

VIDA HOGAR

EDICIÓN N° 9

Madre

Especial día de la

ABRIL 2025



Madre no hay una
absolutamente in
herza silenciosa y
No hay palabras
mi. Ser madre no
paciencia y sacrifi

dre es es
ordinario
mos a las h
legado."

s de cad
reyó
s y las a

VIDA HOGAR

EDICIÓN N°

09

EDITORIAL

Dirección de la Revista:
Agencia M+D

Representante legal:
Francisco Puga M.

Editor:
Carlos Rivera V.

Periodistas:
Equipo El Día

Diseñador:
Pablo Kohan.

Impresión:
EDN impresores

CONTACTO COMERCIAL

 +56 51 200410

 Brasil 431, La Serena

 vidahogar@eldia.la

UN PRODUCTO DE



C O N T E N I D O

4.

IDEAS PARA DECORAR Y
SORPRENDER

10.

COCINA DESDE EL
CORAZÓN

13.

OPORTUNIDAD PARA
CONECTAR EN FAMILIA

16.

REGALOS HECHOS EN CASA

22.

SALUD Y BIENESTAR, UN
REGALO MERECIDO

26.

MADRES QUE HICIERON
HISTORIA

30.

CONSTRUCCIONES
MODULARES, UNA NUEVA
TENDENCIA

DÍA DE LA
Madre





Ideas para decorar y sorprender

Una buena forma de hacer feliz a tu mamá en su día es agasajarla con un inesperado y simple detalle que de seguro le sacará una sonrisa. Acá te entregamos algunas opciones de creativas y novedosas ideas para darle el toque diferente a la celebración.

Cuando el amor
y la creatividad
son la *clave*

El Día de la Madre se convierte en una de las celebraciones más importantes del año y, si bien en el comercio preparan una amplia oferta para agasajar a quien nos dio la vida, existen detalles simples que pueden marcar la diferencia. Solo hace falta darle curso a la creatividad.

Una buena manera de emocionar y sacarles una sonrisa es a través de la decoración de la casa, acciones que parecen simples pero que denotan preocupación y cariño, sobre todo si se realizan en familia, aspectos que muchas veces se valoran más que solo un regalo.

Son diversas las alternativas que existen, pero como sabemos que a veces se requiere un poco de ayuda e inspiración, quisimos hacer un recuento de ideas que destacan por ser fáciles y novedosas, con algunos objetos y materiales muy sencillos de encontrar. A continuación, te dejamos una lista con entretenidos tips.

Las flores siempre son alternativa

Los arreglos florales siempre consiguen sacar una sonrisa, pero hay otras opciones más originales para entregarle ese ramo de una forma que sorprenda y guste. Muchos optan por repartirlas por toda la casa (bello detalle sobre todo si se suman diversos colores), pero también hay buenas ideas para realizar creaciones en jarros o floreros.

Hoy crece la tendencia de combinar flores, velas e incluso luces de colores. Una buena idea es poner en un recipiente de vidrio más grande (puede ser un florero o una pecera) y agregar solo un poco de agua. Luego poner uno más pequeño en el centro, también transparente, e ir colocando las flores favoritas de tu madre alrededor. Finalmente, se ubica una vela en el centro o incluso tiras de luces similares a las navideñas que son muy fáciles de encontrar. Si quieres más ideas, encontramos un canal de youtube donde entregan diversas alternativas en el siguiente link. <https://youtu.be/JshMT-72QaPY?si=A-VwWrHDQtU0TfT3>

Otra fórmula y que permite crear más de una decoración de este tipo, que sirve además para distribuirlos por toda la casa, es la utilización de flores plásticas en vasos o floreros. Pegan una flor o un ramo en una plataforma y luego cubrirlo con un vaso transparente invertido. También se puede utilizar una superficie (de preferencia de corazón) que contenga una esponja o plumavit, donde se cortan las flores pequeñas y se van poniendo una al lado de la otra, sin dejar ningún espacio. Se obtienen mejores resultados si se cubre con cintas de colores o doradas. Te dejamos el dato de este canal donde presentan mayores ideas. <https://youtu.be/PpdDosqhKVE?si=UjKf55EESpxYmM4->



NUEVO RENAULT ARKANA E-TECH HYBRID



Versión ARKANA 1.3 4X2 AT INTENS MHEV

\$25.990.000

precio
lista \$30.390.000

Bono marca: \$2.600.000 Bono Financiamiento: \$1.800.000



Equipamiento y colores según versión. El modelo en imagen y especificaciones corresponden a la versión ARKANA 1.3 4X2 AT INTENS MHEV. Precio lista \$30.390.000. Precio con descuentos \$25.990.000, incluye IVA, considera bono marca por \$2.600.000 y bono financiamiento Amicar por Crédito convencional de \$1.800.000. Solo el financiamiento intermediado a través de Amicar, con un pie máximo de 40% y plazo mínimo de 24 meses, habilita bono financiamiento. Crédito sujeto a aprobación de antecedentes comerciales y financieros del cliente por parte de las entidades otorgantes del crédito. Crédito incluye seguro de desgravamen. La contratación de cualquier seguro asociado al crédito es de carácter voluntario. Para más información, consulte a un ejecutivo Amicar en el punto de venta. Precios y bonos válidos desde el 07 hasta el 30 de abril 2025. En red Derco Center a nivel nacional, salvo Zona Franca. Precios no incluyen flete a regiones. No acumulable con otras ofertas o promociones. Más información en <https://www.renault.cl>. Valores obtenidos en mediciones de laboratorio según el ciclo de ensayo de la Comunidad Económica Europea, homologadas en el Ministerio de Transporte y Telecomunicaciones. Más información en www.consumovehicular.cl



Guirnaldas creativas

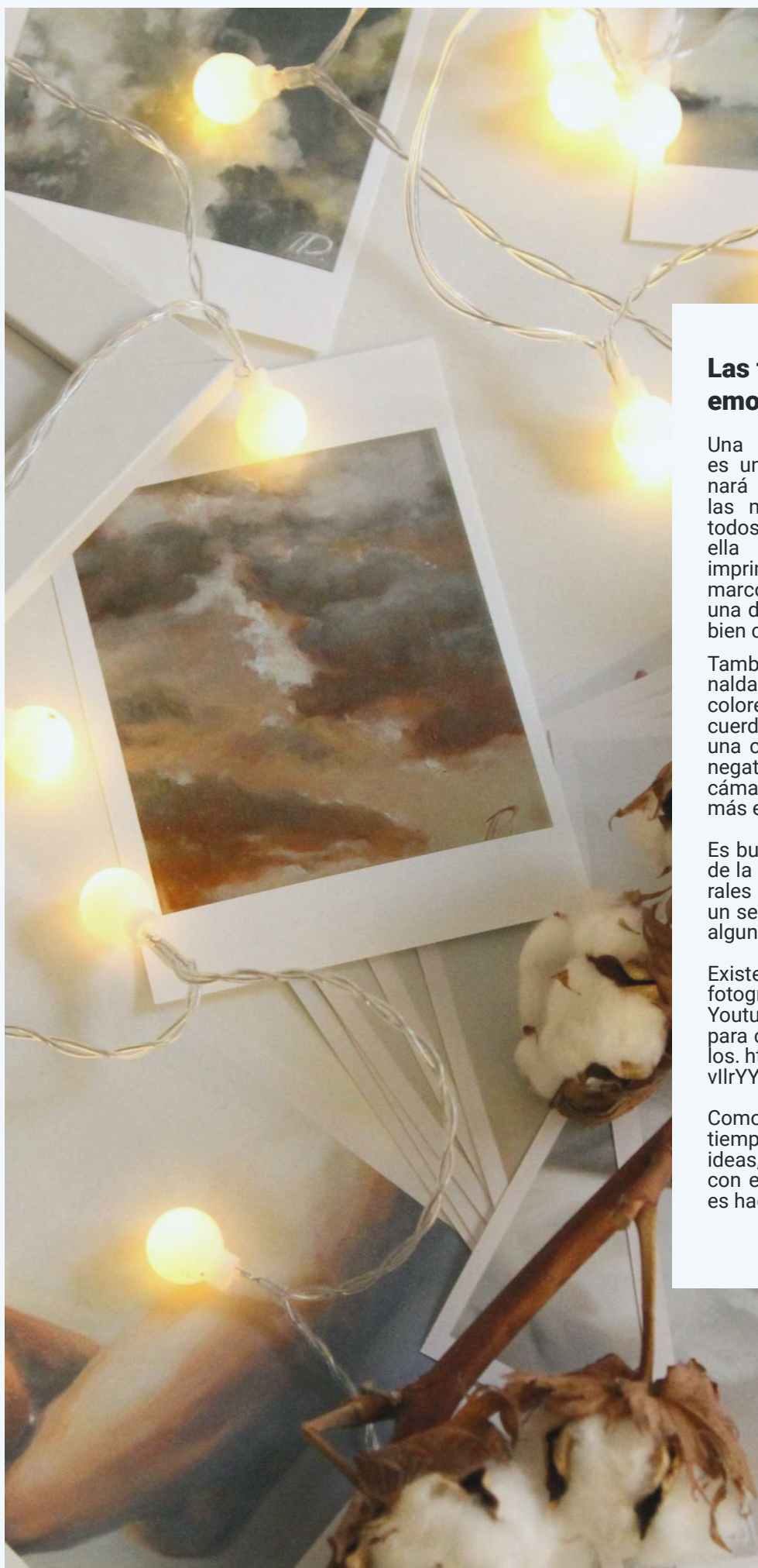
Las guirnaldas son el complemento ideal de cualquier decoración que se precie. Si ya has llenado la casa de fotos, de flores o de globos, también puedes crear una guirnalda y colgarla del techo para crear un ambiente mucho más hogareño, festivo y familiar para tu mamá.

Puedes crear flores de papel de diferentes tamaños y hacer con ellas guirnaldas, pancartas o pegarlas por toda la pared. También puedes crear con ellas las letras del nombre de tu madre para darle una mayor sorpresa.

Para ello, adquiere algunas cartulinas de varios colores y un cordel. Crea las formas que prefieras en esas cartulinas, por ejemplo, letras en las que se lea “feliz día, mamá” o “te queremos mucho, mamá”, y cuélgalas del cordel, de manera de que cuando tu mamá entre se lleve una grata sorpresa.

Una idea que te dejamos es doblar una cartulina de color a la mitad con la parte del doble a derecha. Luego marcar tu mano izquierda dejando el pulgar en el borde. Al recortarlo, se forma un corazón entre el dedo índice y el pulgar, que se usa para unirlos todos, mucho mejor si son de diferentes colores. La tira completa se puede colgar en la pared con algún mensaje. En el canal de youtube Manualidades para Todos se pueden encontrar muchas más ideas para realizar. <https://youtu.be/irxfVH4e2n0?si=ThDSqbGoddAsEZDU>





Las fotografías siempre emocionan

Una decoración a través de fotografías es una idea perfecta que seguro emocionará a tu mamá. Puedes seleccionar las mejores fotos desde el nacimiento de todos sus hijos o de la familia en las que ella tenga mucho protagonismo e imprimirlas. Después, se pueden realizar marcos como una manualidad para cada una de ellas y decorar la casa con todas, o bien crear un collage.

También se pueden colgar en forma de guirnalda con pequeñas trabas y cartulinas de colores. Una buena idea es enredar en la cuerda tiras de luces de colores o crear con una cartulina negra una tira que simule un negativo como los que utilizaban antes las cámaras fotográficas, lo que le da un toque más entretenido.

Es buena idea utilizarlas para la decoración de la mesa, combinándolas con flores naturales o de papel. También puedes decorar un servilletero con la palabra "mamá" o con algunas frases especiales.

Existen diversas alternativas de creación de fotografías, te recomendamos el canal de Youtube Craftología, donde entregan tips para crearlas en cajas de papel u otros estilos. <https://youtu.be/y0xXjeyNvII?si=zGKGC-vllrYYqjjqm>

Como decíamos, solo hace falta dedicar tiempo y creatividad para desarrollar estas ideas, que estamos seguros que cumplirán con el objetivo principal de esta fecha, que es hacer feliz a tu mamá.

Cocina desde el

corazón

Una de las mayores muestras de cariño que puedes tener con tu madre es cocinar para ella y sorprenderla con deliciosas preparaciones. Acá te dejamos 4 ideas para agasajarla este día como se merece.



Leche asada vegana

Ingredientes:

½ taza de azúcar
3 tazas de leche de almendras o de coco
6 cucharadas de maple o agave
½ taza de maicena
3 cucharadas de agua
1 cucharadita de esencia de vainilla

Preparación:

-Poner el azúcar en una olla y cocinar a fuego medio alto hasta tener un caramelo. Vaciar el caramelo en 4 fuentecitas o potes individuales (resistentes al calor). Reservar.
-En una olla, calentar la leche vegetal junto al maple o agave. Por otro lado, disolver la maicena en agua y luego agregar a la olla con la leche. Cocinar revolviendo hasta que la mezcla haya espesado. Apagar el fuego, agregar la esencia de vainilla, revolver bien y dividir en los potes con el caramelo.
-Refrigerar al menos 3 horas. Para servir, pasar un cuchillo por los bordes y luego dar vuelta sobre un plato.



Risotto de Camarones

Ingredientes:

500 gr de camarones
1 lt de agua
2 sachets de Caldo en polvo de verduras
1 cebolla en cuadritos pequeños
500 grs. de arroz
200 ml de vino blanco
1 diente de ajo laminado
50 grs. de queso parmesano rallado
50 grs. de mantequilla
Aceite de oliva
Pimienta y sal a gusto
Perejil fresco picado

Preparación:

-En una olla agregar 1 litro de agua hirviendo y disolver 2 sachets de caldo en polvo de verduras.
-En otra olla poner un poco de aceite de oliva y agregar la cebolla. Sofreír la sin que se dore. Agregar el arroz y revolver.
-En una olla aparte calentar a fuego bajo el vino blanco durante 5 minutos.
-Incorporar un cucharón de vino blanco a la olla con el arroz y revolver constantemente. Una vez que el vino se evapore por completo, agregar un cucharón del Caldo de Verduras, revolviendo constantemente. Cuando el líquido se haya evaporado, verter nuevamente un cucharón de caldo. Hay que mantener el arroz siempre húmedo. Repetir esta acción hasta que el arroz esté cocido.
-Calentar un sartén a fuego medio con un poco de aceite. Saltear las láminas de ajo y agregar los camarones. Una vez listos (2 a 3 minutos), incorporarlos al arroz.
-Por último, y fuera del fuego, mezclar el arroz con el queso parmesano y la mantequilla cortada en cubos. Revolver bien hasta que todos los ingredientes queden incorporados. Condimentar con pimienta y sal a gusto. Espolvorear perejil fresco picado sobre el risotto antes de servir.

PARA MAMÁS QUE ABREN
CAMINO AL FUTURO



DESCUBRE MÁS EN CHANGAN.CL

En la imagen, modelos Hunter, UNI-T, X7 Plus, Alsvin. Para información de modelos y versiones, sus características, precios y consumo vehicular, visita www.changan.cl



Tiramisú

Ingredientes:

500 ml de agua
4 cucharadas colmadas de café granulado
5 cucharadas de amaretto (o a gusto)
1 cucharada de azúcar
4 yemas de huevo
250g de azúcar flor
1 queso crema
100g de crema de leche
500 ml de crema para batir muy fría
500g de galletas de champaña
Cacao dulce en polvo para espolvorear

Preparación:

- Hervir los 500 ml de agua. Verter sobre un bol y agregar el café. Revolver bien. Añadir el amaretto y azúcar y revolver. Reservar.
- En un bol, batir las yemas con 125g de azúcar flor, hasta que la mezcla quede uniforme y de un color amarillo claro. Reservar.
- En otro bol, batir el queso crema previamente molido con la crema de leche, hasta que quede una mezcla suave. Reservar.
- En otro bol, batir la crema para batir (recién sacada del refrigerador) e ir agregando de a poco 125g de azúcar flor, sin parar de batir. La crema tiene que quedar firme, cuidando que no se corte.
- Juntar la mezcla de las yemas con la mezcla del queso crema con movimientos envolventes, hasta que quede una mezcla homogénea. Agregar esta mezcla de a poco a la crema batida, con movimientos envolventes y cuidando que quede todo bien mezclado.

Armado del postre:

- Usar una fuente grande de 35x25cm. Mojar una a una las galletas de champaña en el café (cuidando de que no queden con exceso de líquido y se rompan) e ir poniéndolas en la base de la fuente, hasta cubrirla completamente. Agregar la mitad de la mezcla. Luego, agregar otra capa de galletas de champaña mojadas en café. Poner la otra mitad de la mezcla. Espolvorear completamente con chocolate en polvo, pasando éste por un colador. Poner en el freezer por 2 horas para que obtenga consistencia. Luego bajar al refrigerador y mantenerlo ahí.



Pollo con papas al romero

Ingredientes:

Para el pollo:

4 filetes pechugas deshuesadas
Sal y pimienta
1 taza de jugo de naranja
½ taza de jugo de limón
2 cucharadas de miel blanda
4 cucharadas de mostaza
2 cucharadas de aceite
Caldo de verdura

Para las papas:

4-6 papas grandes
2 cucharadas de aceite de oliva
1 cucharada de romero fresco

Preparación:

- Sazonar los filetes de pechuga con sal, pimienta y guardar mientras se prepara la marinada.
- En un recipiente, poner el jugo de naranja, limón, miel y mostaza.
- Agregar el pollo y untar por todos lados con la marinada.
- Tapar y dejar reposar en el refrigerador 15-20 minutos.
- Retirar el pollo de la marinada, estilar.
- Guardar la marinada para usar en la preparación del pollo.
- En una sartén calentar el aceite y agregar el pollo marinado. Cocinar 4-5 minutos por lado o hasta dorar muy bien.
- Agregar la marinada que guardó, agregar 1 taza de caldo de verdura o agua y cocinar 15-20 minutos destapado a fuego medio. Si se seca, agregar más caldo o agua. Mantener caliente mientras se preparan las papas.
- Pelar las papas y cortar en cubos. Poner en una olla y agregar 1 cucharadita de sal. Cubrir con agua fría y cocinar 10-12 minutos y colar.
- En una sartén, calentar 2 cucharadas de aceite de oliva a fuego medio. Agregar las papas y cocinar 6-8 minutos o hasta dorar muy bien. Espolvorear el romero y cocinar 5 minutos más.
- Sazonar con sal y pimienta. Servir el pollo caliente acompañado de las papas.

DÍA DE LA MADRE

La **oportunidad**
para conectar en

familia

Esta celebración se convierte en la excusa ideal para propiciar un tiempo de calidad compartiendo con los seres queridos. Pero, además, puede hacerse de forma entretenida y acá te entregamos algunas ideas.

Promociones Especiales

La aventura de estar juntos



Vitamina con amigas
Estadía + desayuno



Modo Playa
Estadía + desayuno
+ Almuerzo



En Patota
Entre mas deptos,
mas grande el descto.



Playa Blanca: más que un resort, es la aventura de estar juntos.

Naturaleza, deporte, conexión y momentos auténticos, a pasos del mar.

Escanea aquí para saber más





Siempre es importante generar instancias para compartir y dedicar tiempo a la familia y los seres queridos, pues estas dinámicas nos permiten ir fortaleciendo los vínculos y crear lindos recuerdos para el futuro.

Este tiempo no se limita a grandes eventos, sino que también incluye los momentos cotidianos en los que se puede estar presente y conectados. En este sentido, el Día de la Madre se convierte en la excusa ideal para organizar actividades simples, pero que son de gran sentido.

Entre los beneficios que generan estas dinámicas se encuentran el que se fortalecen los vínculos, mejora el bienestar emocional y ayuda a construir una base sólida para las relaciones. Con ello, se logra el entendimiento mutuo, fomentar la comunicación y la confianza entre los miembros de la familia. Al tener momentos especiales con nuestros seres queridos, creamos un ambiente cálido y amoroso que nutre el bienestar emocional de todos.

Pueden ser desde jugar, conversar, cocinar, un paseo al aire libre o hasta simplemente estar juntos en silencio y disfrutar de la compañía. Como este día se trata de una celebración, a continuación, te proponemos una lista de actividades que podemos desarrollar de forma lúdica y entretenida.

CINE EN CASA

Sentarse juntos frente a la pantalla crea un espacio de entretenimiento y diversión compartida, sobre todo en días de otoño con más frío. Esta experiencia crea recuerdos duraderos y genera momentos de risas y complicidad. Además, compartir tiempo

mientras vemos televisión promueve la comunicación y la conexión emocional. Durante la película o serie, se pueden generar conversaciones y discusiones sobre los temas abordados, los personajes o las lecciones aprendidas. Se trata de un tremendo panorama y muy sencillo que llevar a cabo.

JUEGOS DE MESA EN FAMILIA

Se trata de una dinámica muy simple, pero que genera amplios beneficios, pues estas actividades promueven la comunicación, el trabajo en equipo y la diversión compartida.

Es sin duda una forma divertida y significativa de unir al grupo. Jugar juntos crea un espacio donde todos los miembros de la familia pueden participar, sin importar la edad. Además, los juegos de mesa fomentan habilidades como el pensamiento estratégico, la toma de decisiones y la resolución de problemas.

Monópolis, juegos de carta, la popular lota o el bingo, juegos de ingenio o de dibujar se cuentan entre las alternativas que podemos realizar. En los siguientes links además aparecen muchísimas y más creativas ideas que te invitamos a poner en práctica. www.educ.ar/recursos/158356/juegos-para-divertirse-en-familia-durante-las-vacaciones; 35 Juegos para jugar en familia en casa - ¡Divertidos y didácticos!

PICNIC EN EL PARQUE O EN EL JARDÍN

Se trata de una actividad que no solo resulta entretenida, sino que compartir la comida en un entorno natural proporciona un momento especial para conversar, reír y crear recuerdos duraderos. Además, el picnic fomenta

hábitos saludables al incluir alimentos frescos y nutritivos.

Algunas ideas que te podemos proponer son hacer brochetas con diversas frutas, preparar tu sándwich favorito, un picoteo de frutos secos y queso, jugos naturales, snacks balanceados, a través de los cuales toda la familia pueda unirse y comer juntos.

COCINAR JUNTOS

Se trata de una dinámica que siempre da muy buenos resultados, pues involucrar a todos los miembros de la familia en la preparación de la comida crea un sentido de pertenencia y empoderamiento. Además, disfrutar de un plato casero juntos no solo permite gozar de una alimentación nutritiva, sino que también genera momentos de conversación y conexión emocional.

En esta actividad valiosa podremos unirnos y fomentar una alimentación balanceada. Al cocinar en equipo, se promueve la colaboración y se comparten momentos de diversión y aprendizaje. Desayunos colaborativos, hacer el postre que amamos de la abuela o elaborar el plato favorito de mamá se cuentan entre las opciones.

REALIZAR UN PROYECTO DE MANUALIDADES O ARTE EN EQUIPO

Trabajar juntos en un proyecto artístico fomenta la colaboración, la comunicación y el apoyo mutuo. Además, permite a cada miembro de la familia expresar su individualidad y explorar su creatividad. Esta experiencia compartida crea recuerdos significativos y promueve un ambiente de aprendizaje y crecimiento. En el canal de Youtube Papelísimo/ Manualidades Día de la Madre pueden encontrar diversas y entretenidas alternativas para desarrollar.

HACER UNA EXCURSIÓN O PASEO A UN LUGAR CERCANO

Ir a un lugar cercano de interés cultural o natural es una experiencia enriquecedora que fomenta el compartir en familia. Al explorar juntos nuevos entornos, se crea un sentido de aventura y descubrimiento.

Estas excursiones ofrecen la oportunidad de aprender sobre diferentes culturas, historia y la belleza de la naturaleza. Además, promueven la comunicación, la colaboración y el respeto por el entorno. Compartir experiencias en familia crea recuerdos duraderos y estimula la curiosidad y el aprendizaje. Ir a la playa, al cerro grande o al valle de Elqui se cuentan entre las alternativas de fácil acceso y que podrían ser muy entretenidas.

Como ya hemos dicho, compartir en familia es una actividad valiosa que fortalece los vínculos afectivos y promueve el bienestar emocional de todos los miembros. Los invitamos a todos a desarrollar estas y a idear otras divertidas actividades.



CONDominio
ALTO BELLAVISTA

SECTOR RAÚL BITRÁN | LA SERENA

VISÍTANOS EN | www.ecomac.cl


Al fin en casa

DESDE **UF 2549**
Unidad con descuento aplicado
✓ ENTREGA INMEDIATA
HASTA 3 DORM

ESCANÉA **AQUÍ**
Y CONOCE MÁS

¡MANOS A LA OBRA!

Regalos hechos en casa

Detalles

que **nunca pasan** de moda

Hoy existen alternativas diversas y creativas para elaborar presentes con nuestras propias manos y desarrollarlos en familia. Acá dejamos tres opciones que de seguro encantarán a tu mamá.

Se acerca uno de los días más especiales del año. La idea es demostrarle a nuestra madre cuánto nos importa y cómo le agradecemos todo lo que hace por nosotros. Surge con ello la pregunta de qué regalo podrá englobar de mejor forma estos sentimientos. Una buena alternativa es recurrir a la creatividad y, por qué no, elaborarlo con nuestras propias manos, como lo hacíamos antaño.

Lo positivo es que hoy existen un sinnúmero de alternativas y para todos los gustos. Para hacer más sencilla esta elección, te traemos una serie de ideas que puedes desarrollar en casa, en familia, muy fáciles y que puedes personalizar a tu gusto.



MODELOS HÍBRIDOS ⚡

EFICIENCIA QUE SE MUEVE CONTIGO



FRONX (HYBRID)

Versión 1.5 GL HYBRID | Precio desde:

\$15.190.000

Bono Marca: \$1.500.000 Bono Financiamiento: \$800.000



HASTA 21,3 KM/LT
CONSUMO EXTRAURBANO

SWIFT (HYBRID)

Versión 1.2 GL SMART HYBRID | Precio desde:

\$12.890.000

Bono Marca: \$1.300.000 Bono Financiamiento: \$700.000



HASTA 25 KM/LT
CONSUMO EXTRAURBANO

GRAND VITARA (HYBRID)

Versión 1.5 GL HYBRID | Precio desde:

\$17.290.000

Bono Marca: \$1.700.000 Bono Financiamiento: \$1.000.000



HASTA 20 KM/LT
CONSUMO EXTRAURBANO

Equipamiento y colores según versión. El modelo en imagen y especificaciones corresponden a la versión Grand Vitara Hybrid 1.5 Limited AT 4x4. Precio lista \$25.590.000. Precio con descuentos \$22.890.000, incluye IVA, considera bono marca por \$1.700.000 y bono financiamiento Amicar por Crédito convencional de \$1.000.000. Fronx Hybrid 1.5 GLX. Precio lista \$18.990.000. Precio con descuentos \$16.690.000, incluye IVA, considera bono marca por \$1.500.000 y bono financiamiento Amicar por Crédito convencional de \$800.000. New Swift 1.2 GLX Smart Hybrid. Precio lista \$16.090.000. Precio con descuentos \$14.090.000, incluye IVA, considera bono marca por \$1.300.000 y bono financiamiento Amicar por Crédito convencional de \$700.000. Solo el financiamiento intermediado a través de Amicar, con un pie máximo de 35% y plazo mínimo de 24 meses, habilita bono financiamiento. Crédito sujeto a aprobación de antecedentes comerciales y financieros del cliente por parte de las entidades otorgantes del crédito. Crédito incluye seguro de desgravamen. La contratación de cualquier seguro asociado al crédito es de carácter voluntario. Para más información, consulte a un ejecutivo Amicar en el punto de venta. Precios y bonos válidos desde el 01 hasta el 30 de abril de 2025. En red Dercocenter a nivel nacional, salvo Zona Franca. Los precios no incluyen flete a regiones. No acumulable con otras ofertas o promociones. Más información en www.suzuki.cl. Valores obtenidos en mediciones de laboratorio según el ciclo de ensayo de la Comunidad Económica Europea, homologadas en el Ministerio de Transporte y Telecomunicaciones. Más información en www.consumovehicular.cl



¿Tu madre es de las personas que les gusta tener velas encendidas en casa?, pues el crear velas artesanales e incluso darles un toque aromático se convierte en una buena alternativa de regalo que puedes realizar para ella y con tus propias manos. Además, cabe destacar que en el Feng Shui, el uso de velas aromáticas no solo aporta a nivel estético, sino que puede repercutir positivamente en el estado emocional y anímico.

En general se trata de un proceso bastante sencillo. Los materiales básicos que se requieren son: Cera (existen diferentes tipos pero también existe la alternativa de derretir una vela normal); moldes (se pueden usar envases de cristal o recipientes específicos para velas); mechas y esencias y/o colorantes (dependiendo del gusto).

Procedimiento:

Derrite la cera: Se recomienda calentar con el método de baño maría, así se podrá tener mayor seguridad. Una vez agregues la cera, ir comprobando de que no se vaya a quemar, es importante revisar la textura.

Personalización:

Una vez se derrite la cera, podrás añadir el colorante y después el perfume o esencia, que se recomienda agregar al final para que no se evapore.

Poner la mecha: mientras se derrite la cera puedes aprovechar para poner la mecha dentro de los envases, fijada con cinta adhesiva para que se mantenga en el centro.

Agregar la mezcla en los recipientes: para que la mecha se mantenga en el centro, se recomienda rellenar con poca mezcla el envase, dejar que se enfríe y después añadir el resto de la cera derretida mientras se sostiene la mecha con una pinza de cocina.

Dejar que la cera se enfríe completamente: puedes elegir un lugar seco y fresco donde la vela se solidifique por completo. ¡Ya está lista! Te dejamos además un tutorial en video con todos los detalles de la elaboración, que puedes ver en el canal de youtube Craf-tología. <https://youtu.be/SsIHwXVumjl?si=dEH4UpMMcpzuz92c>

celta

CREANDO SUEÑOS
Desde 1936



SUAVE TELA
DE PUNTO



RESORTES
POCKET



EURO TOP



POLIURETANO
SOFT



POLIURETANO
ALTA DENSIDAD



REFUERZO
PERIMETRAL



ESPUMA
VISCOELÁSTICA



ONE SIDE
USO POR UNA CARA

NUESTRAS TIENDAS

OUTLET : Larrondo 180, El Llano, Coquimbo.

SAN IGNACIO: San Ignacio 551, Locales 4 y 5, Quilicura, RM.

PATIO OUTLET

MAIPÚ: Av. Lo Espejo 943, Local 128, Maipú, RM.

LA FLORIDA : Av. La Florida 8988, Local 1108, RM.

LA FÁBRICA : Av. Carlos Valdovinos 200, Local G 10, San Joaquín, RM.

www.celta.cl





Libreta

Elegante y personalizada

Si tu madre es de las que le gusta el orden y mantener todo anotado, encontramos un detalle perfecto para ella y, además, cada vez que lo vea recordará el gesto de cariño de dedicar tu tiempo a su elaboración. Se trata de la técnica de encuadernación japonesa, que es simple de hacer pero se ve muy elegante. Estas y otras ideas puedes encontrarlas también en video en la página de Youtube Papelisimo, en el siguiente link <https://youtu.be/PWBOqMMcEh8?si=BYLIsbyhqlcQWj5K>



Para su realización se requiere:

- :: Cartón para las tapas (de 2 mm de grosor).
- :: Papel estampado para forrar el cuaderno.
- :: Cola blanca y pincel.
- :: Regla, lápiz y pegamento.
- :: Aguja e hilo o cuerda.
- :: Agujereadora o punzón.

Procedimiento:

- Corta el cartón de manera que sea 0.5 cm más ancho en horizontal y 1 cm más largo en vertical.
- Marca en la tapa delantera del cuaderno dos tiras, de 1,5 cm y 0,5 cm. La tira de 0.5 cm puedes quitarla, no sirve.
- Encola las tapas y pega el papel para forrarlas. Corta las esquinas y dobla hacia dentro.
- Mide y marca los agujeros en las hojas sueltas de papel y en las tapas.
- Haz los agujeros para pasar el hilo y coser encuadernación con la agujereadora o punzón.
- Cose las tapas del cuaderno y hojas con un hilo y cuerda de manera que las puntadas queden en ángulo recto y sean iguales por delante y por detrás.
- Haz un nudo doble para terminar el cosido.

Jabones y aromas



No hay nada más relajante que un buen baño, pero si es con un jabón casero y con aromas personalizados, mucho mejor. Como opción te compartimos una receta fácil para elaborar un jabón de lavanda. Te dejamos también un link de un canal de Youtube donde puedes encontrar más ideas como esta. <https://youtu.be/dQV-54VMR6ws?si=GvxAerE2MdK3d8WE>

Para su realización se requiere:

- :: 1 kilo Glicerina Cristal o Glicerina Blanca
- :: 1 Molde Silicona cuadrado 6 cavidades
- :: 1 Prolijador 100ml
- :: 1 Hierba Lavanda 20 grs.
- :: 1 Colorante Violeta 20ml
- :: 1 Esencia Lavanda 15ml;
- :: 1 Aceite de Almendras 100ml.

Procedimiento:

- Derrite la base de jabón a baño maría, cuidando que no hierva;
- Puedes derretirla en una olla lo suficientemente grande como para colocar un recipiente de vidrio y que con el calor del agua hirviendo se vara derretiendo la base.
- Puedes derretirla en microondas, corta la base en cubos y ponlos en recipiente de vidrio - estos son mejores que los de plástico porque mantienen las propiedades y los aromas de tu mezcla.
- Mueve la base con un utensilio de madera, pero no vayas a removerlo con mucha frecuencia porque podrían formarse burbujas, ten intervalos largos.
- Una vez derretida la base incorpora el aceite, el aroma y el color que hayas elegido.
- Separa tu mezcla en los moldes de tu preferencia, aplicar el prolizador.
- Y ahora sólo queda esperar: la solidificación del jabón a temperatura ambiente. ¡Y listo! Ya tienes tu jabón artesanal.

*Te dejamos también este dato del canal de Youtube **Papelísimo**, donde aparecen muchas más ideas creativas de regalos para el día de la madre. “Manualidades día de la Madre” YouTube*



UN PRESENTE PARA EL ALMA

Salud y Bienestar

Un regalo
merecido y necesario

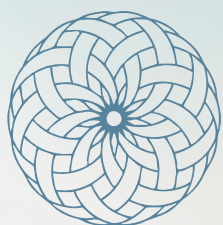
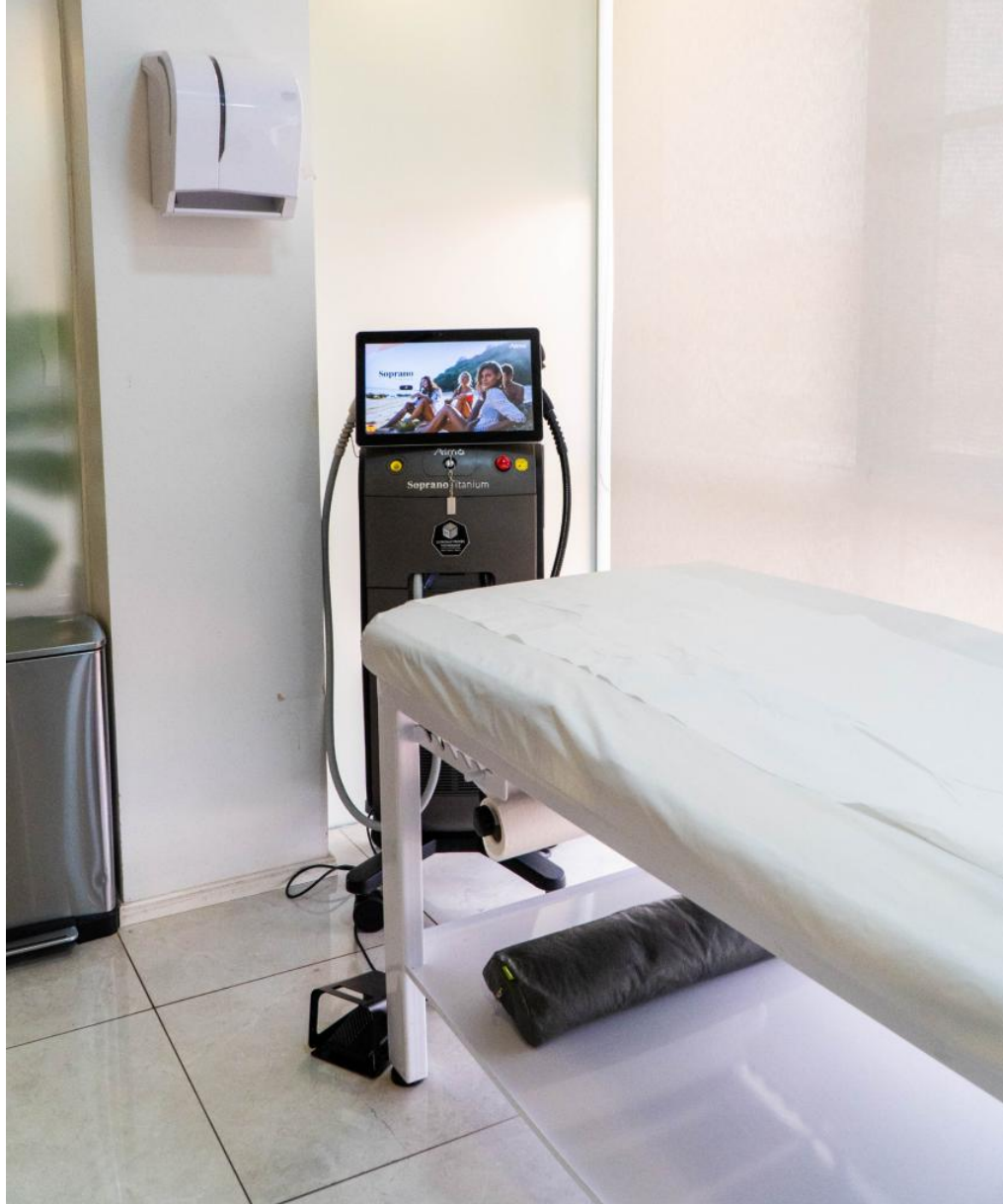
Un gesto significativo y que las madres realmente agradecen es recibir un detalle que involucre descanso y relajación, para reponer energías y seguir adelante con sus tareas. Tratamientos de belleza, una noche de ensueño, o un día de spa son solo algunas de las alternativas. Acá te presentamos algunas ideas.

Siempre es un buen momento para demostrar nuestro amor hacia nuestras mamás, pero el Día de la Madre es la oportunidad ideal. Aunque los regalos materiales pueden ser un gesto significativo, el mejor presente muchas veces, sobre todo en estos tiempos ajetreados, es brindarle espacios de descanso y relax.

Una noche de ensueño, un día de spa en casa, un día libre, una comida especial o incluso una escapada de fin de semana, son solo algunas de las alternativas disponibles para hacerlas sentir especiales. Así, al ofrecerle a mamá momentos de tranquilidad y paz, podemos demostrarle cuánto apreciamos su dedicación y esfuerzo en nuestras vidas.

Los tratamientos de belleza también se han convertido en una opción atractiva y sin duda valorada por quienes no siempre se dan el tiempo para ser regaladas. En la zona han surgido en el último tiempo interesantes opciones.

Paola Fernández, directora médica de Clínica Esbelta, señala que en este recinto prestan atención en el área de la dermatología, la medicina estética y nutrición. Uno de los servicios que se vuel-



CLÍNICA
ESBELTA

Siéntete
Libre y
Cómoda
con **Soprano** Titanium

Olvidate de los vellos con la
tecnología **Nº1 de Mundo**
en Depilación Láser

En Clínica Esbelta

Agenda aquí tu
evaluación gratuita





ve más solicitados en estas fechas, indica, es el de la depilación láser.

“Es un servicio que en los últimos años ha ganado un espacio, pero también porque se han creado nuevas tecnologías. Lo más importante siempre que uno se va a depilar con láser es saber qué tecnología se usa, porque dependiendo de ésta también se van a ver los resultados y da la seguridad de que no se está generando daños a la piel. Que el láser sea seguro, aprobado por la SDA, que tenga un protocolo, que no vaya a dañar la piel y obviamente que siempre un profesional de la salud sea quien lo aplique, para que obviamente haya menos riesgos”.

La especialista plantea que es un procedimiento que se ha vuelto más accesible y que además ha cubierto una demanda importante de personas para las cuáles se volvía un problema “porque antes era muy costoso y aparte doloroso, era un procedimiento que no era tan cómodo. Ahora, como las tecnologías han cambiado, las máquinas han cambiado, es más cómodo, ahora las tecnologías son mucho más amigables para la piel y el paciente”.

Respecto del procedimiento, señala que para el área facial se requiere un tratamiento continuo de 8 sesiones y en áreas corporales se hacen en 6 sesiones. “Después de eso, se debe seguir

con sesiones de mantención que se hacen, dependiendo de cada persona, de 3 a 6 meses, hasta que se elimina totalmente el folículo”.

También se puede acceder a tratamientos de medicina estética a través de toxina botulínica, ácido hialurónico y bioestimuladores. “Otra parte tiene que ver también con la sueroterapia, la vitamina C, sueros combinados para cada persona”.

Un buen regalo podría ser también, indica Paola Fernández, un buen tratamiento para la piel. Para ello, es muy importante que la paciente se realice una evaluación previa para determinar qué tratamiento podría ser para su tipo de piel. “Pero tenemos muchos tratamientos para rosácea, manchas, rejuvenecimiento facial y para lo que el paciente quiera mejorar en el rostro”, puntualiza.

Respecto al por qué este tipo de regalos es una nueva alternativa, plantea que “siento que las mujeres nos dejamos de último y, cuando somos madres, necesitamos mucho regaloneo y tener estos espacios para poder sentirnos bien y cómodas, porque si las mamás están bien, los hijos están bien”.

En la zona se han expandido también los recintos que ofrecen sesiones completas de spa, que incluyen ma-

sajes, saunas y baños de agua caliente, entre otras cosas. Si alguien lo necesita, seguro que es ella, pues las madres se ocupan de todo y de todos y muchas veces les falta tiempo para ellas. De seguro lo agradecerá, pues logrará desconectar. Además, el masaje reporta muchos beneficios para la salud física y mental y genera una increíble sensación de bienestar.

Otra muy buena alternativa es sorprenderlas con un spa casero, preparar la tina con burbujas e infusiones, con un buen picoteo y, por qué no, un buen vaso de espumante o rica coctelería. Todo en un ambiente relajado y con una música tenue.

¿Quién no agradecería también una escapada de fin de semana?. Esta idea es un poco más difícil de lograr, porque involucra más tiempo, preparación y gasto, pero si logras hacerlo, será un momento que tu mamá no olvidará jamás. En la región además existe una variada oferta de lugares en los tres valles y permitirá una opción de salir de la rutina.

Finalmente, y si no tenemos la opción de estar con ella en este día, podemos de igual forma realizar un gesto especial a través de una videollamada en la mañana, que podemos acompañar con un rico desayuno que nos permita compartir de igual forma en familia y entregarles el cariño que merecen.



*Cada kilómetro, un destino.
Cada desvío, un recuerdo.*

*Haz del camino
una aventura con*

West Rent a Car

west[®]
RENT A CAR

RESERVAS

600 300 2777

RENT A CAR / ARRIENDO DE FLOTAS / LEASING OPERATIVO

EN CHILE Y EL MUNDO

Madres

que hicieron historia

A través de los años, son diversas las mujeres que han destacado en diversos rubros y que marcaron la diferencia, dejando una huella imborrable.

En el Día de la Madre recordamos que la fuerza, devoción y cuidados de nuestras madres tienen un lugar especial en nuestros corazones y en nuestra sociedad. Cada una de ellas se convierte en nuestro ejemplo a seguir y tenemos gracias infinitas por el amor que siempre nos entregan de forma incondicional.

Las mujeres hemos demostrado que somos capaces de todo y cumplimos nuestros roles al pie de la letra. No obstante, tanto en la actualidad como a través de la historia, siempre hemos debido poner un esfuerzo extra en

todo lo que hacemos. Algunas importantes mujeres del pasado, además de ser madres, también se ajustaron a las circunstancias de su tiempo y con sus acciones cambiaron el mundo para todas las que llegamos después.

Estas mujeres son la demostración más clara de que podemos hacer todo y lograr mucho sin importar las circunstancias. A continuación, destacamos a algunas de las madres de la historia que han dejado una huella imborrable para la humanidad en Chile y el mundo.

Marie Curie

Además de ser la primera mujer en recibir un Premio Nobel por su trabajo científico, Marie Curie crió a sus dos hijas sola luego de que su esposo falleciera en 1906. Al pasar del tiempo, una de sus hijas, Irène Joliot-Curie, co-ganó otro Premio Nobel junto a su esposo por su trabajo en química.

Nacida en Polonia, esta mujer se destacó en un tiempo difícil para las mujeres en el mundo académico y laboral en la ciencia. Pionera en muchos aspectos, Curie fue la primera mujer en ganarse el premio Nobel en dos áreas diferentes: física y química. Fue pionera en el estudio de la radiación y la primera mujer en recibir un título de doctorado de una universidad francesa. Se casó con su colega, Pierre Curie, y tuvo dos hijas. La pasión de esta mujer es un ejemplo que todas deberíamos emular en nuestras vidas.



Tras la muerte de su esposo recolectó una pequeña fortuna en distintos países para continuar la investigación de tratamientos contra el cáncer y fundar laboratorios. Pronto estalló la Primera Guerra Mundial: ayudó entonces a equipar las ambulancias con rayos X, y en ocasiones las manejó personalmente hasta el frente de batalla.

Josephine Baker

Actriz, bailarina, cantante, espía estadounidense, naturalizada francesa contra la Alemania nazi y activista por los derechos de las personas negras. No pudo tener hijos propios y dedicó su vida y su fortuna a sus 12 niños y niñas adoptados, de diferentes procedencias. Fue considerada la primera vedette y estrella internacional.



Hedy Lamarr

Madre de tres hijos, fue una actriz famosa en el imperio de Hollywood dorado por su increíble belleza. Poseía un glamour que todos admiraban y que eclipsaba al público. Sin embargo, además de una belleza envidiable, Hedy Lamarr poseía una mente privilegiada que la llevó a crear un sistema de comunicaciones en el que se basa toda nuestra tecnología actual, lo que ha llevado a que se la catalogue como la precursora del WIFI.



Reina Victoria

La reina Victoria fue una figura importante en la historia británica y su reinado de 63 años es conocido como la era victoriana. Tuvo nueve hijos con su esposo, el príncipe Alberto, y su amor por su familia y su país es evidente en su correspondencia y en su papel como reina. Su influencia en el mundo sigue siendo significativa, y su legado ha sido retratado en varias películas y obras de teatro.

Fue una de las más queridas de todos los monarcas británicos. Su longevidad, su devoción a su papel de cabeza visible de un imperio le valieron un estatus único como símbolo omnipresente de la Gran Bretaña del siglo XIX, una era de tremendos cambios políticos, industriales y sociales. Se enfrentó a los momentos tormentosos de la vida (perdió a tres de sus hijos) y sobrevivió a atentados de asesinato, a escándalos familiares.



Elena Caffarena

Elena Caffarena nació en Santiago en 1903 y fue una pionera en la promoción de la igualdad de género y en la defensa de los derechos civiles y políticos de las mujeres. Lo que más se destaca en su vida fue su dedicación a la causa feminista y en su papel en la promulgación de leyes que protegieran los derechos de las mujeres en Chile. Como abogada, fue una de las principales impulsoras del sufragio femenino en el país, que finalmente se logró en 1949. Además, participó en la redacción del Código Civil de Chile, abogando por reformas que reconocieran la igualdad de derechos entre hombres y mujeres.



Marlene Ahrens

Marlene Ahrens fue una destacada atleta chilena que dejó una marca indeleble en la historia olímpica y deportiva del país. Nacida en 1933 en Valdivia, Chile, Ahrens destacó en la disciplina del lanzamiento de la jabalina y se convirtió en una de las principales representantes del atletismo chileno en la década de 1950.

En los Juegos Olímpicos de Melbourne 1956, Ahrens ganó la medalla de plata en el lanzamiento de jabalina, convirtiéndose en la primera mujer chilena en obtener una medalla olímpica.

Su influencia continúa siendo una fuente de inspiración para atletas de todas las edades y géneros, recordándonos la importancia del trabajo arduo, la dedicación y la pasión en la búsqueda de nuestros sueños deportivos.



Margot Duhalde

Aviadora chilena, la primera piloto de guerra del país, que piloteó aviones junto a la fuerza aérea británica para luchar contra los nazis en la Segunda Guerra Mundial. Voló alrededor de 60 tipos de aviones distintos, cazas y bombarderos entre otros, según el Museo Nacional Aeronáutico y del Espacio de Chile.

A los 16 años mintió para hacer el curso de piloto de aviación e ingresar al Club Aéreo de Chile, en Santiago. En 1938, cuando aún no cumplía los 18 años se recibió de piloto civil, a pesar de que los instructores estaban reacios en primera instancia a aceptarla.

Obtenidas sus alas, su objetivo era viajar a Europa, y volvió a decir una mentira señalando que iría a Canadá como instructora. Al estallar la Segunda Guerra Mundial, Margot se enlistó en las fuerzas de la Francia Libre al mando del general Charles De Gaulle, en Inglaterra. Desde allí se incorporó en el Cuerpo de Transporte Auxiliar Aéreo, aportando a la causa de los aliados.

Pero nada de ello fue sencillo. Tuvo que aprender un idioma que no dominaba y volar en condiciones climáticas adversas, corriendo siempre el riesgo de ser atacada por los enemigos. Y lo peor de todo, lidiar con una cultura donde se imponía el machismo. Todo ello lo superó porque su pasión por el vuelo era más poderosa.



DESTACAN POR SUS MÚLTIPLES BENEFICIOS

CONSTRUCCIONES MODULARES: LA NUEVA TENDENCIA EN CONSTRUCCIÓN



Además de ofrecer flexibilidad en el diseño, este tipo de iniciativas permite rapidez en la fabricación, menos desperdicio de materiales y, lo que es más importante, sostenibilidad y escalabilidad en las obras, características que la han convertido en una excelente alternativa a la hora de levantar un proyecto habitacional.

En materia de construcción, en el último tiempo ha surgido una tendencia muy marcada y que está generando cada día más adeptos: la edificación de proyectos modulares. Los expertos las avizoran como el porvenir del rubro, debido a sus múltiples beneficios, entre los que destacan la reducción de tiempos y costos para su elaboración, sumado al surgimiento de, cada vez más, atractivos diseños.

La empresa regional INVES Espacio Modular ha sido pionera en el desarrollo de este tipo de edificaciones, logrando posicionarse no solo a nivel local, sino que ejecutando diversos proyectos a nivel nacional.

Andrea Álvarez Quiroz, gerenta general de la firma, cuenta que actualmente están trabajando en 4 líneas de negocios que son la industrial, comercial, productos especiales e INVES Home.

Respecto a este último, cuentan con proyectos pilotos en vitrina, pero también están desarrollando un importante trabajo en proyectos personalizados a sus clientes. Respecto a las ventajas, agrega que la construcción modular está diseñada para ofrecer soluciones habitacionales con un sistema constructivo rápido, versátil y con un diseño innovador. "Las viviendas son para adaptarse a necesidades modernas y combinan eficiencia, estética y funcionalidad. Los espacios se optimizan para un mejor confort de vivir y también puedes ir haciendo un proyecto por etapas de forma sostenible", resalta.



Andrea Álvarez Quiroz, gerenta general de INVES.

En este sentido, enfatiza que “Lo que ofrecemos en INVES es flexibilidad en el diseño, escalabilidad en la construcción, porque el proyecto se puede ir agrandando, mayor rapidez de fabricación, ya que puedes tener tu vivienda habitacional en un estándar de 36 metros cuadrados en 40 días hábiles, con un proyecto con menos impacto ambiental, velando por la sostenibilidad de los proyectos, muy conveniente en los costos y movilidad para su traslado”.

En efecto, uno de los grandes puntos a favor de este tipo de iniciativas es que son 100% transportables. “Es la gracia de lo modular. Se va en un camión, llega, se instala y se hace la unión, sin mayores obras de construcción que interrumpen la vida familiar. Pueden incluso trasladarlo a otro lugar con posterioridad si se requiere”.

Asimismo, la gerenta general de INVES destaca que este tipo de proyectos de construcción tiene un valor bastante más conveniente. “Tú sabes cuánto te va a salir tu proyecto desde el inicio, cuanto saldrá instalarlo y el transporte, además nos hacemos cargo de todo el montaje e instalación, así que no te encuentras con sorpresas en el camino”.

De igual forma, la ejecutiva plantea que se han preocupado de contar con un equipo de expertos que pueda realizar un acompañamiento adecuado a los clientes. “Siempre es bueno la asesoría en este tipo de compras. Trabajamos con un grupo de expertos y los clientes van a estar asesorados por ingenieros, constructores, arquitectos, diseñadoras de interior, así que tenemos un equipo multidisciplinario, que ayuda en todo el proceso de la compra”.

ALTOS ESTÁNDARES

Andrea Álvarez reconoce que en principio el optar por esta alternativa de construcción generaba resquemores, pues se pensaba en diseños más cuadrados y toscos. Sin embargo, aclara que este escenario ha cambiado.

“En INVES hemos viajado a varias ferias a nivel mundial de construcción modular y nos dimos cuenta lo importante también de la estética, no solo de la funcionalidad, sino que también lo visual. Por eso, ahora contamos también con arquitectos que nos ayudan a darles un mejor diseño”, puntualiza.

Destaca también que trabajan con los mejores materiales y equipamiento, con altos estándares de calidad. En el caso de los proyectos INVES Home habitacionales, cuentan con oferta desde la versión ECO, estandar a la versión TOP. “Versión estándar quiere decir que mejoramos la aislación de techos, de pisos, la materialidad de los productos, con ventanas de mejor calidad, termopaneles, eso quiere decir que desde ahí partimos la calidad”.

El revestimiento, indica, puede ser a solicitud del cliente “con la materialidad que ellos estimen y se ve igual que una casa tradicional. Le podemos poner hasta un techo arriba de dos aguas si requiere, podemos hacerle terraza, la verdad es que la estética ya no es una limitación. La construcción modular te permite de todo, ya no tienes que tener la visual del container, es más que eso, incluso ahora un container puede



tener algún tipo de revestimiento exterior y uno ni siquiera se da cuenta que es un container”.

Cabe señalar que esta empresa regional ha destacado por el desarrollo de proyectos en todo Chile, como la infraestructura para el Ejército en la zona fronteriza de Colchane y el Museo Transitorio de Antofagasta. Asimismo, actualmente desarrollan las obras en la Región del Bio Bio, y realizaron la construcción de las oficinas de la delegación municipal de Tierras Blancas de Coquimbo.

Han entrado también fuertemente en la minería, como empresa certificada ISO trinorma. “Además estamos muy contentos porque somos una empresa B certificada, que son muy pocas, porque nos destacamos por la conciencia con el planeta, la comunidad y los trabajadores. INVES empezó con el tema

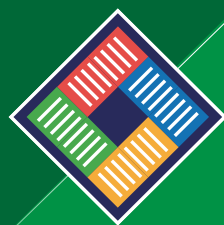
de reciclar contenedores, para bajar el impacto que tenía la construcción tradicional”, dice.

ABRIÉNDOSE PASO EN EL ECOMMERCE

En el mes de abril INVES dio un paso adelante en materia de ventas, lanzando su nuevo portal de ecommerce a través de www.espaciomodular.cl “Es el primer portal a nivel nacional de productos de módulo y containers, donde la gente puede hacer una compra fácil y directa en nuestro portal web, también con los mejores precios y logística de envío. Estamos en lanzamiento con descuentos, así que es una forma rápida de comprar y en cualquier lugar de Chile”, precisa Andrea Álvarez. También cuentan con su casa matriz y showroom que se encuentra en el Ruta 5 norte, kilómetro 466, parcela 27 A, Coquimbo, donde cuentan con un equipo experto de asesores.



Vive lo
modular



INVES
home

Tu hogar donde quieras y como quieras



www.inveshome.cl



Hablemos
por WhatsApp

+56 9 9182 1782



ruta 5 NORTE, Km 466 Parcela 27-A • Coquimbo

NUEVO



espaciomodular.cl
el portal
de módulos y containers

BY

INVES



Ahora es

+fácil

El primer eCommerce
de Módulos y Containers



www.espaciomodular.cl

**Precios especiales
por lanzamiento**