotras sabemos lo poderosa que puede ser el agua.
Solastagia.



Elizabeth Saavedra (2021) La herida soslayada.

LA RECONEXIÓN®
Sanación Reconectiva®

Ximena Jara M.
Te acompaño en tu sanación de emociones, físico, mental, psicológico y espiritual. Desde el corazón, conectando con la sabiduría natural y balística. Terapeuta Alternativa Mas de 13 años de experiencia. Flores de Bach - Auriculoterapia (imanes) - Regresiones - Sanación Reconectiva. Para agendar horas llamar a Mi celular 9 78594950



Carmen Arredondo... “la niña del Nuria”

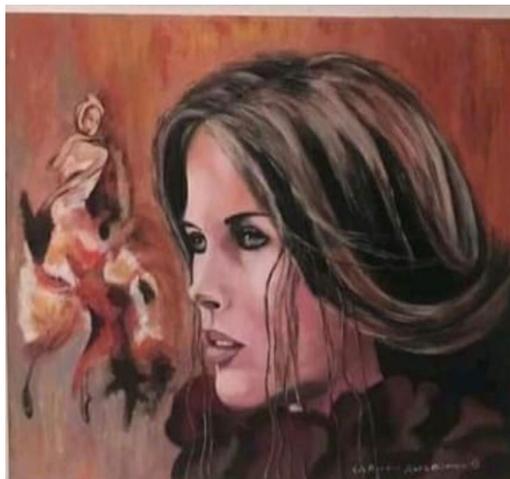
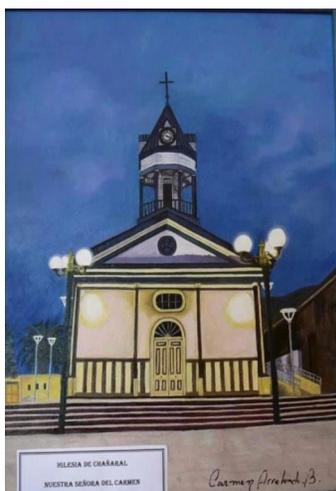
En redes sociales a menudo nos hemos encontrado con alguna pintura u obra suya, quisimos indagar un poquito más sobre la persona detrás de este arte...

Ella es Carmen Gloria Arredondo Bugueño, Chañaralina neta (como expresa ella misma) estudié en la escuela vieja, después consolidada y mi enseñanza media en el liceo de niñas de Antofagasta y por último me casé. Hoy dueña del hotel Nuria. Nacida el 5 de abril 1959 en Chañaral. Desde chica que me gusta la pintura, yo tenía 6 años mi mamá me contó que me dieron un premio por pintar a Arturo Prat y su barco hundiéndose.

Fue una invitación de Prodemu para realizar cursos de pintura al óleo, hace 15 años, lo que me permitió ir desarrollando esta actividad, perfeccionándola cada vez más a fuerza de mucha dedicación, aunque todavía no he hecho obras propias.

El curso fue de seis meses y después quedamos varias con gusto a poco, formamos el taller “chañarte” Somos 15 integrantes, la Sra. Erika Manque, la que tiene más conocimiento en el tema lo dirige.

Nosotros con el taller realizamos todos los fines de año exposiciones. Para pintar una obra en óleo me demoro un mes más menos, en acrílico puede ser una semana, soy una de las más aplicada en el taller eso me dicen mis compañeras, me habría gustado estudiar, pero yo me arriesgo sola en pintar, cuando pinto me olvido de todo, solo pinto. Lo que me tiene contenta que mis padres pudieron ver mis obras, mis obras llevan plasmado el nombre “Nuria”, ya que todos decían cuando veían mis pinturas “la niña del Nuria”



La Luz y los Estados Anímicos

Muchas veces, el clima juega un rol fundamental dentro de los estados de ánimos de los individuos y este material habla justamente de cómo el otoño e invierno cambian y varían nuestro nivel de optimismo que a su vez, también se ve correlacionado con nuestro rango de rendimiento. Alterando los niveles del TAE (Trastorno afectivo emocional).

En temporadas como otoño e invierno se observa un incremento de la depresión y de las crisis de ansiedad por la escasez de la luz natural y un cambio en el factor clima; es el Trastorno Afectivo Estacional (TAE). La poderosa influencia de la luz en los neurotransmisores cerebrales modifica la atención, el humor y el comportamiento, alterando la salud humana y afectando fuertemente el rendimiento laboral. El constante ciclo cardiaco de la luz (noche- día) produce la estimulación de dichos neurotransmisores; en el día: SERETONINA Y DOPAMINA (activadoras y motivadoras), y en la noche, su ausencia da paso a la MELATONINA (activadora del sueño), esta falta del ritmo cotidiano de luz las desequilibra, induciendo el pesimismo, el cansancio y el sueño prolongado, constantes que determinan el rendimiento académico, comunicacional y anímico en sí.

Los síntomas que pueden aparecer son los siguientes.

- Cambios en el estado de ánimo: puede que se sienta triste o irritable la mayoría del tiempo. Es posible que cualquier comentario o crítica de los demás le afecten más que nunca y que llore o se moleste más a menudo o con más facilidad.
- Incapacidad para disfrutar: pérdida del interés por las cosas que normalmente le hacían sentir bien.
- Poca energía: cansancio inusual o fatiga sin razón aparente.
- Cambios en el sueño: dormir mucho más de lo normal es otro de los posibles síntomas.
- Cambios en la alimentación: es posible que coma más de lo habitual o que tenga un deseo exagerado de dulces y otros alimentos ricos en hidratos de carbono; un cambio de alimentación que puede saldarse con algún kilo de más.
- Dificultad para concentrarse: no es raro que la concentración merme, que su rendimiento laboral o escolar también lo haga y que los resultados no sean los esperados. Realizar las tareas cotidianas también puede complicarse.
- Aislamiento social: pasar menos tiempo con los amigos o practicando actividades sociales es un signo inequívoco de un trastorno afectivo.
- Problemas de autoestima: si su rendimiento baja, su energía merma o se aísla, puede que su autoestima lo note y se sienta frustrado, aislado y solitario.

Los colores juegan un rol fundamental. Si utilizamos correctamente los colores y la iluminación de nuestro entorno social, incrementaremos el 85% más de energía y vitalidad personal, logrando así que esta estación del año no sea el impedimento para promover la alegría, el humor, la atención y nuestra interacción con el medio social cotidiano.



Fabián Flores Pérez, psicólogo

GOBERNACIÓN PROVINCIA DE CHAÑARAL 1884 - 2021

Por: Omar Monroy López

No sé por qué siento tristeza al escribir que la Gobernación de Chañaral nació un 14 de enero de 1884, terminando su ciclo histórico un 14 de julio del 2021. Fueron 137 años de incontables vivencias, sucesos y gestiones en bien del desarrollo de las comunidades de esta añorada tierra.

Rememorando la historia, leemos que por ley del 14 de enero de 1884, se creó el Departamento de Chañaral. El primer Gobernador fue don Ruperto Álvarez, capitán del glorioso Regimiento Atacama en la Guerra del Pacífico, quien se casó con una hermosa hija de un inglés residente en Chañaral. A lo mejor, más adelante me animo a relatar esta linda historia de amor.

El primer Gobernador fue un ciudadano comprometido con los intereses del puerto, y muy querido por los vecinos de la época. Lamentablemente, los afanes de la política lo alejaron del puerto.

Me permito insertar una inédita fotografía de Ruperto Álvarez, personaje ingratamente ignorado en la historia local.

La Gobernación Departamental tuvo vigencia hasta el 31 de diciembre de 1975, fecha en que se crea la provincia de Chañaral. Historia que concluyó el miércoles 14 de julio del 2021. Coincidencia o no, reflexiono con el número 14. La Gobernación nace un 14 y fenece un día 14.

(En las fotografías, el primer Gobernador, la antigua Gobernación y el edificio actual, inaugurado en el año 1964).

