



MUTUALIDAD
DEL EJÉRCITO Y AVIACIÓN

Número 1 / Año 1 / Septiembre 2013

MUTUALIDAD
Solidaria

UNIDOS **por la** **VOCACIÓN** de
SERVICIO

NUEVO Círculo de
BENEFICIOS

COMUNIDAD 06

Beneficios sociales Mutualidad

TESTIMONIO 07

Beneficio económico 75 años

DESTACADO 08

Entrevista Presidente Corporación

| www.mutualidad.cl

En el **MES** de la **PATRIA** los **invitamos a conocer** **SU NUEVO**

Círculo de Beneficios



...Porque para nosotros es importante ayudar

✓ **Becas de estudio**

✓ **Beneficios para personal activo y en retiro**

✓ **Préstamos convenientes**

✓ **Descuentos en Educación***



Ingrese a www.mutualidad.cl y entérese de los nuevos beneficios y descuentos que la Mutuality tiene para usted y su familia. ¡Aprovécheles! / *Próximamente.





MUTUALIDAD
DEL EJÉRCITO Y AVIACIÓN

Comunidad
04-05
Lanzamiento
del Círculo de
Beneficios

Comunidad
06
Beneficios

Testimonio
07
Beneficio
75 años

Destacado
08-09

Entrevista
Presidente
Corporación

Sabías que
10-11

Nuevos
Beneficiarios
Cambios en
el SISAE

Vida Sana
12-13

Deporte
Alimentación
Saludable

Sociales
14

Ganadora
Concurso
(nombre revista)
Evento de
Lanzamiento

Palabras del Gerente General

MUTUALIDAD + *Solidaria*

Septiembre es un mes especial para nosotros los chilenos, nos trae la primavera, alegría y en general muchos sentimientos positivos. La naturaleza hace su trabajo y brotan árboles y flores.

Este mes, también efecto de un trabajo intenso producto de la materialización de la planificación estratégica de la Mutuality del Ejército y Aviación, que busca su desarrollo integral, varios brotes están viendo la luz. En esta ocasión me referiré al círculo de beneficios de la Mutuality del Ejército y Aviación y a la Revista Mutuality Solidaria.

El círculo de beneficios nace de nuestros mandatos legales, así el primero es proporcionar aseguramiento de vida al personal Activo y en Retiro del Ejército y la Fuerza Aérea. El segundo no menos importante "materializar acciones a favor de los asegurados", esto último se cumple a través de préstamos a tasas muy competitivas y beneficios sociales a título gratuito para nuestros asegurados. Con el propósito de llegar a un número mucho mayor de asegurados y en forma permanente, se creó la red de convenios, que permitirá favorecerlos con un programa de beneficios y actividades que se irán realizando mes a mes. Esta red tendrá cobertura nacional y se enfocará como apoyo al presupuesto familiar considerando las particularidades de nuestros asegurados.

La revista Mutuality Solidaria con versión impresa y electrónica estará orientada a mejorar la visibilidad y comunicación de nuestros productos y beneficios, para que nuestros asegurados nos conozcan mejor y se mantengan constantemente informados. Su carácter trimestral nos permitirá además entregar información actualizada e ir comentando todas las novedades de la Corporación.

Tanto el círculo de beneficios, como la revista Mutuality Solidaria, serán los nuevos canales con los cuales seguiremos fortaleciendo el vínculo emocional entre nuestros asegurados y su mutuality.

GBA. Rodolfo Neira Neira, Gerente General.



Comité Editorial: GBA. Rodolfo Neira Neira, Gerente General, GDD Jorge Lazo Pozzi, Gerente de Administración y Finanzas, CRL. Enrique Queirolo Bustamante, Gerente de Seguros, Juan Pablo Navarro, Gerente Comercial, Alejandro Matamala Aguayo, Gerente de Tecnología, Víctor Gálvez Gallegos, Fiscal, Víctor Salinas Rubio, Jefe Departamento Atención Remota y Marketing.

Editora de Contenidos: Pamela Arancibia.

Dirección de Arte: Rodrigo Garrido.

Fotografía: Omar Van de Wingard.

Gestión Comercial: Benefis.

www.benefis.cl



Lanzamiento del CÍRCULO DE BENEFICIOS

En su constante esfuerzo por crecer y estar más próximos a sus asegurados, la Mutualidad del Ejército y Aviación, en conjunto con la empresa Benefis, tienen el agrado de invitarlos a ser parte del nuevo programa social, Círculo de Beneficios.

Este programa busca ayudar al presupuesto familiar a través de la entrega de descuentos tangibles en aquellas áreas donde el gasto se incrementa mes a mes, como por ejemplo: salud, farmacias, alimentación, calefacción, entre otros.

El objetivo es que todos los asegurados, ya sean activos o en retiro, tengan la posibilidad de acceder de manera igualitaria a los beneficios sociales de la Mutualidad, como a los descuentos propios del círculo que están ligados al quehacer diario y planificación mensual de las familias.

El compromiso del Círculo de Beneficios está en buscar las mejores alianzas y convenios de descuentos que permitan mejorar la credibilidad y confianza que mantienen los asegurados con la Mutualidad del Ejército y Aviación.

Para dar a conocer y difundir esta nueva plataforma se realizó un desayuno de lanzamiento donde asistieron miembros de la Mutualidad en sus cargos directivos, jefaturas y gerenciales, además de asegurados activos del Ejército y de la Fuerza Aérea, más los ejecutivos de la empresa Benefis.

Con el fin de generar cercanía y explicar las fortalezas y virtudes de este círculo el GBA. Rodolfo Neira Neira, Gerente General de la Mutualidad, mencionó en su discurso de lanzamiento que "la Mutualidad busca ser cada día más solidaria, por ello dentro de su plan estratégico hemos incluido la revista "Mutualidad Solidaria" y el Círculo de de Beneficios.

De esta manera pretendemos mejorar el canal de comunicación con nuestros asegurados, lograr más accesibilidad a nuestros productos, generar un mayor vínculo entre la institución y los asegurados. En conclusión, queremos que se cumpla nuestro cometido y se dé a conocer que nuestro espíritu está basado en la solidaridad".



Porque entendemos que puede resultar difícil hacer rendir el presupuesto familiar para llegar a fin de mes, queremos que cada uno de ustedes, asegurados activos y en retiro, sean parte del Círculo de Beneficios.

Para conocer los descuentos, convenios, marcas y empresas asociadas los invitamos a visitar nuestra página web www.mutualidad.cl

Los esperamos para ser parte de nuestra gran comunidad.





CONFIARON EN NOSOTROS



Sólo presentando su **cédula de identidad** en cualquier local a lo largo de Chile, acceda desde **5% de descuento** hasta **30% de descuento**.

* Descuento no acumulable con otros descuentos o promociones*.



Sólo presentando su **cédula de identidad** en todos sus camiones distribuidores, acceda a los siguientes descuentos: **Cilindro 5 KG \$700 / Cilindro 11 y 15 KG \$1.200 / Cilindro 55 KG \$2.500**.

* Descuento no acumulable con otros descuentos o promociones. Descuento válido por la compra de máximo un cilindro al mes por asegurado*.



Sólo presentando su **cédula de identidad** en cualquiera de sus sucursales a lo largo de Chile, acceda a los siguientes descuentos: **10% de descuento en sección Hogar - Juguetería y Librería y un 5% en Cosméticos**.

* Descuento no acumulable con otros descuentos o promociones*.



Sólo presentando su **identificación institucional (TIM o TIFA) más su cédula de identidad** en cualquiera de sus tiendas y en despacho a regiones, acceda a los siguientes descuentos:

20% de descuento en toda la tienda y en despacho a regiones.

* Descuento no acumulable con otros descuentos o promociones*.
* Costos de despacho serán cargo del comprador*.



Ruy Barbosa .cl

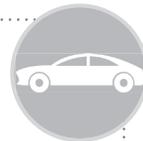
AutoSport rpm

Sólo presentando su **identificación institucional (TIM o TIFA) más su cédula de identidad** en cualquiera de sus tiendas y en despacho a regiones, acceda a los siguientes descuentos:

8% de descuento en motos + un casco de regalo. (Para compras en regiones, se deberá solicitar los descuentos y su cotización a los siguientes números; 56-2 26232321 ó al siguiente mail: pmartinez@ruybarbosa.cl (Pablo Martínez) - ventas@ruybarbosa.cl (Eduardo Jara).

6,5% de descuento en cualquier auto Honda, comprado en AutoSport. (Para compras en regiones, se deberá solicitar los descuentos y su cotización a los siguientes números; 56-2 29541000 ó al siguiente mail: nzamorano@rpm.cl (Nicolás Zamorano) - ventas@ruybarbosa.cl (Eduardo Jara).

*Descuento no acumulable con otros descuentos o promociones. Para hacer efectivo el descuento, deberá solicitarlo a los números y correos indicados (Santiago y Regiones).





MUTUALIDAD
DEL EJÉRCITO Y FUERZA AEREA

MUTUALIDAD

Porque pensamos en usted y su familia

Beneficios Sociales

para personal en **servicio activo**

1 Ayuda mortuoria por fallecimiento de hijos carga familiar al duplo y mortinatos (hijos nacidos muertos).

2 Ayuda por pérdida de enseres en incendio por siniestro ocurrido en su casa habitación, y que dichos bienes sean de su propiedad y no se encuentren asegurados.

3 Beneficio en caso de muerte de asegurado en guerra por fallecimiento del asegurado en guerra interna, o externa en que Chile sea parte, o en estado de crisis de guerra.

4 Bonificación por heroísmo por fallecimiento del asegurado a consecuencia de una acción heroica acreditada por la respectiva institución.

5 Devolución de la matrícula para los Soldados Conscriptos aceptados como alumnos en las escuelas matrices del Ejército y Fuerza Aérea de Chile.

6 Beca de estudio para hijos (hasta los 24 años de edad) del personal fallecido en acto de servicio y Soldados Conscriptos accidentados en acto de servicio con 2/3 de inutilidad de trabajo.

Beneficios Sociales

para personal en **condición de retiro**

1 Ayuda mortuoria por fallecimiento de cónyuge, hijos carga familiar hasta los 24 años de edad si se encuentran estudiando y cargas al duplo sin tope de edad.

2 Ayuda por pérdida de enseres en incendio por siniestro ocurrido en su casa habitación, y que dichos bienes sean de su propiedad y no se encuentren asegurados.

3 Ayuda económica por enfermedad catastrófica que se concede por única vez para atenuar el alto costo que causa una enfermedad catastrófica, sea que le afecte a él, a su cónyuge o a hijos reconocidos como carga familiar.

4 Beneficio económico para los asegurados que tienen 75 años o más que permite optar voluntariamente y por única vez, al pago de un beneficio económico de carácter social, definido en el protocolo de beneficios sociales.



MUTUALIDAD
DEL EJÉRCITO Y AVIACIÓN

Beneficio económico

75 AÑOS: “Lo quiero disfrutar en vida con mi familia”

Jorge Hernández a sus 79 años es casado, tiene 3 hijos y 8 nietos. En el año 1957 ingresa al Ejército para servir al país incondicionalmente hasta 1986, año en que pasa a ser miembro en retiro de la institución.

En la actualidad Don Jorge continúa su vocación de servicio participando activamente en el Círculo de Suboficiales (R) de San Bernardo y en el Batallón de Hierro.

Al preguntarle sobre cuáles son sus prioridades en la vida; nos respondió, muy seguro y emocionado, que lo más importante y fundamental es su familia. Por esta razón decidió pedir el beneficio económico de 75 años o más, que ofrece la Mutualidad del Ejército y Aviación, con el objetivo de disfrutarlo en vida con su familia.

Este beneficio social es exclusivo para asegurados en retiro y permite optar voluntariamente y por única vez, al pago de un beneficio económico de carácter social.

Don Jorge Hernández aclaró y resaltó que este beneficio es de fácil acceso. Él en tan solo 20 minutos tuvo el dinero en sus manos. Además comentó que “la atención es el aspecto a destacar de la Mutualidad, ya que resolvieron todas mis inquietudes y me orientaron a tomar una buena elección, por esto recomiendo a todos los retirados este beneficio”.

“En menos de
20 minutos tuve
el beneficio en
mis manos”

“Pertener al Batallón de Hierro, única unidad tradicional del Ejército, es una de las experiencias más emotivas que he vivido”.

“El acceso a los beneficios debe ser de lo más destacado, ya que no es engorroso y nos sentimos apoyados por nuestra querida institución”.



Jorge Hernández Moyano



MUTUALIDAD
DEL EJÉRCITO Y AVIACIÓN

GDD. Alfredo Ewing Pinochet

“Somos una organización que contribuye a la seguridad social”

Sabemos que la Mutualidad del Ejército y Aviación tiene como objetivo velar por el posicionamiento de la corporación como la mejor alternativa de aseguramiento de vida, de asistencia social y crediticia, tanto para el personal en servicio activo y en retiro, como para sus familias.

Por esto, existe la necesidad de dar a conocer, de manera más cercana, las prioridades, beneficios y proyecciones de esta institución.

En una amena entrevista con su Presidente, GDD. Alfredo Ewing Pinochet, pudimos abordar temas que van desde el origen de la Mutualidad hasta la visión a futuro de ésta, considerando la proximidad del centenario de la corporación.



¿Cuándo y por qué se fundó la Mutualidad?

Se fundó al amparo de lo que era el Club Militar hace casi 100 años. El general de entonces, José María Bari, tuvo la iniciativa de buscar cómo dar un nivel de protección y ayuda a los integrantes del Ejército y posteriormente de la Aviación, ya sea personal activo o en retiro.

De esta manera se dio inicio a la Mutualidad del Ejército y Aviación. Institución con personalidad jurídica, que generó para todos sus socios, seguros de vida y beneficios complementarios de la previsión.

¿Quiénes son parte de la corporación?

Por ley todos quienes trabajen en el Ejército y Fuerza Aérea, en cualquier categoría de contrato, incluso quienes tengan contrato a honorarios.

En definitiva, la obligación está en la ley y la Contraloría General de la República ha ratificado que toda persona miembro de estas dos instituciones, debe tener seguro de vida, independiente de su cargo.

En 1972, se abre la posibilidad de tener un seguro de vida colectivo para el personal que se va a retiro. Esto de manera opcional, pero el 99% decide continuar con este beneficio.

¿Cuáles son los pilares fundamentales o valores que transmite la Mutualidad?

Creo que la traducción práctica es que nosotros estamos en pro de los asegurados. Tenemos una relación transparente con ellos que se traduce en una lealtad con el asegurado.

Nuestro quehacer está orientado hacia ellos. Somos una organización que contribuye a la seguridad social, que busca cómo beneficiar al personal, no sólo en seguros de vida, sino que también con otros productos que pretenden generar alivio a las personas. Por ejemplo, distintos tipos de préstamos, ayuda por enfermedades catastróficas, por fallecimiento, entre otros.

En resumen, **la Mutualidad combina estos dos aspectos: seguros de vida y beneficios sociales.**

¿De qué manera aporta la Mutualidad a sus asegurados en materia de educación?

El gobierno cambió la tasa de interés de los créditos de la educación superior de un 7% al 2%, pero solamente tienen acceso determinados quintiles; aquellos más pobres. Por lo tanto, nuestros funcionarios (sus hijos) no tienen la posibilidad de postular a este crédito, siendo su única opción los préstamos bancarios.

Por esta razón, resolvimos bajar la tasa de interés del préstamo de educación superior complementaria a UF + 2%. La diferencia al crédito estatal es que puede acceder cualquier persona miembro de la Mutualidad.

Consideramos que esta es una forma de aportar y ayudar, de manera concreta, a sus asegurados (activos o retirados).

¿Qué servicios o beneficios podría destacar?

Todo lo relacionado con préstamos hoy contribuye un aporte sustantivo,

Como pilar debemos tener en cuenta el bienestar de nuestros asegurados

ya que tenemos más de 50.000 personas con préstamos. Una de las razones es que tenemos una de las tasas de interés más bajas del mercado.

Un beneficio para destacar es el círculo de beneficios. Esta alternativa que se amplía para todos los miembros de la Mutualidad, fue uno de los ocho grandes programas de acción en el plan estratégico vigente hasta el 2017.

El objetivo es buscar cómo ir más allá en la relación con nuestros asegurados.

¿Cómo visualiza el centenario de la Mutualidad?

Creo que debe ser mucho más próxima a los asegurados, con nuevos productos y servicios para lo cual estamos trabajando.

Queremos tener nuevos productos en el ámbito de los seguros y otros beneficios sociales, pero sobre todo con mucha mayor proximidad.

¿Cómo lograr esta proximidad?

Sin duda, a través de distintos canales de comunicación, básicamente porque nos falta esa relación más permanente con algunos asegurados.

Hay un número importante de ellos que son muy antiguos, que viven en provincia y varios de edad avanzada.

Entonces, la revista del Círculo de Beneficios es un canal que no teníamos y nos permitirá llegar a organizaciones y personas.

Con esto lograremos estar más próximos y cercanos a nuestros asegurados.

Otra visión más estratégica de la corporación es que en el centenario sea una compañía aseguradora con estándares de trabajo, como tiene la industria aseguradora en Chile.

Además daremos énfasis en el plan estratégico que estamos desarrollando, el cual nos va a permitir tener directrices y lineamientos definidos, un soporte tecnológico de primer nivel, una consolidación de todo el sistema de personas y de recursos humanos.

Por lo tanto, lograremos fortalecer a nuestros clientes internos a través de competencias, distribución de cargos y capacitaciones.

De esta manera, buscamos el equilibrio perfecto entre trabajo y realización personal, con el objetivo de trabajar agradados hacia nuestros asegurados. En resumen buscamos o pretendemos:

- Proximidad con nuestros asegurados.
- Mejor organización y soporte tecnológico.
- Cambio de cultura de cara a las personas.

- Ser una organización donde las personas son lo más importante.

Es importante destacar que la familia es un pilar fundamental para la Mutualidad del Ejército y Aviación.

En términos generales, los asegurados, sean activos o retirados tienen como prioridad a su familia, por ello, hemos indagado en sus necesidades de producto para que se vea reflejado en nuestros beneficios.

Un ejemplo de ello es el caso del **beneficio económico de los mayores de 75 años**.

¿Algún aspecto que usted quisiera destacar y/o mencionar a sus asegurados?

Quisiera señalar que somos diferentes a todo tipo de seguros del mercado, que estamos enfocados en dar garantías y demostrar que somos solventes, al amparo y marco de la ley.

Lo fundamental es que estamos trabajando para garantizar a los asegurados dos cosas:

- Primero que todo, que cuando haya que pagar los siniestros, los recursos deben estar si o sí.
- En segundo lugar, que a la hora de hablar de beneficios, buscamos la mejor opción, por ejemplo el préstamo de educación y el incremento de la cuota mortuoria.

“Queremos que cuando se cumpla el centenario, la Mutualidad sea una compañía aseguradora con estándares de trabajo como tiene la industria aseguradora en Chile.”





Nuevos beneficiarios Les damos la bienvenida



Envíenos la foto de su recién nacido y será publicad@ en nuestra próxima edición. ¡FORME PARTE DE ESTA COMUNIDAD!



- *porque eres mi mejor regalo*
- *porque te esperamos con alegría*
- *porque eres lo que siempre soñé*
- *porque te quiero conocer*



Envíenos su foto a Avenida Nueva Providencia 2336 (ex Av. 11 de Septiembre), Providencia, Santiago / Casilla 16665 - Correo 9 Providencia - Santiago.

Ó al mail concurso@circulodebeneficios.cl



Ahora todos los asegurados de la mutualidad tienen un **20% de descuento*** en nuestros productos de **bebeglo y mamalove**



VEN POR TU

20%
DESCUENTO



En nuestras tiendas: Presentando su credencial
Por internet www.babypoint.cl: VPT2PD8AE5BYM45

* El descuento no es válido sobre precios con ofertas



CAMBIOS en el SISAE

Pronto, el Comando de Salud implementará cambios y nuevos beneficios para usted y familia.

Cambios que, con su compromiso y aporte, permitirán mantener la sustentabilidad del Sistema de Salud Institucional y sus instalaciones.



Tras un diagnóstico al Sistema de Salud del Ejército (SISAE), que determinó que existe una situación financiera complicada, sumada a una cultura organizacional de gasto desmedido que acrecienta esa tendencia, el CJE dispuso la aplicación de macromedidas remediales estructurales en los ámbitos de contención del gasto, gestión financiera del COSALE y ordenamiento financiero del HMS.

Se trata de una serie de medidas orientadas a normalizar la situación financiera del SISAE, disminuir las latencias en los Hospitales Militares, Centros Clínicos y Médicos, optimizar el funcionamiento del primer nivel de salud e incorporar nuevas prestaciones mediante fondos complementarios voluntarios, entre otros importantes aspectos, que se han visto afectados por el excesivo uso del sistema durante décadas.

Entre las medidas que repercutirán directamente en los beneficiarios, destaca un incremento al aporte que realizan quienes están adscritos a los Fondos Solidarios, de \$3.500 para el titular activo y \$2.500 para sus cargas familiares, y \$3.500 para el grupo familiar del personal en condición de retiro.

Esto permitirá financiar coberturas como consultas libre elección de especialidades críticas, cirugía láser, implante dental, descuento adicional de medicamentos ambulatorios (20% adicional), pago de la deuda de salud a personal en trámite de baja sin pensión, aumento tope Fondos Solidarios, desgravamen para cargas de activo,

implementación del servicio telefónico de asistencia médica y exámenes de fertilidad. Además, se fijará un arancel Ejército conforme a la disponibilidad de ingresos del Fondo Principal de Salud (FODEMECU), y una estructura arancelaria que establecerá el costo real de las atenciones en las Instalaciones de Salud. La diferencia entre ambos valores será con cargo a los beneficiarios del SISAE.

Próximamente, todos los beneficiarios titulares del SISAE deberán aceptar las nuevas prestaciones del FOSAFE, o en su defecto retirarse de él, a través de un formulario que será entregado en la unidad a la que pertenecen.

En el caso del personal en condición de retiro, para realizar este trámite deberán acercarse a las diferentes instalaciones de salud institucionales a lo largo del país o bien acercarse a las oficinas de la JEAFOALE (Alameda 1449 Torre 3 1er. Piso) y finalmente descargando el formulario desde el portal web www.cosale.cl, escanearlo, completar los antecedentes y posteriormente remitirlo mediante correo electrónico a incorp.fondoscomplementarios@cosale.cl

No formar parte de estos fondos implicaría quedar fuera de las actuales y nuevas prestaciones consideradas, además, de no recibir bonificaciones en aquellos casos que el pago por diferencia arancelaría sea mayor.

Para mayor información visite el sitio web: www.cosale.cl



Deporte: vínculo entre padres e hijos

La bicicleta es el método de transporte más económico y eficiente para moverse en la agitada ciudad. Además es una excelente oportunidad para realizar actividad física en un entorno donde el dinero escasea y el tiempo definitivamente no nos sobra.

Los fines de semana, feriados, vacaciones o tiempo libre se puede aprovechar para practicar deporte en familia; de esta manera los padres podrán crear hábitos saludables en los niños, incentivarles conciencia ecológica y fomentar la comunicación familiar. En definitiva el deporte en familia aporta un gran beneficio a la educación de los hijos.

Las actividades deportivas pueden ir desde jugar en un parque, correr por la playa, hacer excursiones en bicicleta, trotar, hasta practicar una especialidad como fútbol, tenis, entre otros.

...porque hace bien

Se generan vínculos que pueden mantenerse hasta la adultez.

Al compartir una actividad física en familia, todos salen beneficiados. Los padres pueden liberar el estrés del trabajo, además de mantenerse en forma; y los niños, mantienen la mente sana, estimulan su desarrollo físico y reciben afecto, confort y seguridad.

Practicar deporte en conjunto genera una asociación positiva con la figura parental, actúa como un refuerzo positivo. Si bien, implica por parte del hij@ un sacrificio en función de las actividades "normales", obtiene mucho más recompensa al ejercitarse junto a sus padres.



Conozca los beneficios de andar en bicicleta

- Incrementa el gasto calórico, logrando combatir los problemas de sobrepeso y obesidad (67% de la población en Chile tiene algún grado de exceso de peso).
- Es un medio de transporte económico, que sólo requiere de una pequeña inversión inicial. Además, es una excelente oportunidad para realizar actividad física.
- Es un medio de transporte ecológico, ya que no congestiona ni contamina la ciudad; ocupa sólo una pequeña proporción del espacio urbano y no genera ruido.
- Es un excelente ejercicio cardiovascular, con lo que disminuye los riesgos de sufrir un infarto (en un 50%) y reduce los factores de riesgo de la hipertensión arterial (que afecta al 27% de la población) y diabetes (que afectan a un 10% de la población).
- Reduce el colesterol malo LDL, importante si se considera que casi el 40% de la población chilena tiene el colesterol total elevado.
- El cerebro se oxigena más y permite pensar con más facilidad, mejorando el rendimiento laboral y escolar.
- Con el ejercicio se liberan endorfinas que ayudan a combatir el mal humor y aliviar la depresión, mejorando la calidad de vida de las personas y convirtiendo la ciudad en un espacio más amable.

...porque hace bien

Andar en bicicleta puede tener mejores resultados de los imaginados, ya que es "un ejercicio aeróbico de primer orden, económico, divertido e ideal para compartir con amigos o en familia".

Desplazarse en bici puede tener grandes beneficios tanto para el cuerpo, como para el medio ambiente.

Se ha comprobado que quienes andan en bicicleta sufren menos enfermedades psicológicas y depresiones, de esta forma mejoran su estado anímico y emocional.

Vitaminas esenciales

Es cierto que con la presión laboral, la casa y el cuidado de los hijos nos olvidamos de alimentarnos de manera saludable y dejamos de consumir aquellos nutrientes esenciales, como son las vitaminas.

Conozca los beneficios de las vitaminas:

Vitamina A: Aporta a la formación de los huesos y dientes, además de contribuir al buen funcionamiento de la vista, ya que genera los pigmentos necesarios para el buen funcionamiento de la retina. También es un excelente antioxidante y ayuda al buen funcionamiento de las vías respiratorias, los intestinos y las vías urinarias.

Vitamina B: Mantiene en buenas condiciones el sistema nervioso, fortalece el sistema inmunológico, interviene en el crecimiento y la división celular, cuida la salud del corazón, entre otros.

Vitamina C: Es una buena aliada para la absorción del hierro. También nos ayuda a la cicatrización de las heridas y es un excelente antioxidante.

Vitamina D: Esta vitamina es la encargada de la fortaleza de los huesos a través de favorecer la absorción y fijación del calcio.

Vitamina E: Cumple un rol fundamental en el mantenimiento del sistema inmune, mejora la función cardiovascular, protege las paredes de los vasos sanguíneos y estimula la formación de glóbulos rojos, siendo un muy buen tratamiento en contra de la anemia.

Vitamina H: Es fundamental para el metabolismo de carbohidratos, grasas y aminoácidos y favorece la salud de los huesos, además de recomendarse para reforzar el cabello y las uñas y tener una piel saludable.



Comida Saludable

...porque nos hacen bien

Además de encontrar estas vitaminas y minerales de forma natural en los alimentos, también se pueden consumir en forma de suplementos.

Existen productos de dieta, que cuentan con un suplemento de vitaminas y minerales que contienen antioxidantes que ayudan en la prevención del envejecimiento y minimizan los riesgos de problemas cardiovasculares.

Cada cápsula contiene: vitamina A, C, D, E, B1, B2, B6, B12, ácido fólico, biotina, ácido pantoténico, hierro, zinc y yodo.

Una buena nutrición y el consumo de vitaminas y minerales, forman parte del cuidado integral del organismo. Contribuir a su buen funcionamiento a través del consumo de suplementos es una opción que permite evitar las consecuencias que pueden surgir por la falta de ellos.

Ya eres parte de los beneficios exclusivos que PreUnic tiene para ti.

Para acceder a este beneficio presenta tu Cédula de Identidad en cualquier tienda PreUnic a lo largo del País.

Maquillaje

5% Dcto.

Juguetería

10% Dcto.

Hogar

10% Dcto.

Librería

10% Dcto.



Esta revista necesitaba un nombre

Entre todos los funcionarios de la Mutuality se realizó un concurso para colocarle nombre a esta revista y la ganadora fue Liza Miranda Scott, Asistente de Actuario del Departamento Técnico.

Conversamos con ella y le preguntamos por qué eligió el nombre de "Mutualidad Solidaria":

"Esta mutualidad siempre es solidaria con sus asegurados. La solidaridad es el objetivo emocional de la empresa y es lo que la caracteriza en todos sus ámbitos. La Gerencia General siempre trata de ser empática con todos los asegurados".



Suboficial Mayor, José Eduardo Barrows, Suboficial Mayor (R), Jorge Hernandez Moyano, y Sargento 2°, Enrique Lira Gonzalez.



Suboficial Mayor (R), Jorge Hernandez Moyano, Sra. Elizabeth Bittar, Pensionada y Coronel (R), Rodolfo Depix Diaz.



Suboficial Mayor (R), Jorge Hernandez Moyano, Suboficial Mayor, José Eduardo Barrows, Sargento 2°, Enrique Lira Gonzalez, Coronel (R), Rodolfo Depix Díaz, Funcionaria Mutualidad: Srta. Catalina Contreras y Sra. Elizabeth Bittar, Pensionada.



Sargento 2°, Luis Collante, Cabo 1°, Roberto Fuentes, Cabo 1°, Steve Balladares y Cabo Juan Malhue Bueno.

YA ERES PARTE DE LOS BENEFICIOS EXCLUSIVOS QUE SALCOBRAND TIENE PARA TI.



Disfruta de todos nuestros beneficios y descuentos en salud, belleza y bienestar.

30% Medicamentos Genéricos	12% Medicamentos de Marca	20% Medicamentos Medipharm	20% Recetario Magistral	15% Productos Vitamin Life	10% Cremas y Cosméticos CLUNY	5% Belleza, Perfumería y Cuidado Personal
--------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------------------	-----------------------------------	--------------------------------------	---	---

Accede a todos los beneficios sólo presentando la Cédula de Identidad.

Desde hoy,
la Fuerza Aérea y el Ejército de Chile cuentan con hasta 2 descuentos mensuales para disfrutar del mejor calor.



Cilindro	Descuento	Más fácil imposible
5 KG 11 Y 15 KG 45 KG	\$700 \$1.200 \$2.500	<ul style="list-style-type: none"> • Indique su rut al momento de comprar. • El vendedor lo ingresa. • ¡Aproveche su descuento!



HAGA SUS PEDIDOS AL **600 600 6200**

Descuento válido para funcionarios activos y en retiro.



DESCUENTO de 8%

en cualquier moto Honda comprada en Ruy Barbosa SpA.
Seminario 502, Providencia. Fono: 2 623 2321

M
O
T
O
S

DESCUENTO de 6,5%

en cualquier auto Honda comprado en Autosport.
Avenida las Condes N° 11120 frente a Homecenter.
Teléfono 2 954 1000. Contacto: Nicolás Zamorano
Mail:nzamorano@rpmas.cl

A
U
T
O
S

* Para hacer efectivo el descuento, debe solicitar una cotización a los números indicados.
* Sujeto a disponibilidad, no se suman los descuentos o bonos.

La Mutualidad premia a sus asegurados....

5 Camisetas de la Selección Chilena



1 Bicicleta Mountain Bike Lahsen

* Imagen referencial

10 Balones de Fútbol del Campeonato Nacional



* Imagen referencial



10 Mochilas Saxoline Xtreme

* Imagen referencial



* Imagen referencial

15 Gift Card de \$15.000 para compras en supermercados

Ingrese a www.mutualidad.cl y luego al Círculo de Beneficios e inscribáse y participe en el sorteo de maravillosos premios.

Sorteo: 30 de Octubre. Inscribáse hasta el 29 de Octubre.

* Imágenes referenciales *

Más información en www.mutualidad.cl

