

BOLETÍN MUNICIPAL PUERTO MONTT

Departamento de Comunicaciones, 2022



Municipio prepara actividad para celebrar Mes de las Personas Mayores

**SALUD 6**

Implementan programa para tratar Alzheimer

**SEGURIDAD 9**

Alerce y Mirasol tendrán drones

**DEPORTE 7**

Deporte y Salud

**TALLERES
PLADECO**



PLADECO
Plan de Desarrollo Comunal

PUERTO MONTT - CHILE 2022



BOLETÍN MUNICIPAL PUERTO MONTT

Adulto Mayor



Municipio celebrará con múltiples actividades el Mes de las Personas Mayores

Con más de 30 actividades en diversa índole, como deportivas, recreativas, turísticas, culturales y musicales, entre otras, la Municipalidad de Puerto Montt llevará a cabo la celebración del "Mes de las Personas Mayores", durante todo el mes de octubre.

Esta iniciativa tiende a conmemorar el Día Internacional de las Personas Mayores, decretada por la Organización de las Naciones Unidas, cada 1º de octubre promoviendo un cambio cultural que acoja a este segmento de la población, además de combatir la discriminación y

estereotipos negativos que están asociados al envejecimiento.

En ese sentido, el municipio ha establecido en paralelo el trabajo para la elaboración del Plan Comunal de Personas Mayores en base a una coordinación con otros servicios públicos, así como instituciones privadas, tales como fundaciones, hogares y ONG's, dialogando en torno a tres dimensiones: envejecimiento saludable, envejecimiento activo y envejecimiento positivo.

"La agenda de trabajo que tenemos es una en conjunto con nuestras personas mayores, con

los clubes de adulto mayor, ellos mismos nos han propuestos estos temas. Hay una relación directa con los equipos de Salud, en relación al tema de la Farmacia Ciudadana o el Programa ASISTE y por otro lado, con Organizaciones Comunitarias donde están los programas sociales y un contacto directo", aseveró el alcalde Gervoy Paredes.

APORTE A LA SOCIEDAD

Además de invitar a las personas mayores en las actividades venideras de octubre, la presidenta de la Unión Comunal de Adultos Mayores (UCAM) en Puerto Montt,

BOLETÍN MUNICIPAL PUERTO MONTT

Adulto Mayor

Fabiola Oyarzún comentó que "este es el puntapié de nuestras actividades, el mes de los grandes, cada uno de nosotros hemos dado durante nuestra vida laboral y desde donde nos correspondió, todos aportamos con un granito de arena para un Chile más lindo".

"No sólo una invitación a las personas mayores, sino a toda la comunidad para mirar alrededor quienes son estas personas mayores, donde debemos reconocer su experiencia, todo lo que ellos han entregado a nuestras familias, a la comunidad, por nuestra sociedad y avanzar en temas como sus cuidados y erradicar la violencia hacia ellos", puntualizó la coordinadora regional del Servicio Nacional del Adulto Mayor (SENAMA), Evelyn Valenzuela.

EVENTOS

Serán más de 30 actividades que comenzarán el lunes 03 de octubre con la actividad "Cine Años Dorados" en la Sala Mafalda Mora de la Casa del Arte Teatro Diego Rivera a las 10:00 horas, las cuales se extenderán hasta el jueves 3 de noviembre con un "Malón Bailable" en Arena Puerto Montt.

Otras que destacan son la realización de un Taller Masivo

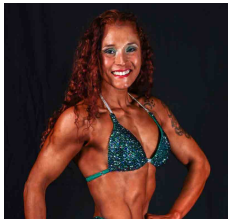


Terapéutico (06 de octubre, Estadio Estero Lobos), el "Festival de la Papa" (11 de octubre, Villa Lahuén), el Festival de la Voz de Personas Mayores (13 de octubre, Edificio Consistorial II), Visitas al Monumento Natural Lahuén Nadi (14 y 20 de octubre) como la 4° Expo "Artesanía y Manualidades de la Gente Grande", "Tugar Tugar con mi Güeli a Bailar" (21 de octubre, Arena Puerto Montt), Recital Homenaje a Leonardo Favio (29 de octubre, Teatro Diego Rivera), entre otras iniciativas. De hecho, en el acto inaugural efectuado en Arena Puerto Montt se efectuaron las primeras presentaciones artísticas que están contempladas. Una de ellas, fue realizada por el grupo de

flamenco perteneciente al Centro Integral del Adulto Mayor BUTAPUCHE y posteriormente, por Mirtha Carrillo, que fue ganadora de la Primera Versión del Festival de la Voz.

BOLETÍN MUNICIPAL PUERTO MONTT**Deporte**

Deportista representará a Puerto Montt en Sudamericano de Fitness en Brasil



Entre el 6 al 10 de octubre se realizará en Brasil el **C a m p e o n a t o Sudamericano de Fitness**, donde Puerto Montt y el país contarán con la representación de Carolina Medel, quien ya ha conocido de primeros lugares en este certamen.

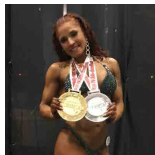
La puertomontina comentó que lleva seis años practicando el fitness luego de haber incursionado en el atletismo como fondista. Ya lleva cuatro años compitiendo en torneos nacionales e internacionales, destacando en los primeros lugares, en la categoría Wellness.

En 2021, logró obtener un selectivo

sudamericano que le permitió clasificar al campeonato a efectuarse en Argentina, pero por temas económicos, no pudo ratificar su buena actuación, por lo que este año ha realizado actividades para financiar su presentación en Brasil y efectuar una buena competencia.

"Es una disciplina súper desconocida para la gente, quienes no conocen mucho lamentablemente y por ello no pueden ver el sacrificio que hay detrás: levantarse temprano, cumplir con ejercicios de cardio, la comida, la suplementación deportiva, etcétera. La preparación consta de hartos gastos como

implementación, gimnasio, entrenador, para poder representar bien a la comuna y el país en el ámbito internacional", relató.



BOLETÍN MUNICIPAL PUERTO MONTT**Rural**

Comunidades rurales serán postuladas por nuestro municipio al programa Pequeñas Localidades del Minvu

Con el fin de reducir las brechas, promoviendo el arraigo y potenciando la identidad y vocación territorial, las Comunidades de Salto Grande, Salto Chico, Colonia el Gato y Monte Verde, serán postuladas por el Municipio de Puerto Montt al Programa Pequeñas Localidades del Ministerio de Vivienda y Urbanismo (Minvu).

El anuncio fue hecho por el alcalde Gervoy Paredes durante una visita efectuada al sector de Colonia el

Gato acompañado de la Encargada del Departamento de Vivienda Adriana Maldonado y equipo de profesionales, además del delegado rural Juan Carlos Benítez.

Oportunidad propicia en que se informó a los dirigentes de las mencionadas localidades acerca del programa "que considerará una inversión del orden de los \$1.500 millones de pesos en obras que permitan recuperar espacios generando además áreas de equipamiento que vayan en directo

beneficio de los vecinos que habitan en estos sectores", señaló Adriana Maldonado Encargada del Departamento de Vivienda del Municipio.



BOLETÍN MUNICIPAL PUERTO MONTT

Salud



Salud municipal implementará programa de atención para el Alzheimer y otras afecciones mentales

Nuevas prestaciones para miles de personas que son usuarias de la red de atención primaria, fueron sumadas por parte del Departamento de Salud Municipal (Desam) al articular en red la atención de pacientes con Garantías Explícitas en Salud (GES) para implementar un programa de cobertura para el Alzheimer y otras dolencias mentales y neurológicas.

Como Salud Municipal existe la obligación de apoyar el diagnóstico y tratamiento de personas con demencias de mediana complejidad. El convenio busca facilitar el acceso de los usuarios de la atención primaria con la

Unidad de Memoria del Hospital Base de Puerto Montt, para atenciones neurológicas o psiquiátricas.

En este sentido, desde el año 2021 se han realizado instancias de capacitación dirigidas por el Servicio de Salud del Reloncaví y también la realización de una experiencia piloto de Consultorías para personas con demencias en atención primaria de salud, donde los equipos profesionales han podido presentar casos de mediana complejidad y contar con la retroalimentación de especialistas neurólogo y psiquiatra.

ALZHEIMER

La enfermedad de Alzheimer es un trastorno neurológico progresivo que hace que el cerebro se encoja (atrofia) y que las neuronas cerebrales mueran. La enfermedad de Alzheimer es la causa más común de demencia, un deterioro continuo en el pensamiento, el comportamiento y las habilidades sociales que afecta la capacidad de una persona para vivir de forma independiente.

Este GES inicia en el año 2017 en el marco del Plan Nacional de Demencia, con el propósito de mejorar el acceso oportuno al diagnóstico y al tratamiento de las personas con demencia y su cuidador (a), generando acciones de promoción, prevención y cuidado mediante un abordaje comunitario.

Con este propósito de finalizaron las instancias de acompañamiento y coordinación realizada por parte del Dr. Fernando Maldonado, Neurólogo del Servicio de Salud Reloncaví, Ronny Caro, Neuropsicólogo de la Unidad de Memoria del Hospital de Puerto Montt y la Gestora de Salud Mental del Departamento de Salud Municipal Claudia Pérez, con profesionales de los equipos del programa de salud mental de los centros de salud de la red de Atención Primaria de la comuna de Puerto Montt.

BOLETÍN MUNICIPAL PUERTO MONTT**Salud y Deporte**

El deporte y sus beneficios en la salud física y mental y psicológica

El ejercicio físico mejora la función mental, la autonomía, la memoria, la rapidez, la "imagen corporal" y la sensación de bienestar, se produce una estabilidad en la personalidad caracterizada por el optimismo, la euforia y la flexibilidad mental.

Sobre el corazón

Disminuye la frecuencia cardiaca de reposo y, cuando se hace un esfuerzo, aumenta la cantidad de sangre que expulsa el corazón en

cada latido.

De esta manera la eficiencia cardiaca es mayor "gastando" menos energía para trabajar.

Estimula la circulación dentro del músculo cardiaco favoreciendo la "alimentación" del corazón. Sobre el sistema circulatorio:

Contribuye a la reducción de la presión arterial.

Aumenta la circulación en todos los músculos.

Sobre el metabolismo

Aumenta la capacidad de

aprovechamiento del oxígeno que le llega al organismo por la circulación.

Colabora en el mantenimiento de una vida sexual plena.

Colabora en la disminución del colesterol total y del colesterol LDL ("malo") con aumento del colesterol HDL ("bueno").

Mejora la tolerancia a la glucosa favoreciendo el tratamiento de la diabetes.

Mejora la respuesta inmunológica ante infecciones o agresiones de distinto tipo.

Disminuye síntomas gástricos y el riesgo de cáncer de colon

Sobre los aspectos psicológicos

Aumenta la sensación de bienestar y disminuye el estrés mental. Se produce liberación de endorfinas, sustancias del propio organismo con estructura química similar a morfina, que favorecen el "sentirse bien" después del ejercicio.

Disminuye el grado de agresividad, ira, ansiedad, angustia y depresión.

Disminuye la sensación de fatiga. Le da más energía y capacidad de trabajo.

Mejora el sueño.

BOLETÍN MUNICIPAL PUERTO MONTT

Vivienda



Evalúan mejoramiento de viviendas, equipamiento y áreas verdes en Mirasol

Con el fin de iniciar los estudios previos para ver la posibilidad de mejoramientos de viviendas, multicanchas y sedes sociales del sector Mirasol -que suma unos 60 mil habitantes- los equipos de la Delegación Municipal de ese sector y la Oficina de Vivienda del municipio se reunieron con las Junta de Vecinos Vicuña Mackenna, Villa Cordillera y Los Volcanes.

Los encuentros encabezados por la Delegada Municipal de Mirasol, Laura Carrillo y la encargada de la Oficina de Vivienda, Adriana Maldonado, tuvieron como finalidad generar un primer acercamiento con los representantes de estos sectores y

conocer cuáles son sus prioridades en cuanto a eventuales mejoramientos.

Al respecto la presidenta de la Junta de Vecinos, Vicuña Mackenna, Elbia Mansilla, indicó estar muy esperanzada con la información que se les entregó, "es una luz de esperanza para que nuestros vecinos puedan regularizar y eventualmente mejorar sus viviendas que ya se encuentran muy deterioradas", señaló la representante vecinal.

AUTORIDADES

Adriana Maldonado explicó que estos proyectos se canalizan a través de la instancia que ella dirige y que actúa como entidad patrocinante ante el Serviu, "en el

caso de Vicuña Mackenna son casas con 20 años de antigüedad, que no han tenido arreglos por años, y que en general son habitadas por adultos mayores que carecen de recursos como para mejorar o regularizar sus viviendas", subrayó.

En tanto, Laura Carrillo enfatizó que esperan que este trabajo entregue sus frutos para el bien de la comunidad que lo necesita "la idea ha sido poder levantar los principales requerimientos y atenderlos a través de las distintas líneas de financiamiento de proyectos para mejoramientos que posee el Serviu y que requieren apoyo técnico a la hora de postularse", recalcó la representante municipal.

BOLETÍN MUNICIPAL PUERTO MONTT**Seguridad**

Municipio implementará televigilancia aérea mediante drones de alta tecnología en Alerce y Mirasol

Ante las repetidas solicitudes de dirigentes y vecinos por mayores niveles de seguridad en sus barrios, la Municipalidad de Puerto Montt -a través de su Dirección de Seguridad Pública- se adjudicó recursos por parte de la Subsecretaría de Prevención del Delito que permitirán la adquisición de dos drones de alta tecnología, que serán destinados a los sectores de Mirasol y Alerce. La medida beneficiará a más de 110 mil personas de nuestra

comuna (de unos 240 mil habitantes), ya que en los sectores indicados viven unos 60 mil vecinos en Mirasol y unos 50 mil en Alerce. Se trata de un Quadróptero (helicóptero multirrotor que es levantado y propulsado por cuatro rotores) de baja vibración, con navegación y vuelo manual, resistente a la intemperie y que resiste vientos de hasta 30 kilómetros por hora. Sus cámaras tienen capacidad óptica y termal y serán adquiridos gracias a los fondos entregados

por la subsecretaría y luego que la Dirección de Seguridad Pública presentara los proyectos al Fondo Nacional de Seguridad Pública, que aprobó recursos por \$40 millones de pesos. La ceremonia de entrega de recursos se oficializó hoy en Santiago. Los drones cumplirán importantes misiones de prevención del delito y emergencias en la comuna de Puerto Montt, apoyando la labor de la Central de Cámaras de Televigilancia, patrullas municipales y Carabineros.

BOLETÍN MUNICIPAL PUERTO MONTT

Seguridad



OPINIONES

El Alcalde Gervoy Paredes sostuvo "estamos frente a otro esfuerzo del municipio, apoyado por el Gobierno, con la finalidad de prevenir situaciones delictuales y de apoyo a la población: emergencia como incendios forestales, búsqueda de personas, trabajos territoriales solicitados por unidades del municipio o de los propios dirigentes sociales que podrán solicitar su asistencia en casos que estimen necesarios".

El Subsecretario de Prevención del Delito Eduardo Vergara puntualizó que "estamos contentos con esta ayuda y por aportar a la comunidad de Puerto Montt en materia de seguridad, tarea en la que el gobierno tiene un compromiso".

El concejal y presidente de la Comisión de Seguridad Ciudadana Emilio Garrido felicitó al director de seguridad del municipio Javier Paredes y sus equipos técnicos, "ya que sólo 3 comunas fueron beneficiadas y una de ellas fue Puerto Montt, gracias al trabajo realizado, en una tremenda labor silenciosa en beneficio de la ciudadanía". Se espera que, tras los procesos administrativos, los nuevos equipos puedan estar operativos a fines de noviembre.

BOLETÍN MUNICIPAL PUERTO MONTT



PLADECO

Plan de Desarrollo Comunal

PLADECO PUERTO MONTT "PARA VIVIR MEJOR"

PARTICIPA DE LOS TALLERES PARA EL PLAN DE DESARROLLO COMUNAL 2023-2026 DE PUERTO MONTT



Idea?



DECIDAMOS JUNTOS Y JUNTAS EL FUTURO DE LA COMUNA

La municipalidad de puerto montt tiene en agrado de invitarle a participar de un taller para abordar los principales problemas e iniciativas de tu sector para así buscar sus posibles soluciones para mejorar la calidad de vida.

PLADECO, PARA VIVIR MEJOR



Talleres
participativos por sectores



Talleres
por grupos prioritario



Talleres
por ejes temáticos

LUGAR:

FECHA:

HORA:



Más información:
www.puertomontt.cl