

**+ CONSEJOS
PRACTICOS**

PIEL SIN MANCHAS

En verano, las manchas aparecen en la piel debido a la exposición al sol. Para desvanecerlas, hervir una yuca y hacer un puré. Luego, aplicar en el rostro.



CONTRA LA ACIDEZ

Para aliviar el ardor, colocar una cucharada de bicarbonato en un vaso de agua. Tomar la mezcla una vez al día. No apto para personas con hipertensión.



PUNTAS ABIERTAS

Para lucir un cabello sano y brillante, mezclar la yema de huevo con miel y aceite de oliva. Luego, aplicar en las puntas y dejar actuar durante media hora.



Elegir. Los que tienen agua.

Relaciones placenteras y sin dolor

EL USO DE LUBRICANTES AUMENTA NIVELES DE PLACER DURANTE EL COITO

La lubricación es un aspecto muy importante en toda relación sexual y si bien es una respuesta fisiológica, existen algunos factores que pueden suprimir dicha respuesta. Ante este problema, el uso de lubricantes es la mejor opción. Un estudio publicado por la Universidad de Indiana reveló que el 70% de las chi-

cas sentían mayor placer y satisfacción al usar lubricantes. No obstante, antes de decidir es importante saber lo siguiente: Los lubricantes hechos a base de agua son los más usados y recomendados porque son menos agresivos con las partes íntimas, sin embargo, se deterioran fácilmente en el agua. Los lubricantes a base de petróleo o

aceite no son compatibles con los condones y los debilitan. Además, causan irritación e infecciones vaginales. Es mejor recurrir a una farmacia para comprar cualquier tipo de producto que entre en contacto con los genitales. Algunos contienen espermicidas, pero no reducen el riesgo de contagio de enfermedades de transmisión sexual.

RIESGOS DE TENER INTIMIDAD EN PLAYAS Y PISCINAS

El sexo durante vacaciones

Problemas en la salud son el principal inconveniente

ADA LUZ VALDIVIA
avaldivia@grupospensa.pe

desenfrenada. Y aunque tener relaciones sobre el arena húmeda o en medio del agua es la fantasía de muchos viajeros, esta aventura no es tan emocionante como muchos piensan ya que conlleva algunos riesgos. Existen varias dificultades que resultan de tener una aventura sobre la arena húmeda. Primero, la arena no es especialmente nociva para el organismo, pero se puede colar por cualquier orificio. Varios estudios han revelado que existen bacterias en al-

el dato
Una pareja italiana tuvo que recibir atención médica después de quedarse pegada mientras mantenían relaciones sexuales en una playa de San Giorgio, Italia.

gunas playas que pueden causar infecciones urinarias. Por otro lado, tener relaciones sexuales en una piscina también presenta algunos peligros. Las parejas deben tener en cuenta que el látex de los preservativos puede perder eficiencia bajo el agua, el flujo de esta evita que el coito sea fluido y aumenta el riesgo de tener infecciones o contagio de enfermedades.



Riesgo. Los condones se rompen o desaparecen en el agua.

Gaspetrol
GRIFEROS(AS)
IMPULSORAS GASCARD
VENDEDORES MARKET
Disponibilidad para trabajar en diferentes turnos de 8 hrs. 5 días a la semana con un día de descanso, contar con vacación de servicio, secundaria completa, experiencia mínima 6 meses en atención al cliente y buen trato. Conocéenos y únete a esta gran familia: www.gaspetrol.com.pe Interesados(as) acercarse con CV para entrevista a nuestras 1433 Gaspetrol en: Av. Brasil entre 16 cruce con Av. Bolívar PUEBLO LIBRE, Jr. Huancá SARA BRESNA (enf. esp. Haza del Niño) ó a: Av. Nicolás Aylón, etc. con Av. La Molina, ATE, TODA LA SEMANA, de 9 a 1 pm. Tels. 994627129 / 998337363, ó enviar CV a seleccion.mrh@gaspetrolperu.com ASUNTO:avento y dñtrito al que postula

DESARROLLO VIAL DE LOS ANDES S.A.C
RUC N° 20537464543

TARIFAS VIGENTES A PARTIR DE LAS 06:00 HORAS DEL DÍA 10 DE ENERO 2015, POR SENTIDO DE DESPLAZAMIENTO

De conformidad con lo dispuesto en el Oficio N° 001-14-GRE-OSITRAN del 05 de enero de 2015 y la Resolución de Consejo Directivo N° 043-2004-CD-OSITRAN y sus modificaciones, publicamos la tarifa de peaje en Nuevos Soles que se aplicará a partir de las 06:00 horas del día 10 de enero de 2015 en las Unidades de Peaje Corcona, Casaraca y Quillua.

UNIDAD DE PEAJE	CATEGORIA	TARIFA
CORCONA, CASARACA Y QUIULLA	Vehículos Ligeros *	S/ 5.30
	Vehículos Pesados - 2 ejes **	S/ 10.60
	Vehículos Pesados - 3 ejes **	S/ 15.90
	Vehículos Pesados - 4 ejes **	S/ 21.20
	Vehículos Pesados - 5 ejes **	S/ 26.50
	Vehículos Pesados - 6 ejes **	S/ 31.80
	Vehículos Pesados - 7 ejes **	S/ 37.10
*Categoría M1, M2 y N1 y los remolques O1 y O2 según D.S. N° 058-2003-MTC		
** Categoría M3, N2 y N3 Y los remolques incluidos O3 y O4 según D.S. N° 058-2003-MTC		

Nota 1: La tarifa considera el redondeo a los diez (10) céntimos de Nuevo Sol según lo establecido en el Contrato de Concesión.
Nota 2: Se deja sin efecto la publicación de la tarifa de peaje realizada el 29 de diciembre de 2014.

Central de Atención de Emergencias (CAE):
Fijo: (01) 7199 911, R.P.C: (01)965401 911 y R.P.M: 9861504 911
Página Web: www.devalandes.com

COOPERATIVA DE AHORRO Y CREDITO INMACULADA CONCEPCION DE SANTA LTDA.
CONVOCATORIA
ELECCIONES GENERALES PARA DELEGADOS AÑO 2015

El Consejo de Administración de la Cooperativa de Ahorro y Crédito Inmaculada Concepción de Santa Ltda. de conformidad con lo dispuesto en el Art. 30 inciso 19 del D.S. N° 074-93-TR (Texto Único Ordenado de la Ley General de Cooperativas), CONVOCA A ELECCIONES GENERALES PARA DELEGADOS 2015, proceso electoral que se llevará a cabo en el Local Institucional de la Cooperativa sito en: Jr. Tacne Mz. 113, Lote 16, Plaza de Armas de Santa, Provincia de Santa, y en todas nuestras oficinas de acuerdo al siguiente cronograma:

Actividades	Fecha
1.- Inscripción de candidatos patrocinados por cinco socios hábiles	Del 02 al 13 de Enero 2015
2.- Depuración de listas	Del 14 al 17 de Enero 2015
3.- Publicación de candidatos hábiles	Del 18 al 20 de Enero 2015
4.- Presentación de factos o impugnaciones	Del 21 al 23 de Enero 2015
5.- Resolución de factos	Del 24 al 27 de Enero 2015
6.- Complementación de lista, sorteo de socios hábiles y orden de candidatos para el voto preferencial	El 28 de Enero 2015
7.- Publicación de candidatos hábiles	Del 28 al 31 de Enero 2015
8.- Presentación de solicitud por escrito de su designación como candidato hábil.	Del 02 al 07 de Febrero 2015
9.- Publicación de lista válida	09 de Febrero 2015
10.- Presentación de impugnaciones por escrito	Del 09 al 16 de Febrero 2015
11.- Copagación obligatoria de candidatos a delegados designado por el comité de educación	El 15 de Febrero 2015
12.- Elecciones generales para la renovación del Tercio de Delegados	22 de Febrero 2015
13.- Entrega de credenciales	Abril del 2015

Los socios entes al Proceso Electoral serán sancionados con una multa de S/ 28.00 y los Delegados, Directivos y Miembros de Mesa con S/ 7.00 (Art. 35 y 95 de Reglamento General de Decolones).
Santa, Enero de 2015

TITO GERMAN HURTADO FUJIZ
PRESIDENTE
CONSEJO DE ADMINISTRACION

PLUTARCO ELIAS VELAZCO TORRES
SECRETARIO
CONSEJO DE ADMINISTRACION