

cema~chile

REVISTA N.º 1 - OCTUBRE DE 1977.



ECCO

M.R.

INSTANTÁNEO

Sabor natural en su desayuno

Con ECCO, el desayuno se convierte
en un sano amanecer para todos los suyos,
porque está hecho a base de cebada, 100% natural.
Es moderno, es para tomarlo con leche.

Es ECCO.





En su 4.º Aniversario

La revista a sus lectores

Recibir una revista significa algo más que abrir sus páginas, es también abrir las puertas del corazón y estar todos juntos.

Al cumplirse el 4.º Aniversario de la Institución, hemos emprendido el difícil propósito de resumir en esta primera edición la inmensa labor que todos hemos evidenciado de su Presidenta Nacional; difícil, ya que el balance de ella es cuantioso y positivo; su meta, la preocupación por la mujer, la familia y el hijo; la idéntica dedicación al niño recién nacido, al pequeño enfermo, a la anciana abandonada, como a la mujer que mediante la capacitación se inicia en desconocidos campos que le permiten brindar a los suyos belleza y comodidad en sus hogares, a la vez que elevar su nivel de conocimientos para volcarlos a sus semejantes.

Hemos tratado de sintetizar la acción que desarrolla la Primera Dama, quien seguida por un gran cuerpo de damas voluntarias cubre diversas actividades, desde visitar un apartado pueblo del altiplano hasta representar en el extranjero a la mujer chilena.

El objetivo de esta publicación es ayudar a la labor de este grupo de damas, quien generosamente entrega su tiempo. Ellas, junto a su Presidenta, ya han alcanzado su meta, han llegado a la mujer chilena reunida en los Centros de Madres, llevando su espíritu generoso y desinteresado; está hecho el camino.

Esta nueva revista quedará abierta a todos los Centros de Madres, quienes, esperamos, nos ayudarán a llenar sus páginas en un continuo diálogo con "ellas", que han sembrado la semilla y quieren ver sus frutos.

- Un voluntariado coordinado que realiza la preocupación por Chile de su Presidenta nacional, señora Lucía Hiriart de Pinochet.
- Cuatro años de trabajo y de progreso.
- Actividades de los Centros de Madres.
- Y... muchos temas que nos unen y entretienen.



4 años de Cema-Chile

vistos por su presidenta nacional

—Al cumplirse otro aniversario de CEMA Chile, ¿sería usted tan gentil de señalarmos los logros obtenidos y quiénes la secundan en tan importante labor?

—Los logros más importantes alcanzados en estos cuatro años de labor de CEMA Chile han sido en su mayoría de orden social. El Hogar de la Madre Embarazada; llamado por nosotras Hogar de la Madre Campesina o Minera, según sea el lugar en que haya mayoría de campesinos o mineros, es a mi criterio el logro más significativo.

—Un Convenio con la Facultad de Odontología de la Universidad de Chile va a permitir la atención dental de nuestras socias a un costo mínimo; costo que afronta la Institución CEMA Chile en casos calificados.

—La capacitación es un complemento importante para los logros sociales. Así, a través de todo Chile, hemos creado talleres de confección de colchones, ropa blanca, ropa de niños, de trabajo y hasta algunos talleres de alta costura; estos talleres dan trabajo a nuestras mujeres ya capacitadas, autofinanciándose y sin afán de lucro por parte de nuestra Fundación.

—El apoyo jurídico que se les da para resolver problemas a veces que se han arrastrado por años ha solucionado todo tipo de inconvenientes para el buen desarrollo comunitario.

—Los operativos cívicos llevan a soluciones médicas y detectan fallas de salud que remediadas a tiempo salvan vidas. Marcapasos, prótesis, anteojos también forman parte de nuestra ayuda a los Centros de Madres.

—A través de Chile y con gran abnegación, espíritu patriótico, solidario y cristiano, 5.713 voluntarias forman la legión que me secunda en la noble tarea de apoyar, dignificar y capacitar a las mujeres chilenas. Muchas de ellas han comenzado junto a mí, sin experiencia, pero con gran amor hacia sus semejantes; horrorizadas del abandono en que tenían a nuestras mujeres, se abocaron a dignificarlas colocándolas en el lugar que ellas se merecían, no como un número de votos, sino como individuos pensantes, con criterio para resolver el camino de sus vidas; nosotros sólo le hemos dado apoyo moral y capacitación, lo demás es fruto del esfuerzo e interés de nuestras socias. En estos cuatro años más y más mujeres se han sentido llamadas a colaborar y así hemos llegado al número que he indicado; falta más ayuda, ojalá otras mujeres sigan el ejemplo y tengamos el próximo año un número mayor de voluntarias.

CAPACITACION DE LAS SOCIAS DE LOS CENTROS DE MADRES

—¿Cuál es la importancia de los Centros de Madres y qué rol juegan sus socias a lo largo del territorio nacional?

—La mayor importancia de los Centros de Madres radica en la unión para realizarse en comunidad, con aspiraciones y metas comunes, que son esencialmente de superación individual, colectiva. Son mujeres cuya preparación las hace comprender su papel de pilar de la familia. Estando preparadas para ayudar a un desahogo económico familiar, son parte importante del desarrollo económico nacional.

—¿Cómo podría definir a la mujer chilena y cuál es su aporte en el proceso de desarrollo de la nación?

—La mujer chilena es emprendedora, tenaz, fuerte ante la adversidad, tierna con su familia, con un corazón tan generoso que puede hacerse cargo de niños o a veces familias en desgracia con una naturalidad realmente admirable. Es de gran coraje, con un poquito de sentido fatalista, que le hace más llevaderas sus desgracias, con chispa, inteligente, en general extravertida, según sea su lugar de origen; muy trabajadora e independiente, asume en incontables ocasiones el rol de jefe de hogar.

—La mujer chilena, vista en un todo, ha aportado a la nación todas las dotes con las que la naturaleza le legó; cuando ha alcanzado metas de culturas superiores ha descollado en las letras, artes, deportes, medicina, educación, comercio, etc., y la que no alcanzó a esa cultura ha sido parte del desarrollo textil y artesanal, siendo muy considerada en trabajos que requieren minuciosidad y concentración.

—Lo más importante ha sido el papel que juega dentro de su propia familia, logrando se destaquen sobre el propio medio socioeconómico sus hijos.

—¿Es beneficioso que las mujeres se integren a estos Centros de Madres?

—Los beneficios son bastante palpables: no diré nada sobre los beneficios económicos, ya que en otro punto está claramente establecidos; así como los beneficios de orden social, pero desde todo punto de vista es interesante se acentúen en los Centros, ya que ello les da ocasión de capacitarse, estudiar para perfeccionarse o cultivarse, aprender manualidades que les interesen, sintiendo la importancia que adquieren ante su propia estimación como la de los demás, saber la mejor forma de aprovechar su presupuesto familiar; ornamentar para agrado propio y de los suyos su hogar; crear verdaderas obras de arte en ocasiones, arte oculto por la ignorancia o la falta de oportunidad para desarrollarlo.

—Además, quiero hacer notar que, perteneciendo a Centros de Madres, siempre tendrán nuestra ayuda y apoyo en sus dificultades, que es imposible conocer si no están cerca nuestro, perteneciendo a los Centros de Madres. Nuestra Institución trabaja por la mujer a través de todo Chile, incluyendo Isla de Pascua, Juan Fernández y lugares tan lejanos como Caleta Tortel, Puerto Williams, Puerto Toro, Puerto Cisnes y otros.

INTENSA LABOR EN OTRAS INSTITUCIONES

—Es de nuestro conocimiento que usted preside otras instituciones —nueve más— que benefician no sólo a la mujer, sino al grupo familiar y muy especialmente al niño.

—COMITE NACIONAL DE JARDINES INFANTILES EN NAVIDAD: se preocupa del niño a través de los Jardines Infantiles para darle una asistencia integral, psicopedagógica, y en Navidad el regalo que no pueden darle sus padres.

—COMITE COORDINADOR DE AYUDA A LA COMUNIDAD: agrupa y coordina a todas las instituciones de beneficencia y trabajo para dar apoyo integral en los Centros Abiertos a niños de 0 a 6 años con fallas de nutrición.

—COMITE CONSULTIVO: cuerpo legal instituido por el Presidente de la República, que asesora en líneas de habitación, alimentación, salud a los Jardines Infantiles del país y que cuenta con representantes de los Ministerios del Interior, Educación, Salud y de la Vivienda.

—SECRETARIA NACIONAL DE LA MUJER: organismo que capacita voluntarias, a fin de ofrecer a la mujer chilena cauces de participación en las tareas del Gobierno.

—CORPORACION NACIONAL DEL CANCER: organismo que a través de sus voluntarias, las Damas de Verde, se preocupa de dar a los enfermos de cáncer de escasos recursos las drogas que requieren y que son obtenidas de naciones de laboratorio y del extranjero por intermedio de las embajadas; además, se preocupan de su alimentación, vestuario y de darles el apoyo moral que tanto necesitan.



Entrevista exclusiva a la primera dama de la nación señora Lucía Hiriart de Pinochet



1.— Socias alumnas del curso artístico de tejido, primero y segundo nivel del Departamento de Capacitación, al término de una jornada que duró tres meses de aprendizaje.

2.— Capacitar es la permanente preocupación de Cema-Chile. En la foto se observa una exposición de los Centros de Madres, donde se exhiben hermosos trabajos.

3 y 5.— La alfabetización y el aprendizaje, en materias propias de la mujer, son las metas que la Institución se impone.

4.— En el norte la artesanía es diferente. Un grupo de socias de Cema-Chile logra hacer jarrones con neumáticos usados. Es una ingeniosa técnica que ellas terminan pintándola con figuras en colores.

6.— Región Metropolitana: El Departamento de Capacitación ofrecerá en diciembre, al igual que en el año anterior, cursos de natación para los hijos de las socias de Cema-Chile.

● Monitoras dan la pauta en capacitación.

Una constante información directa a través de su Presidenta Nacional reciben las colaboradoras de Cema-Chile e integrantes de los Centros de Madres.

La señora Lucía Hiriart de Pinochet sostiene reuniones hasta en los más apartados lugares de las regiones, con el objeto de imponer a la mujer de los planes y avances que efectúa Cema-Chile.

En una reunión presidida por Marlene Momberg de Fuenzalida, Vicepresidenta Regional Cema-Tarapacá, se llevó a efecto en el local del Sindicato de Estibadores Marítimos la firma de un convenio institucional entre las siguientes entidades: Cema-Chile Iquique, Secretaría Regional Ministerial de Educación y Desarrollo Social. Este convenio tiene por objeto capacitar a las socias de los Centros de Madres en distintos

cursos vocacionales, tales como modas, peluquería, artesanía, pintura en género, repostería y otras actividades manuales. Estos cursos, que se dictarán periódicamente, tendrán una duración de 7 semanas.

Para el curso de monitoras de peluquería las socias deberán reunir los siguientes requisitos: Octavo Básico, experiencia mínima como monitora de Cema en cualquier actividad



1



2

1.— Su preocupación permanente: el niño. Con agrado, recibe el cariñoso afecto de la mujer chilena.

2.— El Hogar de Niños del Altiplano, casa que los hospeda, mientras desarrollan sus estudios.

3.— En un taller de juguetes hechos con desechos, comparte con dos nortinos.



3

• Cema-Chile aporta alegría y recreación.

La vicepresidenta de la II Región es la señora Olga Vidal de Ortiz. Múltiples son las actividades desarrolladas en sus provincias y comunas.

Fue inaugurada recientemente la galería artesanal de Cema-Chile, en la región de El Loa. Por tanto, la comunidad loíña podrá visitarla en los siguientes horarios: de 10 a 12 y de 14 a 16 horas, diariamente. Está ubicada a un costado del Departamento de Relaciones Públicas del mineral de Chuquicamata.

Los Centros de Madres de El Loa, "Sol Naciente", "Regimiento Calama" y "Orquideas" celebraron recientemente con actividades deportivas y sociales un nuevo aniversario de su formación.

Durante el mes de octubre, seis Centros de Madres de Antofagasta han desarrollado una intensa labor de preparación del espectáculo musical "La Pérgola de las Flores", donde participarán más de 25 socias de Cema-Chile acompañadas de sus esposos e hijos.

Este espectáculo será presentado el día 24 de octubre en el Teatro Latorre, de Antofagasta. El Coro Cema-Chile cumplió una exitosa presentación en las fiestas de aniversario de Tocopilla. Ahora reanuda regularmente sus ensayos. Se recuerda a las socias de los Centros de Madres de Tocopilla que el horario de atención de la Tienda es el siguiente: lunes, martes y jueves, de 18 a 20 horas.



1.— Cumpliendo su abnegada misión: trabajar por Chile, por los niños, por la mujer, la Primera Dama comparte minutos de emoción.

2.— En Antofagasta es recibida por grupos de Instituciones Femeninas, que aplauden sus fines de acción social.

3.— Nuestro gobernante, General Augusto Pinochet Ugarte junto a su esposa recorren el país, llevando sus palabras alentadoras y de confianza a la mujer chilena.

4 años de Cema-Chile...

(De la Pág. 3.)

"CORPORACION DE DAMAS DE LA DEFENSA NACIONAL: agrupa a esposas y viudas de oficiales en retiro de las Fuerzas Armadas, que colaboran a lo largo del país en cada una de las instituciones que presido.

"MOVIMIENTO CIVICO-FAMILIAR S.O.L.: organismo que colabora con el Gobierno, especialmente en las instituciones al servicio de la mujer.

"COMITE ALBORADA: organismo que agrupa a señoras civiles y esposas de oficiales de las Fuerzas Armadas, cuya labor específica es colaborar en mis obras sociales, fundamentalmente con alimentos y ropas. Ellas son las que hacen posible que yo entregue ajuares a las guaguas nacidas el 11 de septiembre y 25 de diciembre de cada año a lo largo de todo el país.

"FUNDACION SEPTIEMBRE: organismo que funciona con voluntarios, dependiente de la División de Organizaciones Civiles, y que presta todo tipo de ayuda a las familias de los miembros de las Fuerzas Armadas de todo el país caídos el 11 de septiembre de 1973 en Actos de Servicio.

—¿En qué etapa de su vida sintió esta profunda necesidad de ayudar al prójimo, y cómo se exteriorizó esa inquietud por primera vez?

—La inquietud de ayudar al prójimo nació en mí casi con el afianzamiento de mi personalidad, en la etapa de adolescente, estando en los últimos años de colegio tuve la oportunidad de ayudar, sobre todo en forma anónima, que era en esa etapa de mi vida la manera más noble de realizarme. Posteriormente, siendo madre joven, siempre apoyé a mujeres desvalidas o necesitadas de consejo, aun cuando a lo mejor no eran de los más sensatos por mi escasa edad y poco conocimiento humano, pero tal vez el cariño con que lo hacía suplía lo demás y daba buenos resultados. Siendo mujer madura ya, habiendo vivido una vida plena tanto de experiencias como de felicidad, con una buena familia formada, más dos pequeños preadolescentes, creí y tuve la oportunidad de trabajar por los demás, sobre todo en esa época por los niños pequeños y adolescentes que necesitaban apoyo moral. Siempre he sentido una gran ternura por los niños y gran admiración por la mujer chilena, aún más por las más desvalidas, que son las más valientes para enfrentar la vida. Mi vida hoy está orientada hacia lo que más me realiza como ser humano, estando orgullosa hasta lo más profundo de mi ser de haber nacido chilena.

VALIOSA CONTRIBUCION DE LA MUJER CHILENA

—A su juicio y en calidad de consejo, ¿en qué forma debe canalizarse una labor de este tipo para que sea efectiva?

—Todas las mujeres vibramos por algo más que por otras cosas; hay que analizarse y pensar qué actividades no remuneradas nos sentiríamos más felices apoyando; luego, ver qué institución se dedica a ello, para engrosar sus filas con orden y disciplina.

"El trabajo voluntario da grandes satisfacciones, el cariño que recibimos a cambio de nuestro trabajo, la sonrisa del niño, la paz del anciano, la fe en el futuro, del enfermo, son bienes espirituales que ningún otro trabajo procura. La mujer que trabaja para aportar algo a su hogar también puede dar unas horas de su vida al mes en bien del prójimo.

—¿Qué nos podría decir de los "Cemitas"?

—Los "Cemitas" están formándose ya a través de Chile; son grupos juveniles, de hijos e hijas de socias de Centros de Madres, a los cuales queremos darles recreación y orientación para que efectúen labores extraescolares en bien de los demás y como superación propia; queremos inculcarles la inquietud social desde pequeños, la generosidad, los valores patrios, para que desde pequeños busquen su propia identidad.

—Usted lanzó una magnífica iniciativa que se ha hecho realidad a lo largo de todo Chile: el Hogar de la Madre

Campeña, ¿cuántos y en qué lugares los ha organizado y cómo funcionan?

—A lo largo de todo Chile tenemos 19 Hogares de la Madre Campesina o Minera; estos hogares nacieron con un ejemplo que me impactó: en Osorno, la comunidad, por iniciativa de la Secretaría de la Mujer, había creado el primer Hogar de la Madre Campesina; ellas lo habían dotado de todo y con ayuda de la comunidad funcionaba; éste era pequeño. CEMA ya se había interesado en apoyarlo, al visitarlo se me ocurrió y así se lo hice saber en el momento mismo a las señoras, que esto era digno de proseguirlo y como una meta más de CEMA Chile. El amparar a la mujer embarazada para que llegue a buen término su embarazo, cómo prepararla anímica, física y maternalmente para ser madre, ha dado por resultado partos más fáciles, controlados a tiempo, con el consiguiente bajo índice de mortalidad del recién nacido; así también la madre sufre menos riesgos fatales; además, supera en forma magnífica la depresión postparto tan corriente, ya que al volver de la maternidad goza de tranquilidad, comodidad y compañía cariñosa hasta el momento adecuado para que se reintegre a su rutina hogareña.

"Poco a poco estos hogares se han ido perfeccionando, ahora se aspira, y ya es una realidad en algunos, de agregarles una guardería infantil, pues es necesario para cuidar a los otros niños que no pueden quedar abandonados o con sólo el padre en los hogares lejanos.

"El Hogar cuenta con una sala de exámenes, tiene living-comedor, dormitorios para dos o tres camas, con sus cunitas al lado de cada cama, su velador y muebles adecuados; hermosos y asepticos baños, cocinas con vajilla, muebles, cocina, refrigerador; en fin, como una bella y agradable casa hogareña; el rincón de costura y lavado tampoco faltan. Allí se le revisa el ajuar al recién nacido, se les hace trabajar en él y por último, si es necesario, se les regalan ajuares, que están ya dispuestos.

"Tenemos la asistencia del Servicio Nacional de Salud y trabajamos en constante coordinación. Estos Hogares, que están en Arica, Puchuncaví, Chillán, Los Angeles, Traiguén, Victoria, Puerto Montt, Calbuco, San Fernando, Lebu, Copiapó, Punta Arenas, Coyhaique, Casablanca, Iquique, Lautaro, Temuco, Rancagua (próximo a inaugurarse en octubre), Pitrufquén, Osorno y Melipilla, han dado tales frutos que el Ministerio de Salud ha determinado fondos para proseguir su construcción o en otros casos ampliación de los que funcionan, lo que nos será de gran ayuda, ya que hasta ahora sólo han sido hechos por CEMA Chile con el apoyo ciudadano o de algunas empresas.

DOS LABORES QUE SE COMPLEMENTAN

—En lo personal, señora Lucía, como dueña de casa, ¿en qué forma debe organizar su tiempo para cumplir con tanta actividad sin descuidar los deberes hogareños?

—El día sábado lo dedico a mi hogar por entero: hago todo aquello que una dueña de casa ha hecho siempre, ordeno closets, vigilo aseos, programo menús para la semana. Lo que no hago hoy es salir al supermercado, lo demás lo realizo, pues no cuento aún con una dueña de casa que me haga despreocuparme de todo ello. Los días de semana antes de salir doy algunas órdenes, que generalmente en la noche no verifico si se realizaron, pues llego sumamente cansada. El domingo lo dedico a mi familia, desde padres a nietos; es mi día de holganza completo.

—Como esposa y madre, ¿cuál sería su consejo para las jóvenes que en estos momentos inician su vida matrimonial; en otras palabras, la clave de la felicidad?

—Por sobre todo, que al contraer matrimonio se amen mucho, se conozcan lo más posible en sus virtudes y defectos, tolerándose los últimos, ensalzando los primeros. No creo conocer la clave de la felicidad; cada pareja debe empeñarse en lograrla, sin egoísmos, ni soberbia, con gran respeto mutuo.

III REGION

• Cema-Chile, y su preocupación: La Familia.

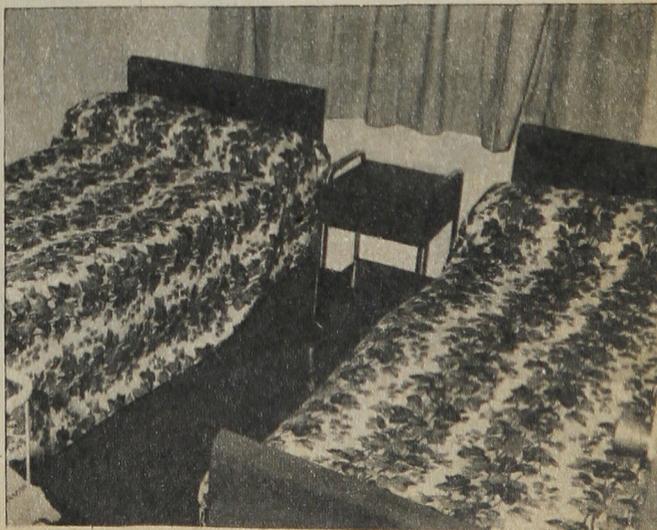
Así como los hogares para la Madre Campesina dependen de la zona donde habitan las socias, también los hay para quienes habiten en las regiones mineras. Este fue el caso de Copiapó. Las mamás-socias fueron las primeras huéspedes de una confortable casa de dos pisos, con tres dormitorios, comedor, cocina, baño, dependencias de servicios, terrazas, patio y antejardín. Mónica Guzmán de Alvarez, vicepresidenta Regional de Cema-Chile, Atacama, es una ejecutiva que va más allá de crear el Hogar a que hemos hecho referencia. Es quien se ocupa,

además, de la salud física de sus socias, y por ello ha dado verdadera importancia a lo que es Deporte y Recreación. Pero todo no es deporte. Está la capacitación, y dentro de eso, los primeros auxilios. Cosa que se confirma con la idea de dotar a todos los Centros de botiquines, que la Ilustre Municipalidad de Copiapó mandó a confeccionar con financiamiento de las respectivas unidades. Paralelamente, las sedes cuentan con biblioteca. Sección que sus propias voluntarias idearon tras una recolección de textos diferentes.



La presidenta de Cema-Chile en su visita a la III Región.

- 1.— La acompaña un grupo de colaboradoras de Cema-Chile, Chañaral.
- 2.— Dirigió algunas palabras a los habitantes de Diego de Almagro, cuando asistió al cambio de nombre de este lugar (Pueblo Hundido).
- 3.— Fachada del Hogar de la Madre Minera, de Copiapó.
- 4.— Dormitorio para dos futuras mamás. Las camas equipadas esperan al que va a nacer.



IV REGION

Elqui
Limarí
Choapa

• Encomiástica labor de un voluntariado.

Interesante y positiva labor efectúan los Centros de Madres de la IV Región mediante la iniciativa de su vicepresidenta regional, señora María Eugenia Vargas de Serre, quien periódicamente realiza tareas en terreno, visita hasta los más apartados puntos de la zona, lugares donde se cumplen fielmente los objetivos de la Primera Dama de la Nación, señora Lucía Hiriart de Pinochet. Una cuenta de este quehacer femenino, en el caso de La Serena, señala la satisfacción de sus socias, que trabajan en sus unidades en

ayuda directa de sus propias colaboradoras, guiadas por Gladys Abarca de Campos. En el Taller Laboral de La Serena un surtido de confección es entregado al público a precios módicos; delantales, overoles y diversas prendas sobre medida. Digna de destacarse es la producción de fundas para los conos de hilo que utiliza la Lanera Austral, empresa que encarga grandes partidas al Taller Laboral, otorgándole preferencia al trabajo femenino en serie. Aquí las ideas son puestas en

marcha a través de cursos. Ejemplo de esto es el curso de peluquería que se está dictando en el mismo edificio donde funcionan las otras unidades de los Centros de Madres: calle Anfón Muñoz 673. En una de sus secciones varias, integrantes de Cema-Chile aprenden, como ya hemos señalado, el ramo de peluquería, distintos estilos de corte y peinado, manicure y cosmetología. Las flores, aspecto de atracción de La Serena, ocupan, al igual que en sus plazas y avenidas, lugar de preferencia en el gusto de sus habitantes. Aquí se destacan aquellas que, usando materiales diversos, hacen las integrantes del Centro que pertenece a las Fuerzas Armadas en Retiro. Pero la actividad serenense va más allá. También se ubica en otros lugares, como se aprecia en el Centro de Madres Lourdes. Cincuenta y seis socias se empeñan en crear nuevas fuentes de ingreso para sus respectivos hogares y su Institución. Se trata de buscarles la forma y colorido a los productos del mar. El cochayuyo y las conchitas de las playas vecinas les sirven para elaborar figuras humanas y atractivos motivos.



- 1.— Activas socias de Cema-Chile Ovalle hacen trabajos de costura.
- 2.— Ovalle: socias de Centros de Madres dan formas y trabajan las matas de cactus.
- 3.— Desde una localidad entre La Serena y Los Vilos

la anciana-líder de 108 años de edad salió al paso de la comitiva para conocer a la Primera Dama. Se hizo conducir en una carretilla de manos llevándole un ramo de flores. La señora Lucía le envió su regalo: una silla de ruedas.



● Labor de Cema-Chile, presente en todos los sectores.

Con motivo de haberse celebrado en todo el país el cuarto aniversario de la Liberación Nacional, Cema-Chile, Quinta Región, desarrolló diferentes actividades en las comunas de las seis provincias.

La señora María Eugenia Bobillier de Paredes, vicepresidenta Regional de Cema-Chile, manifestó que los 1.446 Centros de Madres que existen en toda esta Quinta Región habían trabajado en forma desinteresada en esta semana de acción social para ir en ayuda de los sectores más necesitados.

En general, se visitaron Hogares de Niños en Situación Irregular, Hogares de Ancianos, Comedores abiertos, Jardines infantiles; se cooperó en los operativos de salud que efectuaron las Fuerzas Armadas en los sectores más apartados, etc. En todas estas visitas se llevaron alimentos, víveres, ropa de cama y entretención. La Sra. de Paredes informó también que en todas las provincias Cema-Chile había efectuado visitas a hospitales y maternidades, entregando ajueres a los nacidos durante la semana

del 5 al 11 de septiembre. "Este año —agregó— quisimos favorecer a un mayor número de madres y por eso se concentró la entrega durante toda la semana, beneficiándose de esta forma un número apreciable de madres." La vicepresidenta de Cema-Chile, acompañada de la Coordinadora Regional, visitó el Jardín Infantil "Hijitos", del Cerro Barón, con capacidad para 30 niños. Allí se entregaron pañales, frazadas, ropa de guagua, útiles de aseo, dos estufas y una pesa.

LOS CENTROS DE MADRES DE ISLA DE PASCUA

"Rapa Nui", "Tiare Kao" y "Pua te Ohe Ohe" son los Centros de la lejana isla. Ochenta y dos mujeres, sus componentes, que, guiadas por su vicepresidenta provincial, Alida Rodríguez de Arentsen, trabajan activamente en la capacitación que se les imparte.

Confección de juguetes, tejidos, moda son complementados con la variedad de piezas, únicas en el mundo, que son cotizadas a buen precio por los turistas que pasan por Rapa Nui.

GESTION DE PRESIDENTA

Por gestión directa de la Presidenta Nacional de Cema-Chile, en su viaje a Pascua, acompañando al Jefe de Estado, fueron entregadas dos casas prefabricadas a los Centros de Madres. Los inmuebles se destinan para Tienda y Taller Laboral, respectivamente.



1



2

- 1.— La vicepresidenta de Cema-Chile V Región, entregando obsequios a las ancianitas del Hogar "Sagrado Corazón de Jesús", de Valparaíso.
- 2.— La superación de la mujer y el rol que debe cumplir en su medio es uno de los principales objetivos que persigue Cema-Chile. En el Seminario para colaboradoras realizado este año en Valparaíso la V Región reafirma estos principios.

Polla CHILENA DE
BENEFIGENCIA

Todo un futuro...



Polla Gol

más deporte para Chile

REGION METROPOLITANA

Primer Distrito:

- Valiosa y efectiva labor de un voluntariado nacional.

La Presidenta de Cema-Chile, señora Lucía Hiriart de Pinochet, ha organizado el trabajo de la Región Metropolitana, que agrupa a sus distintas comunas, en cinco Distritos. Ellos a su vez son dirigidos por una vicepresidenta que trabaja estrechamente unida con las jefas comunales y colaboradoras de la institución. La vicepresidenta por este Primer Distrito es la señora Gabriela de Court.

El 13 de este mes fue inaugurada una Policlínica ubicada en Sevilla 1746, donada por el Centro "Sector Residencial Bezanilla" a la Junta de Vecinos N.º 5 de la Quinta Comuna. Dicha inauguración y entrega a la Junta de Vecinos de la Policlínica contaron con la asistencia de representantes del alcalde, representantes de Cema-Chile y Directiva de la Junta de Vecinos N.º 5.



1.— Bordados y labores artísticos en tejidos de vivos colores son algunas de las prendas que se exhiben en el bazar de esta comuna.

2.— Un grupo de socias de Centros de Madres junto a la señora Lucía Hiriart de Pinochet, a la salida de esa reunión en el cine California.

3.— El taller de Corte y Confección de Nuñoa fue también visitado por la Presidenta Nacional de Cema-Chile.

4.— He aquí algunos aspectos de una visita efectuada por la señora Lucía Hiriart de Pinochet a la comuna de Nuñoa, oportunidad en la que recorrió las instalaciones de Cema-Chile, reuniéndose posteriormente con las socias y colaboradoras en el cine California.



Segundo Distrito:

• Nuevos cursos para los Centros de Madres.

Constante aprendizaje, ayuda a la comunidad y actividades en beneficio del grupo familiar son las características de todos los Centros de Madres del país; en este Segundo Distrito, la vicepresidenta es la señora Dolly de Figueroa, quien constituye el eje de las tareas que todas las colaboradoras efectúan con dedicación y entusiasmo. Próximamente se inaugurará un Centro Comunitario en la población "11 de

Septiembre" de Curacaví. Este comunitario prestará una gran ayuda. En la Panamericana Norte, ruta 68, en Curacaví, se inaugurará un local de ventas, que le permitirá a las socias de Centros de Madres comercializar sus trabajos. En la dinámica comuna de Conchalí funciona un taller de alfombras de "Fornio" (sisal) del Centro de Madres de ese sector.



1.— La esposa del Primer Mandatario conversa con algunas alumnas del curso de Corte y Confección, quienes obtendrán la capacitación impartida por INACAP.

2.— Las socias de un Centro de Maipú expresan su alegría de encontrarse junto a su Presidenta Nacional en una de sus visitas a esta comuna; ellas son alumnas de un curso de Capacitación de Modelaje de Vestuario de Adultos.

2

Tercer Distrito:

• Centros de Madres buscan su capacitación.



1.— Al recorrer los Centros de Madres de La Reina, la Presidenta de Cema-Chile fue invitada a visitar una Escuela de Arte que funciona en esa comuna; en esta escuela se imparte una enseñanza técnico-profesional para adolescentes de ambos sexos.

Cema-Chile tiene por objeto beneficiar a las socias de los Centros de Madres de todo Chile, en su desarrollo socio-económico-cultural.

Con un cóctel muy en familia el Centro de Madres "Real San

Antonio", de la comuna de Las Condes, celebró recientemente sus 17 años de aniversario. Además realizó, en esta oportunidad, una exposición con los trabajos confeccionados por sus propias socias. El día 10 de este mes se inauguró en la comuna de la Cisterna el Centro Comunitario "La Unión" y que contó con la especial colaboración del Departamento de Telecomunicaciones de la Dirección General de Carabineros. Se celebró con un cóctel y con variados números artísticos, que amenizaron la inauguración.



La señora Silvia de Contador es la Vicepresidenta del Tercer Distrito, que une las comunas de Las Condes, Providencia, La Reina, La Granja y La Florida. Estas notas nos dan una breve imagen del trabajo realizado por el voluntariado de Cema-Chile en algunas de sus comunas.

2.— La Presidenta Nacional de Cema-Chile, señora Lucía Hiriart de Pinochet, procede a cortar la cinta e inaugurar el Taller de Alta Costura de La Reina, en calle Rubén Darío Sur N.º 21.

2

Cuarto Distrito:

- Programas de Cema-Chile en pleno avance.

Un amplio radio geográfico abarca a los Centros de Madres del Cuarto Distrito. Su vicepresidenta, señora Teresa de Carvajal, debe constantemente buscar nuevas fórmulas que permitan a las socias alcanzar metas dentro de sus respectivas comunidades, separadas por carreteras y senderos

entre pueblos y villorrios. Recientemente se inauguró en San Bernardo una nueva Policlínica, que tendrá una dotación de 100 Asistentes Rurales, que cuentan con toda la preparación necesaria para atender toda la parte rural de la comuna.



1



En Paine fue recientemente inaugurado el primer Taller Laboral, el que abastecerá de colchones a toda la provincia. También dará abastecimiento a la oficina de emergencia de Santiago.

1.— En esta oportunidad, la señora Lucía entregó a la comuna de Buin una ambulancia totalmente equipada que la firma Peugeot-Renault le obsequiara para los fines de acción social.

2.— Los campesinos saludan a la Primera Dama, al visitar la localidad de Buin.

2

13

**La buena margarina
se pide por su nombre.**



Garantiza

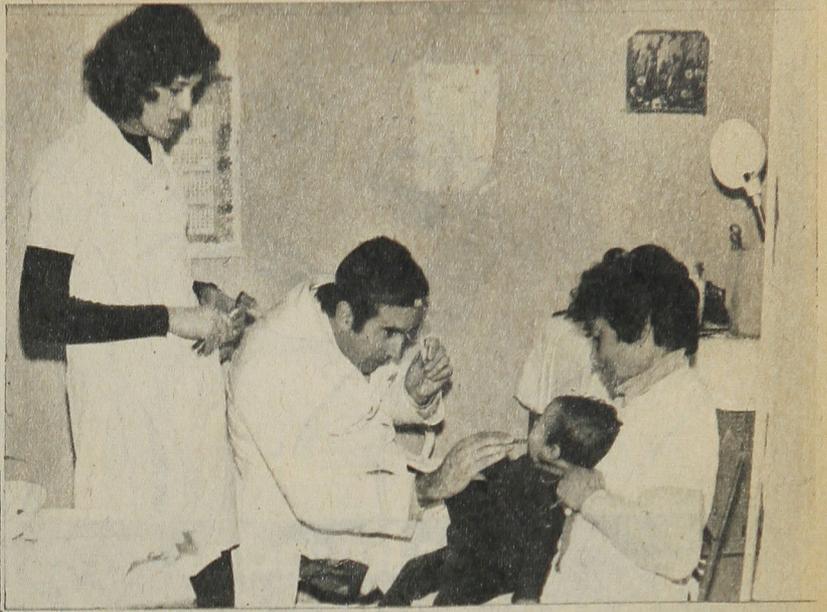
COIA

Quinto Distrito:

- Amplia labor social desarrollada por Cema-Chile.

La señora Mireya de Baeza es la vicepresidenta del Quinto Distrito y gran impulsadora de los constantes trabajos que deben desarrollar las colaboradoras que con ella trabajan dentro de las comunas de Puente Alto, Pirque y San José de Maipo.

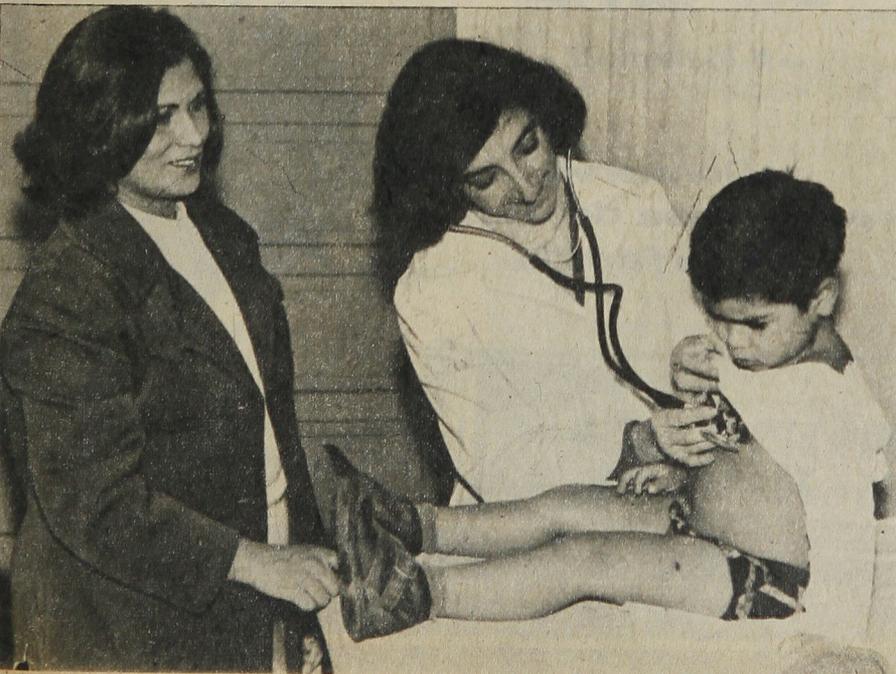
Sus Centros de Madres ubicados en la precordillera exigen de las colaboradoras un gran esfuerzo por tratarse de lugares de difícil acceso durante el invierno.



3



1



- 1.— En plena sesión de peluquería, el Centro de Madres "Progreso", de Pirque. Los pequeños acompañados de sus madres reciben la atención de profesionales del 5.º Distrito.
- 2.— Cuarenta niños procedentes de la localidad de El Volcán pudieron presenciar la preparatoria de la Parada Militar en el Parque O'Higgins. Gracias a la iniciativa del Círculo de Damas de Investigaciones, colaboradoras de Cema-Chile.
- 3.— Todos los niños de las comunas de Puente Alto y Pirque son atendidos periódicamente por un grupo de profesionales, quienes fiscalizan el estado de buena salud y desarrollo de los pequeños.
- 4.— En el asentamiento "El Principal de Pirque", un menor recibe los beneficios de los Operativos de Salud que organiza este sector de Cema-Chile, gracias al espíritu de profesionales del Área Médica de Investigaciones.



**¡más lavados
por el mismo dinero!**



Shampoo
KENT



suavidad y elegancia

Cuide sus dientes dos veces al día

...a lo menos!

Conserve
una hermosa dentadura
en su familia

más
eficaz
y económica



fresca
y de agradable
sabor



AYUDA A PREVENIR LAS CARIES

LOS DIENTES SANOS

Unos dientes de buena apariencia, frescos y limpios denotan siempre un estado de salud en buenas condiciones y la alegría de vivir, por lo tanto nunca se cansará usted de repetir a sus hijos los cuidados elementales para tener y conservar una hermosa dentadura.

LA HIGIENE REQUIERE QUE SE PASE CEPILLO POR LOS DIENTES TRES VECES AL DIA: EN LA MAÑANA, DESPUES DE LAS COMIDAS Y EN LA NOCHE.

Pasar el cepillo con una buena pasta dentífrica por la noche es muy importante (durante la noche los restos de alimento fermentan entre los dientes y a la larga los dañan).

Para las personas que no regresan a su hogar a la hora de almuerzo, existen cepillos dentales especiales que se doblan y pueden llevarse cómodamente en el bolsillo o la cartera. Si no le es posible efectuar un lavado de dientes a esta hora, le queda aún el recurso de mascar una manzana.

● CEPILLARSE

Esta operación se hace con movimientos de arriba hacia abajo para el maxilar superior y de abajo hacia arriba para el inferior; nunca en sentido contrario. La parte de los dientes debe ser aún más minuciosamente cepillada para evitar que se forman allí depósitos de "sarro", sobre todo en los fumadores.

● EL CEPILLO

El cepillo suave se recomienda para los dientes frágiles que tienen tendencia a descarnarse y el cepillo duro es conveniente para los dientes sólidos (pero nunca es bueno emplear un cepillo demasiado duro). El cepillo nylon es el mejor. Un cepillo muy suave se emplea solamente en los niños muy pequeños (hasta 5 años).

Para impedir que el sarro se deposite entre los dientes, conviene pasar un hilo dental (en venta en las farmacias) entre los dientes después de haber pasado el cepillo (esto se hará suavemente sin llegar a cortar las encías).

También se usan ahora pequeños pulverizadores que limpian a fondo.

● EL DENTIFRICO

Se emplea sobre el cepillo seco. La pasta es lo mejor, más agradable que el dentífrico en polvo y más recomendable que los líquidos. Algunos dentífricos son recomendados por los dentistas para prevenir caries y gingivitis.

● EL ENJUAGUE

Debe efectuarse el enjuague con agua muy fría o muy caliente (nunca agua tibia) para no correr el riesgo de ablandar las encías.

● EL DENTISTA

Una visita una vez al año (para una revisión completa y una limpieza general) es indispensable; dos son recomendables. Un diente o molar en-



fermo debe ser cuidado de inmediato, pues podría llegar a ser causante de enfermedades reumáticas y hasta del asma bronquial.

● ALIMENTOS QUE FAVORECEN UN BUEN ESTADO DENTAL

El té es rico en flúor, la vitamina C (leche, frutas y legumbres); durante el invierno, la vitamina D (pe-

rejil), el fósforo y el calcio (leche, pescado, huevos), los alimentos duros que obliguen a masticar.

● NO ES FAVORABLE PARA LOS DIENTES:

Fumar demasiado, mordisquear lápiz, chupar un caramelo antes de dormirse, beber un líquido muy frío entre alimentos demasiado calientes.

Cema-Chile ha firmado un convenio con la Escuela Dental de la Universidad de Chile, mediante el cual dicha Escuela se compromete a atender a todas las socias de los Centros de Madres que lo soliciten, luego de haber cumplido con los requisitos establecidos. Para ser atendidas las socias deben adquirir un Bono-cheque en el Departamento de Acción Social de Cema-Chile-Central, en su nueva dirección de Portugal 351. Con este Bono, deben dirigirse a la Escuela Dental de la U. de Chile, ubicada en Avenida Santa María 571; allí se les hará la revisión correspondiente y a futuro se les ejecutarán los trabajos que requieran. Los tratamientos tienen para las socias de la Institución un arancel muy especial y rebajado en sus precios. Este convenio se ha hecho realidad gracias a la preocupación de la Presidenta Nacional de Cema-Chile, señora Lucía Hiriart.

Extracciones: \$ 30. Tapaduras en amalgama: \$ 70. Prótesis (placas) superior e inferior: \$ 1.000.

Este último tratamiento pagadero en cuatro mensualidades.

● Hogar para las Madres Campesinas inaugura Cema-Chile.

La VI Región tiene como vicepresidenta a la señora Cecilia de Lucares. Junto a sus colaboradoras se empeña en sacar adelante la responsabilidad que le entregara su presidenta nacional.

Convenios con distintos organismos permiten realizar ampliamente la capacitación de las socias de Cema-Chile, clases de Folklore, Repostería, Primeros auxilios, Corte y Confección, etc.

La repostería es una oportunidad más para las integrantes de Cema-Chile Colchagua, sus egresadas ahora esperan desempeñarse en banquetes, reuniones sociales o fiestas familiares.

Rancagua posee una auténtica artesanía en mimbre, trabajos en piedra rosada de Pelequén, artículos en paja y totora y prendas en pelo de conejo.

En San Fernando. Una de las inquietudes de la Primera Dama se ha realizado en muchas provincias del país, "Prodigar al recién nacido y a su madre los cuidados necesarios para que la venida al mundo de este nuevo ser sea con la atención merecida". Este anhelo se ha cumplido en San Fernando al inaugurarse este año el Hogar de la Madre Campesina.



1.— Un aspecto de las futuras Cemitas en clases de folklore.

2.— Entre los conocimientos que Cema-Chile imparte a sus socias está el curso de repostería, donde aprenden a preparar exquisiteces.

3.— Artesanos de Pelequén fabrican escobas que viajan hasta el Lejano Oriente: Japón.

• Se inauguran Talleres Laborales y Artesanales.

Entre la serie de ideas y proyectos que ponen en práctica los Centros de Madres de la Séptima Región, regidos por su vicepresidenta, Gloria Bravo de García, figura el aprendizaje de nuevas e interesantes materias que dicta el DUOC, atendiendo a un convenio, y que favorece a todas las socias.

Otro capítulo que sobresale en Talca y sus provincias es el que deriva del Taller Laboral.

El taller, producto del aporte económico de la comunidad, entregó a principios de año una gran partida de uniformes escolares, los que se vendieron en su totalidad en la tienda de Cema. Otra de las tareas concretas es la puesta en marcha de un moderno local artesanal, inaugurado recientemente.

La tienda mantiene una atención al público tres veces por semana, en horarios de comercio.

En cuanto al bazar, recibe constantemente las labores de las socias para venderlos a precios módicos con positivos saldos a favor, contribuyendo de esta manera a los ingresos de los hogares de donde provienen sus ejecutoras.

Ocho máquinas de coser, una cortadora, entre otros elementos, forman parte del equipamiento del Taller Laboral de Curicó. Medios que a su vez son utilizados en la capacitación individual.

Entre la maquinaria adquirida figuran ojaladoras, pegadoras de botones y remachadoras. Con todos estos implementos han realizado una fructífera labor; muestra de ello, por citar un caso, es la confección de delantales que el Hospital de Curicó les solicitó para el departamento de Cirujía.

Otro taller que está debidamente equipado es el de Linares, donde 15 operarias confeccionan blue jeans, delantales, faldas de mezclilla y diversas otras prendas de vestir.

La comercialización de esta mercadería se realiza en la tienda y bazar con gran aceptación por parte del público.



1.— Aspecto general de la galería artesanal de Cema-Chile Talca en el mercado de la ciudad. Cantidad de artículos hechos en greda, mimbre, tallados en madera, ponchos y frazadas de lana, son expuestos por los artesanos de esta región.



2.— Laboriosas manos hilan la lana antes de tejerla. La técnica empleada por este grupo de socias y transmitida a las nuevas generaciones es la auténtica y tradicional de sus antepasados.

*El calzado ideal
y económico
para la
dueña
de casa*



Bata

Cemita sabe de todo

Sabe convivir con su vecino:

Cuando la Cemita ayuda en los quehaceres del hogar y barre el frente de su casa, no echa la basura en los lugares que corresponden a sus vecinos; por el contrario, cuida de mantener la limpieza al frente y a los lados de su vivienda.

Sabe cómo hacer y cuidar su jardín:

Un trabajo sencillo para la Cemita: muchas casas suelen disponer de un sitio que permite plantar algunos árboles frutales o tener un jardín de agrado.

El cuidado y mantención del jardín es algo que no puede dejarse de mano y ello implica desmalezar, eliminar plagas, arreglar la tierra, replantar y no sólo regar. A continuación le entregamos una lista de flores y las fechas en que se plantan corresponden a la ciudad de Santiago.

Clavel: primavera.

Aleli: verano.

Perritos: otoño-primavera

Crisantemos: primavera-verano.

Jacinto: otoño.

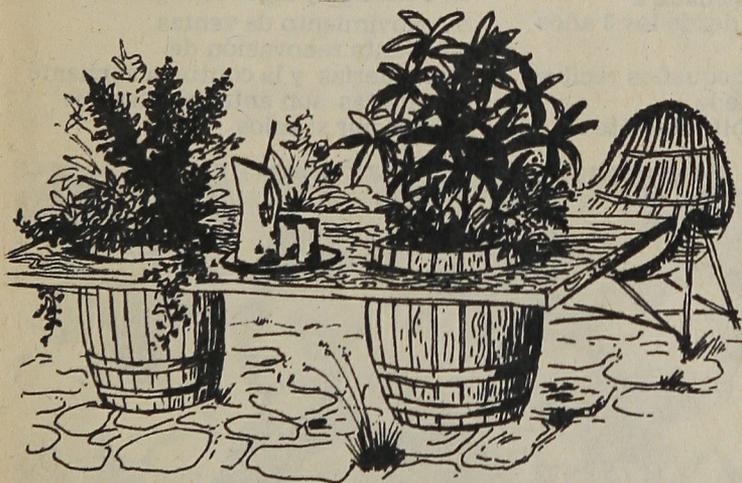
Reina Luisa: verano.

Petunia: invierno.

Dedal de oro: primavera.

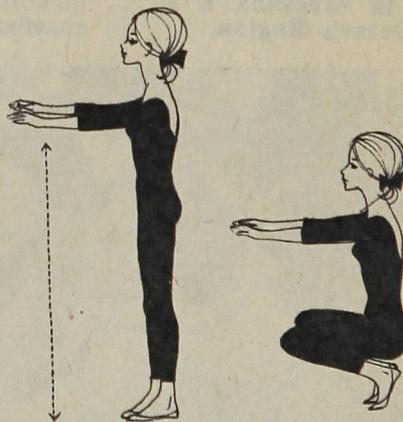
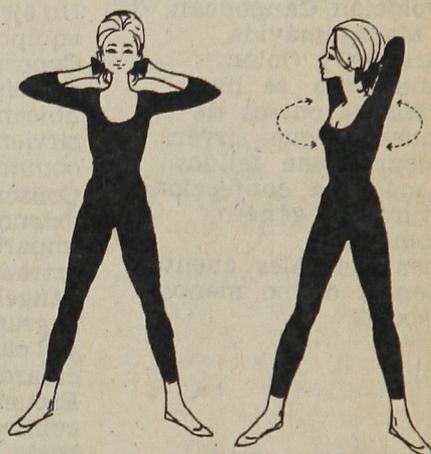
Capuchina: verano.

Cineraria: otoño.



Sabe estar siempre bien peinada:

Después de un día a pleno sol, el agua del mar, la tierra, el calor, la transpiración son contrarios al buen mantenimiento del pelo. El viento reseca el cuero cabelludo, el sol descolora el pelo. Cemita cuida sus cabellos, lavándolos por lo menos una vez a la semana con un buen champú, se los enjuaga con abundante agua tibia o fría. Luego da forma a sus cabellos con la ayuda de "rulos" especiales para el cabello o bien haciéndose la "toca". Después de 30 minutos, cuando ya están secos, los escobilla energicamente para airearlos y adaptarlos a un hermoso peinado. Un poco de "laca" tal vez si se va a una fiesta.



Sabe cuidar la figura:

Cemita siempre trata de mantener una figura esbelta y para obtener buenos resultados hace ejercicio todas las mañanas; en esta página ilustraremos algunos de ellos para que pueda practicarlos en su propio hogar. Unos pocos ejercicios son convenientes para su apariencia y su salud. La gimnasia diaria favorece la circulación sanguínea. Da flexibilidad a los músculos y gracia a los movimientos.

A continuación indicamos una serie de ejercicios, fáciles de aprender y realizar en casa.

VIII REGION

Nuble
Concepción
Arauco
Bío-Bío

• Acción social de los Centros de Madres va en ayuda de la comunidad.

Como un ejemplo de organización, de unión, amistad y compañerismo ha sido catalogado el Centro de Madres "Ursullinas", el segundo en cuanto al número de socias y el mejor organizado de Chiguayante. Acaba de cumplir diez años de activa existencia al servicio de la comunidad. Reúne a las madres de sectores populosos, como población Las Américas, Villa Sur, Los Cipreses, Población Caupolicán, de sectores de Manquimávida, Manuel Rodríguez y Colón. Desde su fundación se han realizado distintos cursos de perfeccionamiento, que sirven de ayuda al hogar, como tejidos a mano y a máquina, confecciones, telares, pintura en género, economía doméstica. Sus reuniones normales cuentan con la asistencia de no menos de sesenta socias.

1.— La Primera Dama saluda cordialmente a un grupo de personas que la esperaba a su llegada a la Octava Región.

La VIII Región cuenta con una activa y dinámica vicepresidenta regional, la señora Palmira Baghetti de Rubio, quien ha impulsado el trabajo de Cema-Chile en todas las provincias de esta Región; en constante coordinación con las colaboradoras, logran llevar adelante la tarea de capacitar a las socias de los Centros de Madres, a la vez que les ofrecen el apoyo de una permanente Asistencia Social.

Un ejemplo de unidad y equipo es el de los Cemas de Concepción y Talcahuano, principalmente de aquellos que se ubican en Hualpencillo, sirviendo directamente a la comunidad.

Conscientes de la necesidad de extender la educación pedagógica e impartir nuevos conocimientos extraescolares, las socias del "Angela Ibarrondo", junto al grupo cultural "Alma Joven" y el club deportivo "Los Halcones", crearon la primera sede Escuela-Hogar, destinada a cobijar a menores desde los 3 años hasta los 12.

De este modo los pequeños reciben un complemento de la enseñanza que habitualmente se

les otorga en sus respectivos colegios. También son guiados en otras disciplinas, que ayudan al desarrollo físico, por ejemplo.

Esta inquietud surgió de Teresa Salameros Allegri, con una primera etapa de 35 niños. Hoy los que asisten a la Escuela-Hogar suman más de 100.

Entre las múltiples tareas que realiza Cema-Chile figuran el fomento y conservación de la artesanía autóctona del país.

Uno de los primeros objetivos se basó en reunir la producción, muchas veces dispersa, en determinados lugares y alcance, para que todos pudieran apreciar en su integridad la gran gama de ese trabajo que bulle de centros urbanos y, acaso con más fuerza, de sectores rurales casi inaccesibles.

La muestra más significativa y valiosa de nuestro arte popular se concentra en las Galerías Artesanales de Cema-Chile ubicadas en Santiago y algunas regiones.

Su movimiento de ventas, constante renovación de mercaderías y la continua corriente de turistas son antecedentes que hablan por sí solos.



IX REGION

- Importantes funciones que realiza Cema-Chile.

Allí donde el copihue cobra su mayor belleza y donde la raza conserva su esencia araucana; allí donde la mujer sabe de campos fértiles, cielos más azules y ríos torrentosos, la acción de Cema se confunde en una trilogía, que abarca toda la región, la novena del país, cuya capital, Temuco, exhibe tal vez la más amplia gama artesanal chilena. La Vicepresidenta, señora Dinorah Rodríguez de Arriagada, unida a sus colaboradoras, trabaja activamente.

TRAIGUEN

Por citar uno de los tantos ejemplos que se dan en ese punto geográfico, hablemos de Traiguén. Eminentemente agrícola, la ciudad, a través de sus socias, sabe de una muy bien coordinada acción social. Entre la particularidad se señala la confección y posterior entrega de ropas para bebés al Centro Nutricional. Asimismo, constantemente se arreglan piezas de ropa femenina de Traiguén ha entregado dividendos económicos a la Tienda, que ha podido

abastecerse de la materia prima para ejecutar los trabajos. También permitió la adquisición de dos telares de tipo artesanal con el propósito de formar a futuro un complejo laboral. Con este noble empeño desplegado por las componentes de los Centros de Madres, son ellas las que se favorecen y a quienes alcanzan asimismo los beneficios —por ejemplo— de asistencia médica y la obtención de recetas.

GUACOLDA

En el presente mes se inaugurará un agradable taller en un sector poblacional de Traiguén. Este está dotado de cinco máquinas de coser y otros elementos que harán posible su funcionamiento, convirtiéndole en un lugar laboral que las propias socias, del Centro Guacolda, administrarán y explotarán. La Junta de Vecinos del sector puso a disposición de Cema el inmueble y facilitó lo esencial para que pueda operar: los implementos que usarán las mamás.

1.— Centro de Traiguén inaugura taller.



EL TEJIDO ENTRETIEENE Y..

La Presidenta Nacional de Cema-Chile constantemente señala la importancia que tiene en el desarrollo económico y social el que la mujer se capacite. El resultado de este afán es la dedicación que las dueñas de casa entregan a la confección de finos y delicados tejidos, para usarlos y además para comercializarlos.

Deseando complacer a las numerosas socias de Cema-Chile aficionadas al tejido, ofrecemos estos modelos que servirán de inspiración a tan entretenida tarea. Les deseamos mucho éxito en este agradable pasatiempo.

El chaleco... prenda favorita de todas las temporadas y apropiada para los distintos climas de Chile. Está confeccionado con un cómodo cuello, bolsillos y atractivos puntos. Damos a continuación algunas indicaciones para su hechura: Material, 8-9 ovillos lana Cisne "Encanto", 1 par de palillos N.º 3½ 1 otro N.º 4. Un palillo auxiliar. Cinco botones. Lo puede hacer en una talla cuyo busto sea 58 a 61 cm.; en tal caso se debe considerar un hombro de 38 cm. y las mangas, medidas por sus costuras, de 23 cm. Si lo elige hacer más grande, las medidas serán las siguientes: busto 63 a 66, largo hombros 42 y costura manga 27.



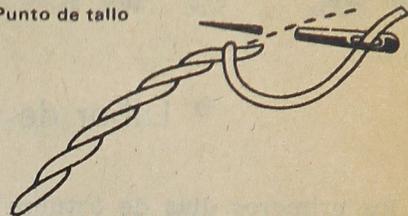
SE APROVECHA



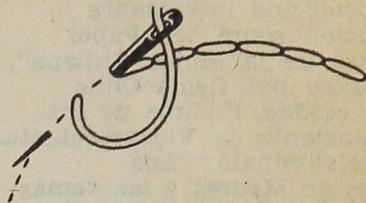
Para una chica de 4 años:
Materiales: 6 ovillos lana Cisne "Encanto". Palillos Nos. 2½ y 3.
Puntos empleados: Elástico simple para la espalda y las mangas. El delantero lleva una trenza que se ejecuta sobre 16 puntos. Corrida 1: 2 revés, pasar tres puntos a palillo auxiliar por delante del trabajo, 3 derechos, tejer al derecho los puntos dejados en espera, pasar 3 puntos a palillo auxiliar por detrás del trabajo, 3 derechos, tejer al derecho los 3 puntos dejados en espera, 2 revés. Corrida 2 y todas las corridas pares: 2 derechos, 12 revés, 2 derechos. Corridas 3, 5, 7, 9 y 11, tejer los puntos como se presentan.

Y para su guagua, esta abrigadora prenda que la puede confeccionar en lana o algodón. Es raglán y tiene un canesú tejido con un punto diferente a lo demás. (A propósito de "guagua"... ¿sabía usted que este nombre sólo se le da al niño en Chile, Perú y Ecuador? En otros países tiene distinto significado; por ejemplo en Colombia se le denomina así a un roedor.)

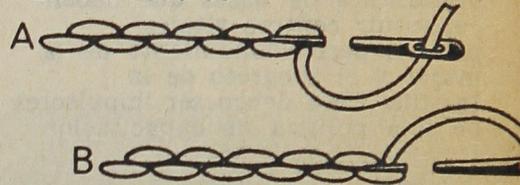
Punto de tallo



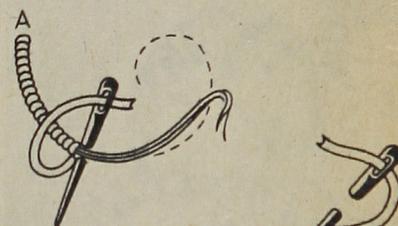
Punto atrás (pespunte)



Punto de cuerda



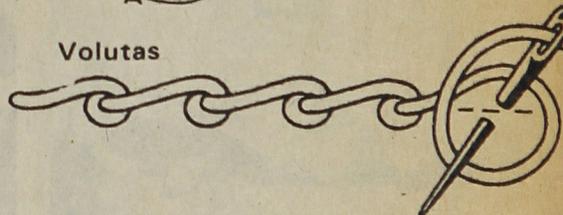
Cordón sobrehilado



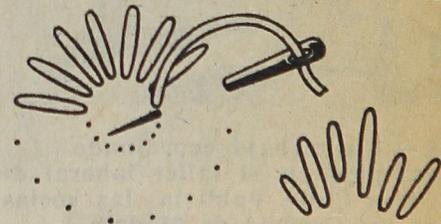
Punto abierto



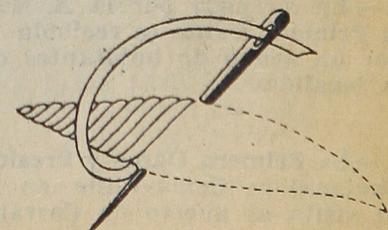
Volutas



Recto (llamadas también Realce sencillo)



Relleno (satén o realce)



X REGION

Valdivia
Osorno
Llanquihue
Chiloé

• Labor de Cema-Chile presente de norte a sur.

En los primeros días de octubre se llevó a cabo en la ciudad de Osorno una interesante disertación sobre "El Papel Histórico de la Mujer Chilena", organizado por Cema-Chile de esa ciudad. En una de sus intervenciones la Vicepresidenta Provincial señaló: "Los Centros de Madres y las demás organizaciones femeninas son organismos de bases que deben constituir centros vitales para el perfeccionamiento de la mujer y el progreso de la familia. Ellos deben ser impulsores de una política de capacitación

seria y eficaz con niveles técnicos adecuados que signifiquen para la mujer un auténtico progreso".

La dedicación de la vicepresidenta Regional, señora Clara Cañas de Messen, por llevar adelante la tarea que se le ha encomendado, se refleja en el éxito obtenido en la X Región.

El trabajo que se cumple día a día en las oficinas de Cema-Chile es digna de destacarse. Reuniones, consultas, taller laboral, bazar y Galería Artesanal, cursos de capacitación, etc., son algunas de las tantas actividades de la

Institución; en el mes de septiembre se destaca, principalmente, la importancia que tuvo la labor social volcada hacia la comunidad. Esta Región también fue visitada últimamente por la Presidenta Nacional de Cema-Chile.

Cema-Chile, en la ciudad de Valdivia, entre otras importantes labores cumple una extraordinaria colaboración a las enfermeras del cáncer. Allí las voluntarias del cáncer ejecutan una terapia de grupo, que ha entregado, a opinión de los médicos, óptimos resultados entre los pacientes.



1.— Un trabajo coordinado cumplen en el taller laboral de Cema-Chile Valdivia las socias de los Centros de Madres.



2.— En su paso por la X Región, la Primera Dama es recibida por un grupo de habitantes de la localidad.



3.— La Primera Dama y Presidenta Nacional de Cema-Chile en su visita al puerto de Corral.

• La mujer chilena presente en todos los sectores.

La vicepresidenta regional de Cema-Chile, señora Nadya de la Fuente de Rivera, desarrolla numerosas actividades en Cema-Chile Coyhaique. Un grupo de 29 socias pertenecientes a distintos Centros de Madres participaron en un curso de confección semiindustrial en el local de Cema-Chile.

La realización de estas jornadas se materializó mediante un convenio firmado con Inacap. Este curso contó con una programación de 130 horas pedagógicas, realizándose en una jornada desde las 9.00 de la mañana hasta las 12.30 horas, para un primer grupo de alumnas, mientras que el segundo asistió desde las 14.00 hasta las 17.30 horas.

La vicepresidenta de Cema-Chile en la XI Región dio a conocer algunos detalles de la participación de los Centros de Madres de la comuna de Coyhaique en el

operativo de solidaridad. La mujer chilena ha demostrado una vez más su amor y compromiso con Chile a través de la preocupación de la familia y de la comunidad. El Centro de Madres "Alida Krausse", el Centro de la Corvi, el "Santa Raquel", aportaron para el operativo realizado por Cema cantidad considerable de alimentos. Otros Centros de Madres entregaron ayuda directa a algunas Instituciones. El Centro de Madres "Porvenir" visitó el Jardín Infantil "Bamby"; el Centro de Madres "Estrellita del Sur" y el Centro "No me olvides", ayudaron a la obra "Don Guanella"; el Centro de Madres "Victoria Trabotich" ayudó a las mujeres de la cárcel; el Centro "Sol de Septiembre" ofreció unas once para centros abiertos; el "Nueve de Mayo" ayudó a una de sus socias; el "Santa Irene" ayudó para el operativo con ropas y alimentos.

2



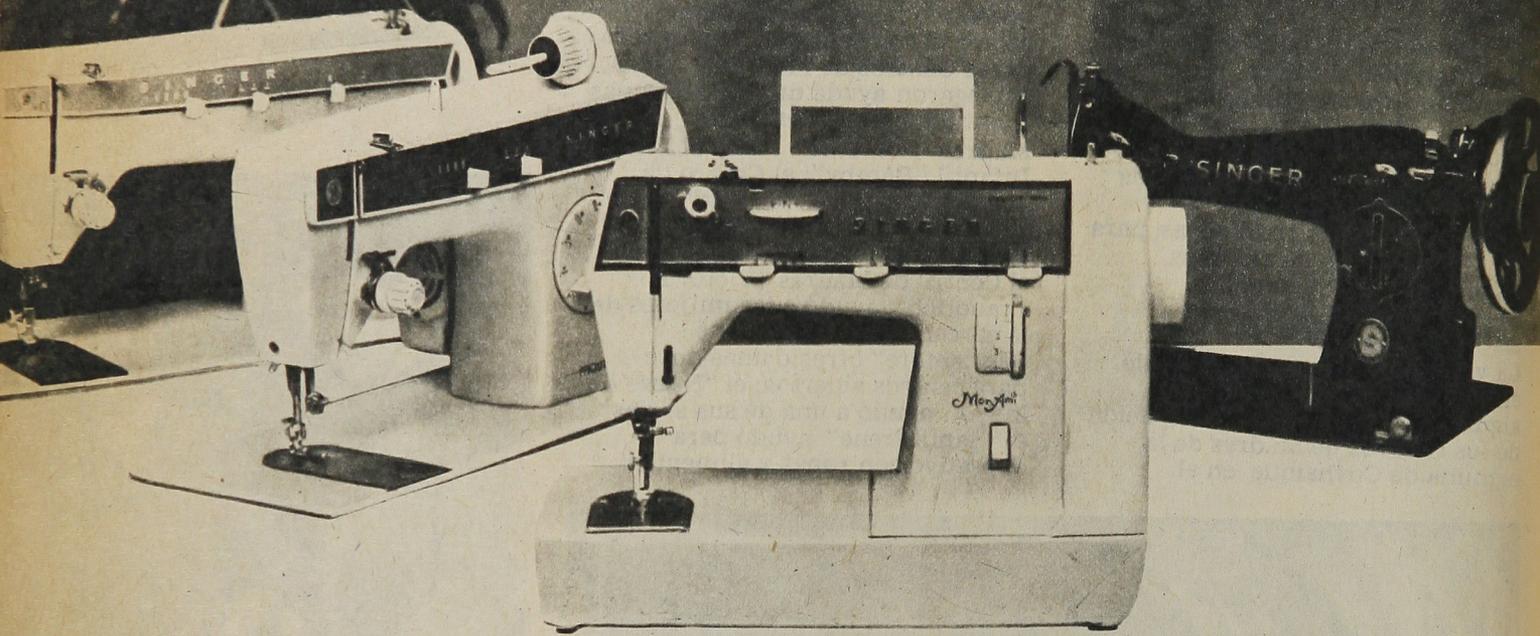
2.— En Aysén, la Primera Dama visita un Centro Artesanal y observa, junto a una socia, un trabajo a telar realizado por ella.

1.— Coyhaique hospeda a la pareja presidencial un fin de semana. Juntos y uniéndose a la comunidad, asisten a los oficios religiosos antes de comenzar sus visitas.



En cualquiera de los modelos
de su amplia línea...

Es más fácil coser con Singer.



Consulte con sus distribuidores a lo largo de todo Chile:

ARICA
IQUIQUE
ANTOFAGASTA
OF. SANTA VICTORIA
EL SALVADOR
PUEBLO HUNDIDO
CALAMA
CHAÑARAL
COPIAPO
VALLENAR

LA SERENA
COQUIMBO
OVALLE
COMBARBALA
ILLAPEL
SALAMANCA
LA LIGUA
SAN FELIPE
LOS ANDES
LA CALERA

LLAY-LLAY
QUILLOTA
LIMACHE
QUILPUE
VIÑA DEL MAR
VALPARAISO
CURACAVI
SANTIAGO
MAIPU
PUENTE ALTO

MELIPILLA
TALAGANTE
RANCAGUA
RENGO
SAN VICENTE de T.T.
SAN FERNANDO
SANTA CRUZ
CURICO
TALCA
LINARES

CAUQUENES
PARRAL
SAN CARLOS
COELÉMU
CHILLAN
CONCEPCION
YUMBEL
ARAUCO
LOS ANGELES
MULCHEN

COLLIPULLI
VICTORIA
TRAIGUEN
CURACAUTIN
TEMUCO
CUNCO
ANGOL
VILLARICA
PUCON
GORBEA

LONCOCHE
LONCA
VALDIVIA
PAILLACO
LA UNION
OSORNO
PUERTO MONTT
ANCUD
COYHAIQUE
PUNTA ARENAS



Vea en el Canal 7

**todos los sábados a las 14:55 horas el programa
QUE FACIL ES COSER, que presenta CEMA con
la colaboración de Singer Sewing Machine Co.**

SINGER

• Valiosa labor de un voluntariado.

Capacitación, alfabetización, nivel de estudios y eventos culturales conforman las principales tareas de los Centros de Madres de la Duodécima Región.

Cema-Chile Magallanes, hábilmente, dirigido por María Eliana Márquez de Rodríguez, aparte de esos cursos efectúa labores de instrucción práctica como: monitoría en alimentación y nutrición, modas y tejidos a crochet, por ejemplo.

ACCION SOCIAL

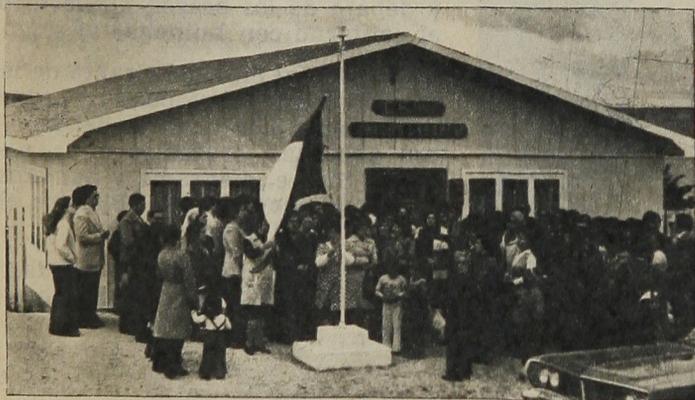
Este año, a diferencia de los anteriores, se organizó la acción social con el concurso de todos los Centros, que canalizan una efectiva ayuda a la comunidad. La disposición siempre generosa de la mujer generalmente

se diluía y su cooperación no alcanzaba el propósito señalado. Hoy no es así, porque en conjunto se ha logrado superar muchos problemas.

BALANCE

Al inicio del cuarto año de labores de Cema-Chile Magallanes, sus máximas dirigentes resumen así el camino andado:

"Las tareas que nos hemos impuesto con cariño y decisión se han cumplido plenamente, en una etapa de esfuerzo y de dinámica laboral innegable. El balance de ellas es alentador y ello nos impulsa a redoblar esta acción para superar con creces lo logrado. Este resultado aumenta nuestra fe y nuestras esperanzas."



1.— Una hermosa exposición de trabajos de las socias de Cema-Chile espera a su Presidenta en Punta Arenas, ciudad austral donde los rigores del clima no impiden el trabajo de capacitar a la mujer.

2.— En Porvenir visita el Taller Laboral de Cema-Chile, para luego reunirse con el grupo de socias y colaboradoras de la Institución. Cabe destacar que esta localidad de Porvenir se encuentra situada al otro lado del Estrecho de Magallanes.

3.— La Presidenta Nacional de Cema-Chile visita en Magallanes el Bazar y Salón de Artesanía. La acompañan en su recorrido colaboradoras de su Institución.

4.— En Punta Arenas comparte una taza de té con un grupo de socias de Centros de Madres.

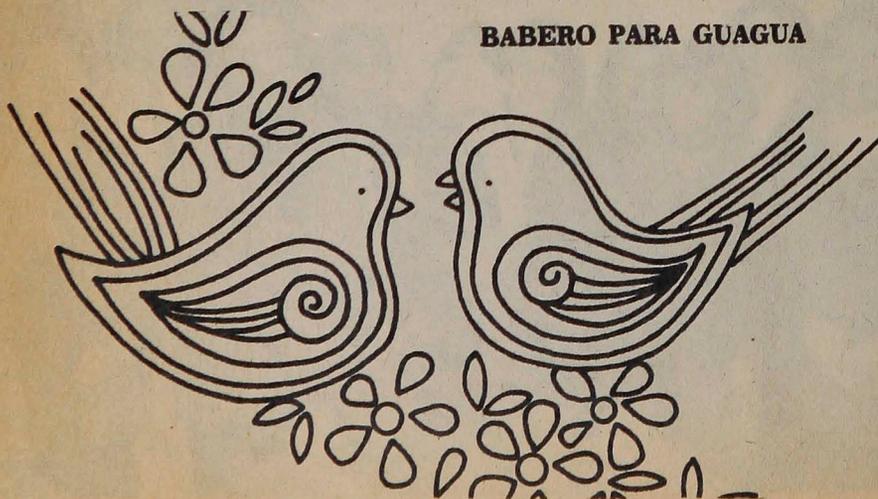


BORDADOS Y LABORES

La capacitación que los Centros de Madres ha adquirido va más allá del punto de cruz. Alfombras, choapinos, gobelinos y vestuario salen periódicamente de las sedes. Pero estamos seguras que estos nuevos modelos gustarán a todas y con ellos obtendrán nuevas ideas para realizar sus trabajos.



BABERO PARA GUAGUA



Materiales necesarios

- Madejitas Ancla: 1 madejita verde; violeta; rosado; café.
- Siempre emplee tres hebras en este trabajo. 34,5 cm. género fino blanco de 90 cm. de ancho.
- Huincha orillar de color (al sesgo).
- 2 botoncitos.
- 1 aguja.

Siguiendo el dibujo confeccione un molde de papel para el babero. Corte el babero empleando el molde. Cosa las costuras de hombros y debajo de los brazos. Orille todo el contorno con huinchas al sesgo.

Haga un ojal en cada tirante de la espalda donde corresponda y pegue los botones. Los tirantes del hombro abotonan cruzados en la espalda. Siga el diagrama y números claves para el bordado. Planche el babero por el revés.

Alternativa de hilo de bordar: Ancla Perlé N.º 8 (ovillo de 10 gramos).

Madejitas. Ancla:

Punto tallo torcido (atrás): (0109), (0185). Punto atrás: (0109), (0185). Punto tallo torcido (atrás): (0108), (0188), (0173). Punto nudo: (0109), (0185). Punto cadeneta: (0188).

Hilo Perlé en ovillo:

Punto tallo torcido (atrás): (0108), (0185). Punto atrás: (0108), (0185). Punto satín o relleno: (096), (0108), (0185), (0188), (0373). Punto nudo o rococó: (0185). Punto cadeneta simple: (0188).

**AHORA
LE SALDRA
MAS FACIL BORDAR**

Delantal para niña. Esta delicada labor está realizada en punto cruz, sobre género de lino grueso que facilita esta puntada; el detalle del dibujo se puede observar en el grabado.



CAPACITACION: CORIOPLA

RESEÑA HISTORICA DEL CUERO

La preparación de las pieles es, sin duda, la más antigua de las industrias, ya que los pueblos primitivos no conocían la fabricación de materiales textiles y buscaban en el cuero y las pieles el vestido para cubrir sus cuerpos.

Según documentos históricos, Nemrod, que vivió antes de Cristo, enseñaba a los sidonios el arte de utilizar las pieles como vestimentas.

Por otra parte, los chinos atribuyeron a Tehin Fang el descubrimiento del curtido. Así, pues, desde las épocas más remotas vemos ocupar al cuero un papel importantísimo en la vida de los pueblos. Se usaba tanto para el vestuario como para velas de embarcaciones, como defensa en los escudos y corazas, fabricación de recipientes y vasos, en los cascos de guerra, etc. Más tarde los hebreos presentan al mundo el pergamino, que fue uno de los agentes más poderosos del desarrollo de la civilización.

El despojo de la piel a la bestia vencida por el hombre serviría en primer lugar para cubrir la desnudez de su cuerpo y para transmitir, más tarde, su pensamiento.

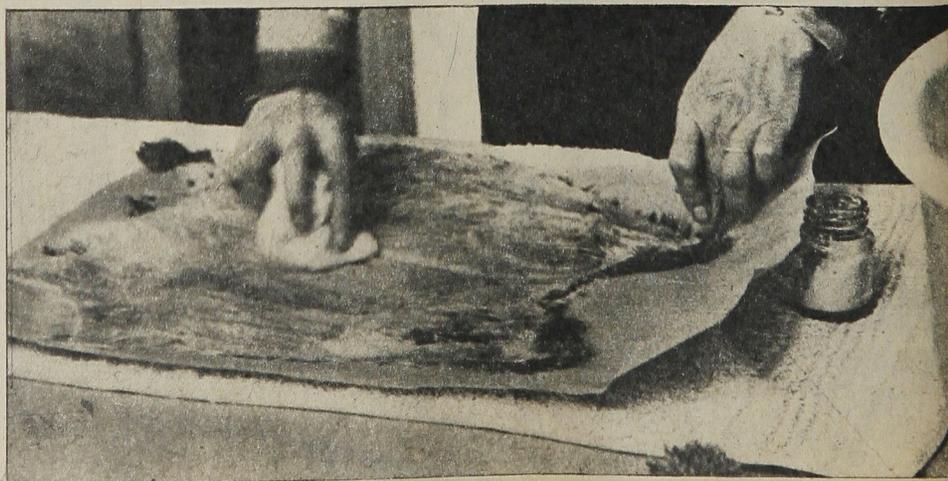
Podríamos dar así una infinidad de ejemplos para demostrar la vejez de la industrialización del cuero; sólo señalaremos que la industria ha ido evolucionando paulatinamente, cambiando métodos e introduciendo nuevas sustancias curtientes hasta llegar a la importancia y adelanto que tiene en nuestros días.



El cuero de conejo se remoja por tres a cuatro días, para luego seguir el proceso de la curtiembre. Lavar el cuero con detergente y agua tibia luego de haberlo remojado.



Posteriormente se procede a un escobillado total de la piel por ambos lados y a quitar la carnaza y grasa adherida a la piel como lo muestra la foto.



Sobre una mesa coloque un paño extendido y sobre éste un diario. Haga una mezcla de una cucharada de piedra lumbre y una de sal. Mezcle estos elementos y colóquelos sobre el pellejo, cuidando que no caiga sobre el pelo.

CURTIDO DEL CUERO DE CONEJO:



Doble la piel de cogote a rabo, coincidiendo las patas con las patas, colocando un plástico entremedio. Envuélvalo en papel blanco y cúbralo con un papel de diario. Guárdelo horizontalmente durante cuatro a seis días sin tocarlo.



Al sexto día abra el envoltorio, cuidando de que la piel no toque la mezcla de piedra lumbre y sal. Coloque el cuero sobre un paño con el pelaje hacia abajo, luego pase un cuchillo y raspe el pellejo que queda suelto.



Escóbillo fuertemente de cabeza a rabo y de rabo a cabeza. Este proceso deberá hacerse una vez que el cuero esté muy sobado y estirado. Trabajo que consiste en restregarlo estirándolo para suavizarlo.



Después de efectuadas estas operaciones, restregar y esco-billar, se pasa un paño suave de cabeza a rabo para que la piel adquiera su brillo natural.



La profesora Teresa Lullón nos muestra una piel de conejo lista para confeccionar un hermoso cuello que adornará un abrigo.

Un grupo de socias de Cema-Chile del Area Metropolitana da término a su curso de corioplastia al realizar artículos que luego venden en los bazares que funcionan con este objetivo.



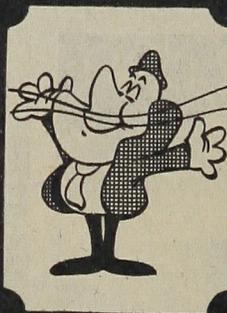
productos Carozzi

los preferidos de toda mamá!...

Porque al contener proteínas, vitaminas y sales minerales, alimentan más y mejor a toda su familia.

Porque su amplísima variedad, Sémolas, Pastinas, Fideos, Pomarola, Flanes y Jaleas cubren la mayoría de las necesidades de la dueña de casa, permitiéndole con sus múltiples usos crear a diario nuevas y ricas comidas de fácil preparación.

La calidad e higiene de estos productos están garantizados por Carozzi y son elaborados con los más avanzados métodos de fabricación en sus dos modernas plantas de Nos y Quilpué, que forman el complejo industrial alimenticio más grande de Sud-América.



¡Participe Ud. también en el concurso la Frase Incógnita del Inspector Carozzi!
Envíe 10 logotipos Carozzi o 2 logotipos con el sello Candeal Extra, en un sobre con su nombre y dirección al dorso, al Clasificador 180 Correo Central Santiago, Concurso "El Inspector Carozzi".

Lo mejor lo hace

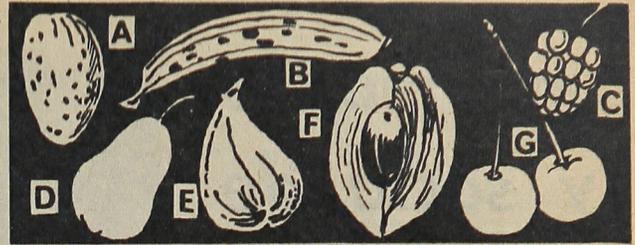


Todos lo pueden probar

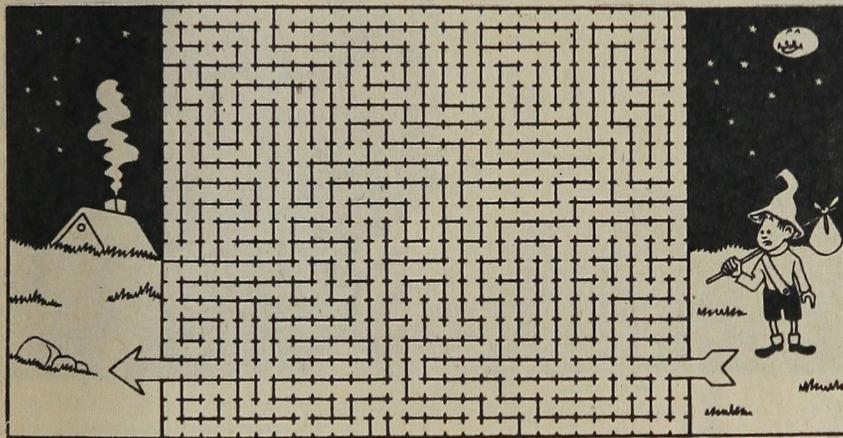


G
GEMA

cema - chile se entretiene



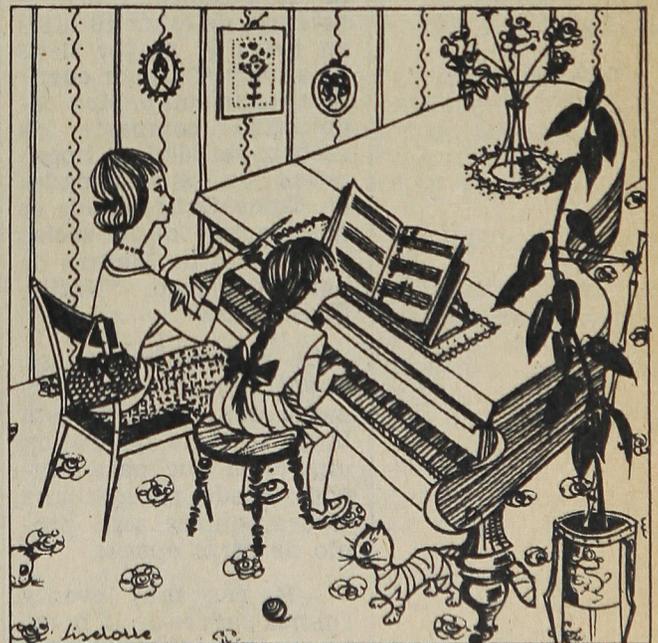
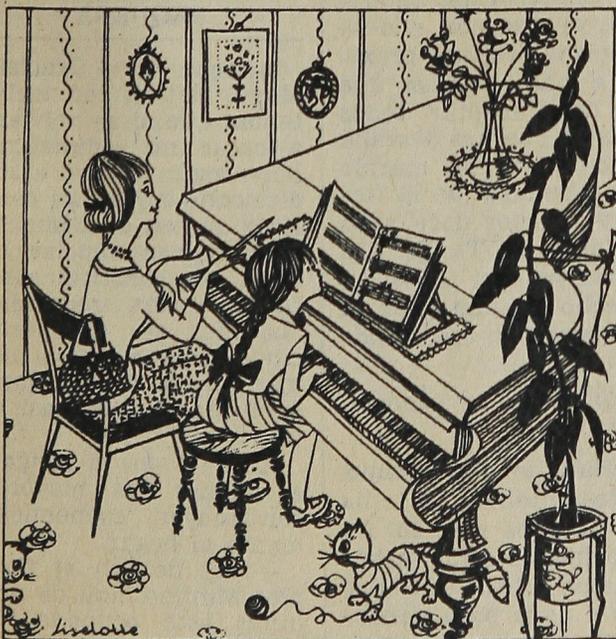
¿Qué fruta indicada con las letras A, B, C, D, E, F, G corresponde al árbol?
 ¿Cuál es el nombre de estos árboles y el de sus frutos?



Juego de palabras

Usando dos o más letras de las que forman las palabras CEMA-CHILE, forme todas las palabras que usted pueda, incluyendo nombres de personas:
 Ejemplo, EMA, AME, etc.

Nuestro amiguito se perdió en el bosque. Ayudémosle a encontrar su casa situada al otro lado del laberinto. Debemos seguir el camino blanco sin pasar las líneas negras.



¿Encuentra iguales estos dibujos? Mírelos bien, usted encontrará pequeñas diferencias.

Respuestas

Cerezo G-1, Peral D-2, Almendro A-3, Morera C-4, Cocotero F-6, Plátano B-6.

El gato de la izquierda no tiene patas. El ovillo no tiene hebra.

El piso tiene tres patas. La profesora, un collar. El adorno del cuadro de la derecha.

El gomero perdió una hoja, arriba, derecha.

CUANDO LOS HIJOS

- una madre y socia de Cema-Chile nos cuenta su propia experiencia

María Graciela Moya posa con uno de sus hijos, vive con nueve y suman dieciocho.



Se llama María Graciela Moya Donoso y tuvo la valentía de tener 18 hijos en total. El mayor tiene 33 años y el menor cuenta apenas con 5. Muy organizada, comparte las responsabilidades hogareñas con sus actividades en Cema-Chile, donde es una de las tantas socias del Centro de Madres de San Bernardo "Natiño Flores Silva".

De aspecto bondadoso, la entrevistamos en compañía del menor de esta larga lista de hermanos, una cifra que para muchos puede parecer una locura, quizás algo propio de otras épocas.

—Me casé muy joven y fuimos padres de 12 hombres y 6 mujeres. Ambos éramos muy católicos (mi esposo falleció hace dos años) y no aceptábamos los métodos de control de natalidad. Considero que

el aborto u otros sistemas similares son un crimen, ya que con ello se mata a la criatura próxima a nacer, causa que nos hizo aceptar todos los hijos que nos deseaba mandar Dios. Mi marido era trabajador de la tierra y vivimos doce años en Calera de Tango. Ahí se criaron casi todos, en estrecho contacto con la naturaleza y respirando buen aire.

—¿Cuándo se conocieron?

—Hace mucho tiempo. En ese entonces yo tenía sólo 21 años y él 26. En los primeros años trabajábamos juntos la tierra, codo a codo para ganarnos el sustento. Fue duro, posiblemente, pero lo hacíamos con gusto, porque nos aveníamos mucho. Alcanzamos a cumplir 30 años de casados.

QUERIA UNA FAMILIA PEQUEÑA

Aunque María Graciela Moya reitera con insistencia que si se volviera a casar no renunciaría por ningún motivo a sus dieciocho hijos, nos confiesa que en el momento de contraer nupcias su meta era constituir una familia más reducida: "La idea era engendrar cinco o seis criaturas, número que se fue alargando hasta enterar casi la veintena".

Ahora todos la ayudan e incluso los mayores contribuyen económicamente al hogar:

—Hay dos en el Empleo Mínimo, una de mis niñas está ocupada en San Bernardo, otros ya se han casado, aunque no por eso se han despreocupado de mí.

En estos momentos esta madre debe dar desa-

yuno, almuerzo y once a nueve criaturas. Una responsabilidad que no puede desatender.

—A veces se alimentan en la escuela, lo que significa un gran alivio para el bolsillo —continúa—, por otra parte yo me hago una entrada con lavados de ropa en la población Tejas de Chena.

CONTENTA

La familia habita una vivienda de reducidas proporciones, un aspecto que no opaca la felicidad de sus habitantes: "Nos acomodamos bien en muy poco espacio y estoy feliz porque nunca me ha faltado la comida. A veces me he sentido deprimida por algunos problemas, pero después todo se arregla como por obra divina".

Todos los domingos se levantan temprano para ir a misa a la capilla de Tejas de Chena, "porque al igual que mi marido —agrega—, mantenemos la religiosidad".

Incluso ser madre de tantos retoños ha sido para María Graciela Moya en muchas oportunidades un "Abrete, Sésamo": "Hace unos meses fui a los Sábados Gigantes de Don Francisco y me regalaron té, leche, postres, mermeladas, galletas... y un refrigerador que todavía no ha llegado a mis manos, pero que espero pronto esté en mi poder. Se buscaba una mujer que hubiera dado a luz dieciocho bebés y por esa razón gané tantos premios".

UN FUTURO MEJOR

Emprendedora, esta socia de un Centro de Madres de San Bernardo aspira a que sus hijos tengan un futuro mejor en la vida: "Mi mayor anhelo es darles instrucción para que logren salir adelante y ser otros. El estudio es la única arma que abre todas las puertas".

Sin embargo, como partes de la familia de

Cema-Chile, ha sabido aprovechar la instrucción que se le ha otorgado:

—Estoy tejiendo y he aprendido mucho. Gracias a ello puedo vender mis productos, consiguiendo una entrada de tipo económico que me sirve muchísimo para el hogar. Las reuniones en mi Centro de Madres son todos los martes, donde nos formamos para ser mujeres útiles para el país.

ORGANIZACION

Resulta difícil pensar que una viuda sea capaz de parar la olla con una familia tan nutrida, sobre todo tratándose de una mujer de escasos recursos.

Sin embargo, al verla nos llama la atención su cuidadosa apariencia, como también la del menor que la acompaña. Aunque las vestimentas son sencillas, en sus detalles se revela a una persona ordenada y metódica que no deja nada al azar.

—Todos me entregan la plata a mí cuando les pagan y yo me encargo de administrarla lo mejor posible.

Para solucionar el problema vestuario va a comprar ropa usada a los negocios del ramo en calle Franklin, donde por poco más de cien pesos dice haber adquirido un abrigo.

—Recorro todos los negocios, hasta que doy con el mejor y más barato. Los pesos hay que defenderlos.

Incluso la comida también se planifica con criterio para no malgastar el dinero:

—El domingo comimos todos los que estamos en casa con un kilo y medio de porotos, un pedazo de zapallo y cebolla picada. Durante la estación veraniega aprovechamos las verduras que abundan en los campos cercanos, contando con la autorización de algunos patrones que nos dejan cortar lo que necesitamos.

Muchas socias podrán hoy agradecer a su propia institución, CEMA-CHILE, el hecho de que sus hijos hayan podido rendir una buena Prueba de Aptitud Académica.

A mediados de año, la vicepresidenta del Tercer Distrito, señora Silvia Contador, solicitó la colaboración de alumnos universitarios para preparar a los hijos de socias de ese Distrito en el examen. Así fue como con la coordinación de don Arturo Benavides y la autorización del Rector de la UTE, señor Eugenio Reyes, un gran grupo de muchachos comenzó a asistir a las clases dictadas en la Casa de la Cultura de La Cisterna.

Durante dos meses, todos los días y de 6 a 9 de la noche, alumnos de distintas carreras de la universidad colaboraron gratuitamente en la preparación. Lillian Parra, Yanina Astorga, Carlos Valdebenito, Patricio Arriagada, Manuel Miranda, José Rojas, Jaime Gajardo y el coordinador Esteban Gutiérrez, todos pertenecientes a la Facultad de Estudios Generales, aportaron sus valiosos conocimientos a otros jóvenes, dispuestos a seguir su ejemplo. Un bonito gesto y un trascendental logro para la familia unida en torno a CEMA, que no sólo capacita a la socia, sino a todo su grupo.

Cuidados y limpieza de la casa

- Limpie las paredes con un paño seco para quitarles el polvo.
- Después de usar las escobas, es conveniente limpiarlas y en lo posible mantenerlas colgadas, de modo que la parte inferior no toque el suelo, así no se deformarán y durarán mucho más.
- Lave la loza después de cada comida.
- Limpie las mesas con una esponja de lana, que usted misma confeccionará, sumergida en agua jabonosa. Y luego enjuague y seque.
- Bote la basura en bolsas de nylon, y nunca la deje caer al suelo.
- Limpie el lavaplatos, con agua y jabón o detergente.
- Para evitar que el agua deje incrustaciones calcáreas en las teteras, conviene depositar en el fondo de éstas 2 ó 3 bolitas de cristal.
- Airee las toallas diariamente, para evitar el mal olor al estar húmedas.
- Limpie los sanitarios con agua y jabón o detergente.
- Limpie regularmente el espejo.
- Mantenga siempre jabón en la jabonera.
- Ventile diariamente las camas, antes de hacerlas.
- Exponga al sol los colchones, especialmente si son de algodón, ya que éstos absorben muy fácilmente la humedad del ambiente, especialmente en invierno.
- Limpie periódicamente los vidrios de toda la casa con agua y detergente.
- Barra y limpie el piso de toda la casa en forma diaria.

PAPITAS DUQUESA FRITAS

(4 A 6 PERSONAS)

INGREDIENTES:

- 1 estuche puré de papas Maggi.
- 30 ó 40 grs. mantequilla o margarina.
- 1 cucharadita rasa sal.
- ½ taza leche.
- 2 yemas.
- ½ taza harina cernida.
- Sal y pimienta.
- Acete o manteca para freír.

PREPARACION:

Prepare el puré de Maggi según indicaciones del envase, pero con sólo la mitad del agua indicada.

Quando haya reposado unos segundos, agregue las yemas, ½ taza de harina y forme una mezcla homogénea y maleable.

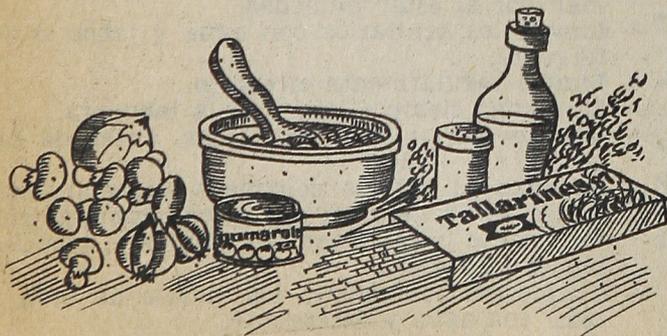
Forme las papitas con las manos enharinadas (bolitas de 3 ó 4 cms. de diámetro) y fríalas en abundante acete o manteca caliente, dejándolas ligeramente doradas.



TALLARINES CON SALSA

INGREDIENTES:

- 400 grs. de tallarines N.º 87 Especiales.
- 1 paquete de callampas.
- 1 tarro de Pomarola con callampas.
- 1 cebolla chica.
- 2 dientes de ajo.
- 1 atado de perejil.
- 1 vaso de acete.
- Sal y pimienta.



PREPARACION:

Se pica la cebolla finita junto con el ajo; se frie en acete caliente agregando las callampas previamente sancochadas y cortadas en trocitos. Dejar freír e incorporar la Pomarola disuelta en una taza de caldo, agregando el perejil picado finito, se condimenta con sal y pimienta, se deja cocer a fuego lento durante 20 minutos.

En 4 litros de agua sazonada e hirviendo se cuecen los tallarines 87 Carozzi durante 8 minutos y sin lavarlos condiméntelos con la salsa preparada.



BUDIN DE PASTINAS

(6 PERSONAS)

INGREDIENTES:

- 200 grs. de Pastinas N.º 60,
- 2 huevos.
- ⅛ litro de acete.
- 2 cucharadas de pan rallado.
- 1 pieza de nuez moscada.
- Sal y pimienta.

PREPARACION:

Hacer una mayonesa con las yemas y el acete, condimentándola con sal, pimienta y nuez moscada. En 1½ litro de agua sazonada e hirviendo cueza las Pastinas N.º 60 durante 4 minutos, cuélelas y sin lavarlas condiméntelas con las claras batidas, pan y queso rallado. Coloque esta pasta en moldecitos individuales humedecidos y deje enfriar. Desmolde en platos de entrada y en el momento de servir cúbralos con una capa de mayonesa.

EMPANADAS DE HORNO

(6 PERSONAS)

MASA:

- 3 tazas harina cernida.
- 1 cucharadita Imperial para Hornear.
- 2 cucharadas manteca fundida.
- 1 huevo.
- 1 taza agua con 2 cucharaditas sal.
- 2 cucharadas acete.

PINO:

- ¼ Kg. posta negra o rosada, molida gruesa.
- 1 tableta Caldo de Carne Maggi.
- 4 cucharadas manteca con 1 de aji de color.
- 1 cebolla picada fina.
- Orégano, comino, sal y pimienta.
- 3 cucharadas rasas harina cernida.
- 1 huevo duro.
- Pasas y aceitunas.

todos los días



PREPARACION:

Cierna la harina con el Imperial para hornear, añada la manteca fundida, el huevo y el agua, calculando hasta tener una masa de regular consistencia que no se pegue en la tabla. Deje reposar unos 10 minutos y luego trabájela agregando el aceite; una vez incorporado, divídala en 6 porciones y extiéndalas con el uslero.

Ponga en cada disco de masa una cucharada de pino (frío), algunas pasas, cascotes de huevo duro, aceitunas y humedezca los bordes formando la empanada; pinte con clara de huevo o leche, pinche 2 ó 3 veces con un palillo y lleve a horno ya caliente a temperatura regular.

PINO: Salte la cebolla y la carne en la manteca con color, añada la tableta de caldo Maggi, los alifios, la harina y mezcle bien; agregue una taza de agua y deje cocer por unos 5 minutos más a fuego suave.

ASADO AL HORNO A LA CHILENA

(6 PERSONAS)

INGREDIENTES:

- 1 Kg. carne para asado.
- ½ litro vino blanco.
- 1 vasito vinagre.
- 2 ó 3 dientes de ajo machacado.
- Sal, pimienta, orégano y comino.
- 3 ó 4 cucharadas aceite.
- 1 cucharada rasa maicena.

PREPARACION:

Limpie la carne, báñela con el vino mezclado



con el vinagre, añada el ajo, orégano, comino, sal y pimienta y deje en esta forma de un día para otro (adobo).

Ponga la carne a asar y báñela mientras se asa con el jugo del adobo previamente colado y mezclado con el aceite y la tableta de caldo Maggi disuelta en ½ taza de agua caliente.

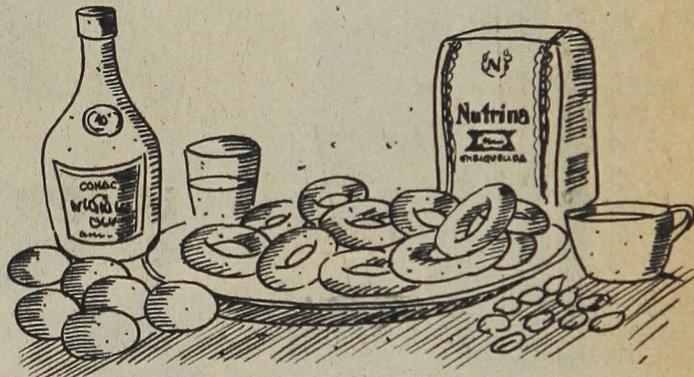
Cuando la carne está tierna, vuelva a colar el jugo desprendido, añádale la maicena disuelta en muy poca cantidad de agua fría y lleve a fuego suave hasta que espese.

Sirva rebanado y bañado con su salsa, acompañado con papitas fritas.

ROSCAS DE NUTRINA

INGREDIENTES:

- 6 huevos.
- ½ kilo de Nutrina.
- ½ taza de leche.
- 20 grs. de levadura.
- 125 grs. de mantequilla.
- 1 taza de azúcar granulada.
- ⅓ pasas.
- 1 vaso de coñac.



PREPARACION:

La Nutrina se coloca en una tabla de amasar, se le hace un hueco en el medio, agregando la levadura disuelta en un poquito de agua tibia con azúcar y la leche tibia. Se forma una masa suave, la que se trabaja hasta que suene. Los huevos se agregan de uno a uno, se deja leudar hasta que aumente al doble de su volumen. Se bate la mantequilla hasta que esté espumosa y se le agrega el azúcar; una vez listo se une a la masa leudada, se trabaja un poquito más y se forman las rosquitas; se colocan en la lata del horno por 20 minutos.

TODO SE APROVECHA

- Podrá mejorar los caldos y preparar sabrosas cremas guardando el agua en que se han cocido las verduras.
- Con el hueso de la pierna de cordero asado podrá preparar un sabroso caldo, agregando cebolla y zanahoria. Después de hervido 20 minutos y colado, agregue sémola y arroz.
- Con los restos de un asado al horno, he aquí una fácil receta de ajíaco: La carne, papas, cebollas, ají de color, harina, huevo, orégano y alifios a gusto, aceite y sal.

Con postres Royal
**la semana
tiene 7 domingos**

Cada día un postre distinto. Cada día un delicioso postre,
como de domingo... y ni hablar de los domingos. Postres Royal,
en 12 deliciosas variedades de gelatina, flan y budines.
Convierta los siete días de la semana en siete domingos.

**BUDINES DE PLATANO, LUCUMA, CHOCOLATE, VAINILLA Y FRUTILLA.
GELATINAS DE FRAMBUESA, PIÑA, NARANJA, CEREZA Y LIMON.
Y EL RICO FLAN ROYAL.**



el secreto es que sean...

Royal M.R.

artesanía

Entre las múltiples tareas que realiza CEMA-CHILE figura el fomento y cuidado de la artesanía autóctona del país. Uno de los principales objetivos se basa en reunir la producción de los artesanos de cada región en sitios determinados, donde pueden comercializar sus productos. Esta meta poco a poco ha sido alcanzada, formándose, en diferentes lugares, Galerías y Exposiciones de artículos

con la directora a cargo de estas Galerías. Al visitar algunos lugares del país, los turistas pueden acercarse a los locales que se indican en las distintas Regiones y provincias. Arica, Iquique, Calama, Antofagasta, Valparaíso; Santiago, en Portugal 351, Providencia y Aeropuerto de Pudahuel; Talca, Concepción, Temuco, Valdivia y Punta Arenas. En todos estos puntos serán



1. Un aspecto de la artesanía de Isla de Pascua.

2. En el Norte, socias de los Centros de Madres confeccionan objetos realizados en lana de alpaca.

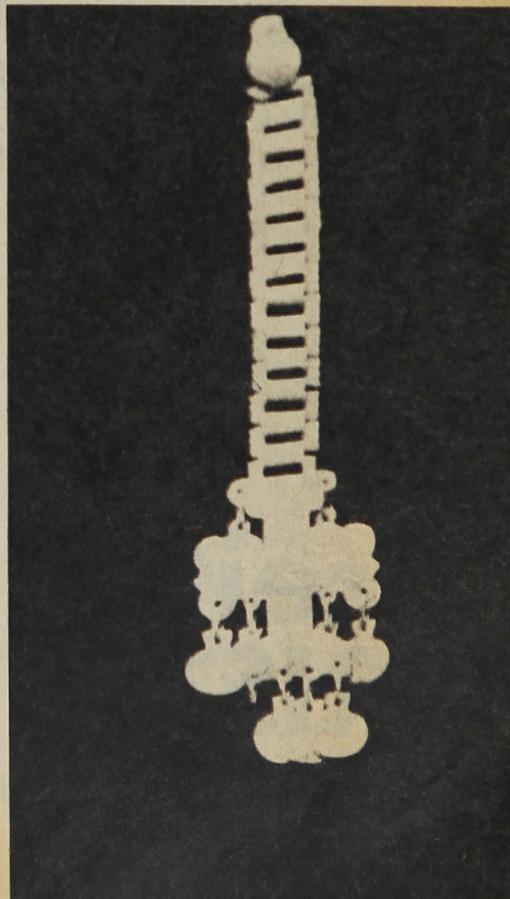
3. Trabajos en mimbre de la Sexta y Séptima Región.

4. Artesanía en plata realizada en la zona de Temuco.



variados de cada localidad; en ellos, turistas chilenos y extranjeros pueden apreciar la gran variedad de trabajos que emanan principalmente de los sectores rurales, a veces ubicados geográficamente en lugares casi inaccesibles. Todos los artesanos del país tienen acceso a estos salones de venta, acercándose naturalmente a CEMA-CHILE de su provincia y tomando contacto directamente

atendidos por personas de la Institución, quienes darán toda clase de informaciones respecto a nuestra artesanía y su origen. Tosca piedra volcánica, raíces y hebras de arbustos, maderas de la Isla de Pascua, greda, cobre, plata y todo cuanto la naturaleza ha regalado a nuestro suelo es transformado en hermosos y útiles objetos por laboriosas manos de artesanos chilenos.



ACEITE CRISTAL

Ahora tan económico
como el aceite suelto
pero con toda la rica
y saludable calidad
del aceite envasado.

Sí. Ahora Ud. puede llevar
a su familia la seguridad,
sabor e higiene de Cristal,
el aceite vegetal
envasado tan económico
como el aceite suelto.
Aceite Cristal, Ud. sabe
lo que vale.



Aceite CRISTAL

el saludable sabor en sus comidas



● **Salón de Peluquería**

Portugal 351,
Santiago.

Desde hace algunos meses se encuentra funcionando un Salón de Peluquería, atendido por socias egresadas del Departamento de Capacitación. Este Salón atiende a colaboradoras, socias y personal de la Institución los días lunes, jueves y viernes, desde las 9.00 hasta las 17.00 horas. Sus precios son los siguientes:

Lavado	\$ 6
Peinado	\$ 15

● **Región Metropolitana**

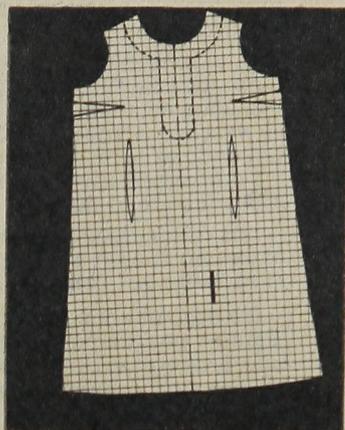
Cema-Chile informa a sus socias que continúa abierta la inscripción para los cursos de Juguetería, Artesanía Navideña, Flores Artificiales, Peluquería, Tejido a Crochet, Rafia, Sisal y Maquillaje. Estos cursos se imparten a todas las socias de los Centros de Madres del Area Metropolitana en la nueva casa de Cema-Chile Central, ubicada en Portugal 351.



● **Taller de alta costura La Reina**

En la calle Rubén Darío Sur N.º 21 funciona este Taller de Cema-Chile, abierto a todo el público que desee visitarlo, y cuyos precios de hechuras son:

Jumpers	\$ 80
Faldas	\$ 80
Batas	\$ 200
Vestidos largos	\$ 200
Abrigos	\$ 300

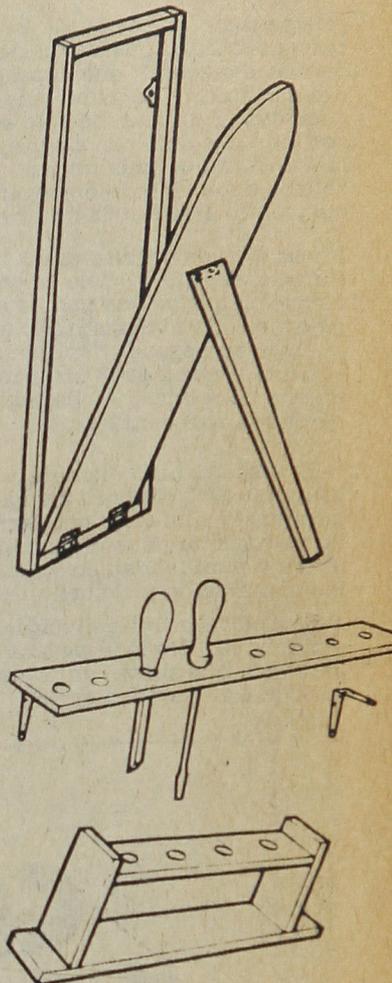


● **Una distracción para su marido**

Ayude a su marido a olvidarse de sus quehaceres habituales. Elija algunos trabajos livianos que puedan ejecutar entre los dos y sirvan a todos. No lo olvide, señora, la distracción en la casa es importante para relajar la tensión que produce el trabajo rutinario.

● **Tabla de planchar**

Haga un rectángulo de 1,35 m. x 30 cm., utilizando listones de 2 cm. por 2,5 cm. Fije este cuadro en el muro. La tabla está hecha con madera de 2 cm. de espesor y sujeta con dos bisagras. La pata asegura la estabilidad de la tabla. Usted, señora, se encargará de revestirla y la tabla quedará lista.



ACRÓSTICO DEL CENTRO DE MADRES "CORONA DEL INCA"

Comparte, se amigala y cordial.
 Esfúrzate en ser cada día más útil a la sociedad.
 No critiques ni destruyas la buena labor.
 Todas para una y una para todas.
 Refuerza con el ejemplo lo que pide la constancia.
 Ocupa un lugar en el corazón todas.
 Dale a tu Centro tu capacidad y experiencia.
 Empeña toda nueva labor con entusiasmo y dedicación.
 Muestrale tal cual eres y lo conocerán como realmente eres.
 Aprende lo que sabes y sabrás lo que ignoras.
 Demuestra tu sensibilidad no repelamos generosidad.
 Responde con cortesía a las palabras desmedidas.
 Envíale la mejor tía, sin esperar retribución.
 Se para las demás, como deseas que sean para contigo.

En la III Región hay socias que aprovechan su intelecto y dones especiales para hacer el Acróstico de Cema-Chile. Las felicitamos e invitamos a colaborar en vuestra Revista.

● **El polen de las flores**

El desplazamiento del polen resulta cuando es recogido por los insectos chupadores como, por ejemplo, las abejas; pero también las corrientes de aire sirven de vehículo a las semillas muy pequeñas, arrastrándolas a veces a miles de kilómetros de distancia de la planta madre.



● **Para qué sirven las hierbas**

Albahaca: La infusión de sus hojas alivia el dolor de cabeza.
Anís: Buen estomacal, digestivo y estimulante.
Apio: Remedio casi infalible para el reumatismo.
Baillahuén: Estimulante, activa las funciones estomacales. En forma externa, se emplea para curar las heridas de los animales.
Berro: Es cataplasma, cura heridas infectadas.
Boldo: Arbol muy común en Chile. Las hojas a medio cocer sirven para las neuralgias dentales. En infusión facilita la digestión, y es remedio contra el reumatismo.
 Señora, cualquier consulta, hágala a su Revista.

El mundo siempre espera un nacimiento; el de nuevas ideas, el de hechos brillantes, el de una estrella. Usted hoy espera nada menos que el de su hijo, el de ese ser que la llenará de alegría, que la hace pensar en distintas caritas y diferentes nombres, y que, por último, le pertenece y es de su absoluta responsabilidad.

¿Ha pensado qué es la mayor responsabilidad que se puede confiar a alguien?, que depende exclusivamente de usted y de sus cuidados. Entonces, no sólo espere con cuidado, sino con alegría, con la felicidad que toda mujer chilena debe tener al entregar un nuevo hijo a su patria en primavera.

Fijese que los árboles están floreciendo, que el cielo se pone más azul, que ya hay cantos de pájaros en la mañana; todo eso anuncia su llegada y existen ciertas cosas que usted debe tener muy en cuenta para que él o ella sean sanitos y bien venidos.

—El peso del niño disminuye en los primeros días después del nacimiento, para luego aumentar regularmente. Su pequeño organismo necesita de orden y puntualidad en los cuidados, la alimentación y el sueño.

—Dé a su hijo tranquilidad, aire puro y mucha luz. No lo ponga cerca de personas que sufran enfermedades contagiosas, como la gripe.

—Proteja el colchón de la guagua con un pedazo de hule puesto bajo la sábana inferior. Evitará malos olores.

—La almohada puede reemplazarla por un pañal doblado en cuatro.

—Durante los primeros meses el niño dormirá todo el día. Al año, sólo 12 horas, pero acostúmbrelo a la siesta.

—Durante los primeros días orina muy poco, después de una semana se normaliza.

—Si el niño está molesto, tómese la temperatura. Limpie el termómetro con agua de colonia o alcohol, úntelo en vaselina e introdúzcalo en el ano, teniendo al bebé de costado, durante 3 a 5 minutos. Cuando pasa de 37,5 consulte al médico.

—Los ojitos debe lavárselos cada uno con un algodón diferente; si se inflaman, consulte al médico.

—No descuide los resfríos de la guagua, porque pueden originar una bronquitis, otitis o neumonía. Si no hay fiebre, aumente el consumo de líquidos.

—Una guagua normal tiene una o dos deposiciones diarias, si hay más, puede ser diarrea, cámbiele todo lo que sea necesario y vea médico si dura más de dos días.

—Si el recién nacido tiene manchas blancas en la boca, consulte al médico; lo mismo si tiene placas rojas, eccema o costras de leche.

CASAS DALMATI^{M.R.}

*Saluda a CEMA-Chile
con motivo
de la primera
edición de su revista.*

CASAS DALMATI^{M.R.}

UN MODERNO Y ECONOMICO ESTILO PARA VIVIR.
SALON DE VENTAS Y EXPOSICIONES
AVDA. INDEPENDENCIA 1443 FONO: 375280



—Hasta los 15 días después del nacimiento el ombligo está tierno; tóquelo lo menos posible. Después de aseada la guagua, coloque sobre el ombligo una gasa esterilizada o un pedazo de tela hervida y seca, que nadie habrá tocado; arriba de la tela un algodón y sobre el algodón un ombliguero o pedazo de gasa para que sujete. Mientras esté el cordón umbilical, bañe al niño por partes.

—El babero, el gorrito y los guantes son indispensables, sobre todo si de repente saca al bebé a dar una vuelta.

—Para que los pañales duren y no hagan daño al bebé, enjuáguelos apenas se ensucien, y luego lávelos con abundante agua y jabón. Séquelos al aire y al sol y plánelos con cuidado. Hiérvalos una vez por semana.

—Si puede criar con leche materna a su hijo felicítese, porque será un niño que tendrá menos



lo con aleg

posibilidades de enfermarse.

—Si alimenta con pecho a su bebé, procure evitar comer mucho ajo, mariscos, espárragos, cebollas y otras cosas que cambian el sabor a la leche.



ENSEÑE A SUS HIJOS

Los hijos bien educados serán siempre el orgullo de sus padres. Deben aprender:

- a saludar.
- a dar en el momento oportuno la mano derecha.
- a no indicar con el dedo.
- a hablar en voz baja.
- a que saluden al entrar en casa ajena.
- a callar en la mesa y no decir: "Está bueno o está

- malo", "no me gusta", etc.*
- a conformarse con lo que tienen en el plato.
- a comer sin hacer separaciones de las cosas que no les gustan dentro del plato.
- a no interrumpir las conversaciones de los mayores.
- a lavar sus manos antes de sentarse a la mesa.
- a peinarse antes de sentarse a comer.
- a decir "perdón" cuando deban pasar delante de otra persona.
- a ceder su asiento a las personas mayores.
- a cuidar las flores y plantas.

De esta forma, usted será feliz y estará educando bien a sus hijos.



Lanabel

M.R.

Cálida naturaleza

Lanabel
100% pura lana
es un producto
FABRILANA S.A.



300 HORAS DE CLASES

las capacitarán como auxiliares del hogar



tusiasmo al llamado hecho por la Presidenta Nacional, señora Lucía Hiriart de Pinochet.

¿Qué aprenden las alumnas? Relaciones humanas, administración del hogar, puericultura, primeros auxilios, reparaciones, estética y ornamentación, alimentación teórica, vestuario, taller culinario. Todo ello bajo la guía de los profesores universitarios Rebeca Soto, María Angélica Jofré, Ximena Infante, Enrique Valenzuela, Mitzi Linares, Alicia Torres, Hugo Espinoza, Aida Fernández, Magdalena Bocaz, Magdalena Prieto, Miguel Lizárraga y la jefa del plan, Silvia Cereceda, con su coordinadora, Patricia Standen.

Este curso realmente extraordinario, hecho en la Universidad Técnica del Estado, finalizará el 16 de diciembre y quienes tengan las notas exigidas y una buena asistencia serán diplomadas. Así, la socia de CEMA, demostrando todo su corazón de chilena y su adhesión a los postulados de la Institución, habrá dado otro paso en el camino de la superación y la capacitación. La planificación estuvo a cargo de la Vicerrectoría de Extensión y Comunicación Social, mientras la parte docente fue responsabilidad del Área Tecnológica de la Facultad de Estudios Generales.

Como su vecina, usted también podrá capacitarse en la medida que se acerque a su CEMA.

¿Le ha preguntado alguna vez a su vecina a qué sale tan apurada todos los días antes de las cinco y media y por qué esa cara de entusiasmo, esa alegría? Quizá ella es una de las 35 socias de CEMA y sus hijas, que han visto hecho realidad un sueño y han respondido a este verdadero regalo con dedicación e interés. En un tiempo más recibirán su diploma como "Auxiliares para el hogar", gracias a la hermosa iniciativa de la Primera Dama y a la colaboración desinteresada de la Universidad Técnica del Estado. Este organismo tan importante ha permitido, a través de sus profesores, preparar en trescientas horas de clases a verdaderas expertas en el arte de administrar un hogar, con los mejores conocimientos que ustedes se puedan imaginar, en todas las materias, desde el presupuesto hasta los cuidados de los pañales.

tesores se han visto realmente sorprendidos por el interés y la dedicación de sus alumnas. "Para nosotros —nos contó la realizadora del plan, señora Silvia Cereceda— es una gran experiencia: aquí podemos volcar todo nuestro espíritu de docentes y nuestro amor por enseñar."

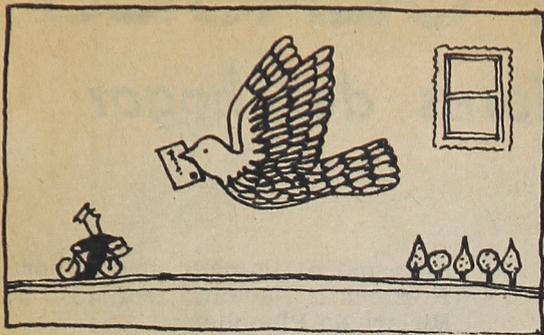
Puntualmente a las cinco y media de la tarde, hasta la ex Escuela Abelardo Núñez llegan las alumnas y los profesores, que tras todo un día de trabajo acuden con en-



UNA GRAN LECCION

Para todas las asistentes el curso ha sido una gran lección y algunas, no obstante ser ya abuelitas, han confesado: "Yo creía saber llevar mi casa, pero ahora me doy cuenta de mi ignorancia. Estoy recién aprendiendo a hacer las cosas bien".

Pero el entusiasmo no sólo corre por cuenta de las socias, los pro-



correo

La experiencia de las lectoras

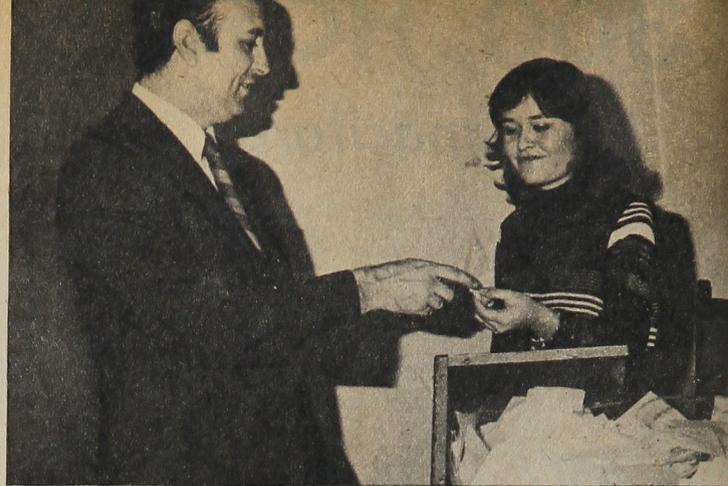
Las cartas que ustedes nos escriban serán muy bien recibidas.

Los Centros de Madres pueden enviar sus noticias y fotos a la dirección de la revista.

Escriban indicando qué temas prefieren: noticias, bordados, tejidos, cocina, consejos para el hogar, otras lecturas, cursos varios, entretenimientos, para ofrecerles en nuestro próximo número.

Todas las sugerencias que ustedes manden serán un valioso aporte, así podremos entregarles temas de vuestro interés y lograr que este nuevo medio de comunicación sea el lazo de permanente unión de todos los Centros de Madres. No estamos solas, sino todas juntas.

el



1.— En los instantes que el notario, Sr. Camilo Valenzuela, da lectura al número premiado con un automóvil Volkswagen.

RIFA

Resultados de la rifa a beneficio de las Obras Sociales de la Fundación Graciela Letelier de Ibáñez Cema-Chile.

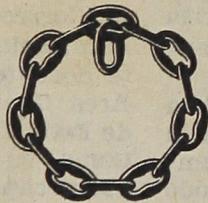
15 de septiembre de 1977

1.º Premio.— Auto Volkswagen, N.º 54246, Jorge Jaramillo. Santiago.

2.º Premio.— Motocicleta Honda, N.º 8354, Regimiento Rancagua, 4.º Batallón. Arica.

3.º Premio.— Pulsera de oro, N.º 19720, Aída Trinidad Fernández. Iquique.

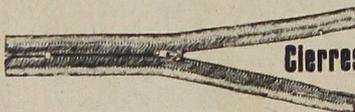
4.º Premio.— Juego de Pong, N.º 48108, Clara Aguilera. Santiago.



Cadena

Cía. Ind. Hilos Cadena S.A.

Tradicional calidad en hilos y sus nuevos productos:



Cierres Cadena



LANAS
cisne

felicitan sinceramente a

CEMA - CHILE

por la iniciación de las publicaciones de su propia revista, y le desean éxito y prosperidad,

mademsa

**Siempre
que Ud. escuche
hablar de la última
palabra en cocinas,
la palabra es
mademsa**

mademsa
para la gente de hoy que sabe vivir

con garantía y Servicio Técnico  en todo Chile.





- Nuevo envase
- Nueva fórmula
- Nuevo sabor...
más rico, más suave

Nuevo Fortesán más rico en proteínas, vitaminas... y sabor.

pruébelo!