

VEA TAMBIÉN:	PÁG 2:	PÁG 3:	PÁG 5:
	PREMIO A LA GESTIÓN TURÍSTICA	'TURA SIN BASURA', UN TRUEQUE POR EL AMBIENTE	UN CLIC MAJESTUOSO



TÓCATE Y CUÍDATE

La Gobernación del Valle del Cauca se une al Día Internacional de la Lucha Contra el Cáncer de Mama, que cada 19 de octubre busca sensibilizar y concientizar a la comunidad sobre la importancia del autoexamen y los controles médicos para detectar a tiempo cualquier signo o anomalía de esta enfermedad.

María Cristina Lesmes, secretaria de Salud del Valle, aseguró que "octubre se lo dedicamos a la prevención del cáncer de mama, una causa muy importante de

muerte de nuestras mujeres; cada día, en el Valle del Cauca, se diagnostican tres mujeres con esta patología. Es parte del amor a nosotras mismas el cuidado permanente, el tocarnos, el tratar de identificar modificaciones en nuestros senos y la consulta temprana".

La detección precoz de esta enfermedad incrementa las posibilidades de curación hasta en un 100%.

Signos y síntomas del Cáncer de Mama



- Secreción del pezón
- Inflamación en parte del seno
- Bulto en el seno
- Hendidura en la piel
- Inflamación de todo el seno
- Bulto en la axila
- Pezón hacia dentro
- Dolor de pecho o pezón

¿Cómo detectar el Cáncer De Mama en los hombres?



- Autoexamen
- Examen físico y antecedentes
- Resonancia magnética
- Biopsia
- Examen clínico de la mama
- Ecografía
- Estudios bioquímicos de la sangre

EN EL PALACIO DE SAN FRANCISCO

El equipo de Seguridad y Salud realizará tamizajes gratuitos en el consultorio médico, ubicado en el semisótano del Palacio de San Francisco.

Además, realizarán capacitaciones piso por piso, promoviendo el autocuidado y la concientización respecto a esta enfermedad. Por su parte, Comfenalco brindará toma de mamografías a las funcionarias mayores de 50 años.

AUTOEXAMEN DE MAMA

1. Coloca una mano detrás del cuello, y con la otra dibuja círculos en tus mamas; observa si hay protuberancias, masas o retracción del pezón.
2. Presiona el pezón identificando si presenta secreción.
3. Frente al espejo, observa si hay cambios de color o apariencia de la piel de las mamas.

CADA AÑO, A PARTIR DE LOS 40 AÑOS, TODAS LAS MUJERES TIENEN DERECHO A UNA VALORACIÓN CLÍNICA DE MAMA. ADEMÁS, CADA DOS AÑOS, LAS PERSONAS ENTRE 50 Y 69 AÑOS TIENEN DERECHO A UNA MAMOGRAFÍA.

PREMIO A LA GESTIÓN TURÍSTICA

La gobernadora del Valle del Cauca, Clara Luz Roldán, fue galardonada con el Premio Nacional Colibrí a la Gestión Turística como la 'Mejor Gobernadora de Colombia por su inversión para fomentar el turismo en los municipios'.

Al recibir el premio otorgado por la Agenda Turística Corporación Colombiana, la mandataria agradeció el "reconocimiento al trabajo que realizamos desde el gobierno para transformar los territorios y crear las

mejores condiciones en los municipios y jalonar las economías locales".

"Decidimos otorgar este premio a la gobernadora Clara Luz Roldán como la mejor del país, dada la alta inversión en los municipios para impulsar el turismo. Obras como 'Parques para la Gente' que viene adelantando en 13 municipios, nos motiva a hacerle este reconocimiento al igual al sin número de programas que se adelantan desde la Secretaría de Turismo del Valle del Cauca en beneficio de este sector", dijo Samuel Palacios, director de la Agenda Turística Corporación Colombiana.



Al recibir este reconocimiento la mandataria recordó que el Valle es el único departamento con cuatro 'Pueblos Mágicos': Roldanillo, Ginebra, Calima y Sevilla, "donde seguimos con intervenciones para que cada día más sean esos destinos imperdibles, y también hemos fortalecido las competencias de los operadores turísticos. Un trabajo que hoy nos arroja grandes resultados con más de 6 millones de turistas en 2022, y que este año esperamos superar con 7 millones de turistas".

CÓDIGO DISCIPLINARIO

Con la meta de llegar a mil servidores públicos, la Oficina para la Transparencia de la Gestión Pública adelanta un plan de formación sobre el Código General Disciplinario, que busca prevenir conductas disciplinables.

Camilo Correa Ceballos, jefe de la Oficina de Transparencia, precisó que hasta ahora la normatividad ha sido socializada con 510

funcionarios, con lo que se atiende uno de los pilares de la entidad encaminado a orientar, formular y ejecutar estrategias de sensibilización y divulgación de la Ley disciplinaria y temas relacionados con la nueva Ley Disciplinaria.

Hizo especial énfasis en el propósito de la socialización, que es prevenir la ocurrencia de faltas disciplinarias, al tiempo que se aprovecha el espacio para despejar las inquietudes de los asistentes.

MEJORANDO LA ATENCIÓN EN EL TRÁMITE DE PASAPORTES

El equipo del Centro de Orientación y Atención al Ciudadano de la Gobernación del Valle del Cauca recibió una capacitación especializada para fortalecer la atención al ciudadano en el trámite de pasaportes, uno de los servicios con mayor demanda en la entidad.

Carlos Alberto Quintana, subsecretario de Asuntos Delegados de la Nación, dijo que "es fundamental que los servidores públicos estén plenamente informados sobre el proceso de trámite de pasaporte, para que puedan brindar orientación precisa a los ciudadanos. Esto, a su vez, contribuirá a reducir las peticiones, quejas y reclamos que llegan a la entidad".

Proceso de pago, programación de citas e información para la expedición de pasaportes para personas no binarias, hacen parte de la capacitación.

De esta manera, el gobierno de Clara Luz Roldán ratifica su compromiso de brindar servicios de calidad y facilitar trámites a los ciudadanos. El objetivo es proporcionar atención óptima para la ciudadanía.



'TURA SIN BASURA', UN TRUEQUE POR EL AMBIENTE

Disfrutar las paradisíacas playas en Buenaventura, no solo tiene recompensa para el alma y el espíritu. Los visitantes que le apuesten a las buenas acciones por el ambiente, podrán participar del trueque por regalos de la campaña 'Tura sin basura', que lidera el Inciva.

A través de esta campaña los turistas que recolecten los residuos sólidos reciclables y los lleven hasta el stand ubicado en el muelle turístico, recibirán los detalles. Un frisbee por cinco artículos, un termo por 10, una bolsa reutilizable por 15 elementos y una gorra por 20.

"Con nuestros Gestores Ambientales estamos promoviendo acciones de educación ambiental que se traducen en playas y costas limpias. Se trata de cuidar nuestros ecosistemas marinos y activar el turismo responsable en la región, así como proteger la vida en todas sus formas", explicó Emily Vélez, directora del Inciva.



'UN TOQUE DE LOCURA'

Por: Carlos Alberto Moya

Erich Fromm señaló "la mayoría de los seres humanos mueren sin haber vivido". Y es cierto, le tenemos tanto miedo a la locura, que nos entregamos plenos al yugo silencioso de la razón.

Por ello, como un remedio vital a la existencia... un poco de poesía de mi amigo JAKIM.

Sublime locura, estado normal de los sabios, epítome de los genios, fruto sagrado de los dioses.

Locura eres mi espejo, reflejas mi mundo tal cual es, locos los incrédulos descreídos creen que eres extraña al hombre.

Verdad y fantasía es la locura, fantasía para los ignorantes y cruda verdad para percibir la vida, locura cuanto deseo que me visites para que la inspiración me libere de la aburrida realidad que mata, te percibo cercana y te escondes... tras lo sencillo y lo verdaderamente humano, exquisito es tu elixir cuando te bebo y te derramas toda en mí.

Tú, locura me has liberado de todo cuanto me circunda, cómo abandonar a quien vive en lo eterno y verdadero, dulce locura, amada compañera, tienes los atributos que envidia la insana inteligencia del hombre, eres buscada y no hallada por el hombre, te escondes a los que te buscan por humana curiosidad, sacerdotisa de los abandonados sagrada locura, ilumíname, sáname y protégeme de la esquizofrenia de la verdadera locura, LA RAZÓN.

EXCELENTE VIDA y ABRAZO TOTALv

PREPARÁNDOSE PARA CONTROLES DE FIN DE AÑO

Para atender la temporada de fin de año, la Unidad Ejecutora de Saneamiento del Valle del Cauca, UESVALLE, en articulación con la Industria de Licores del Valle, adelanta la capacitación del personal en las técnicas adecuadas para realizar los operativos de control en expendios de licores.

Se trata de que el personal conozca los sistemas de seguridad con los que cuentan los productos de la Industria de Licores del Valle para que puedan diferenciar un producto falso de uno original en las visitas de inspección, vigilancia y control.

Los operativos de control se llevarán a cabo en expendios, estancos, bares y supermercados en 33 municipios de categorías 4, 5 y 6 del departamento, con el fin de minimizar los riesgos asociados al consumo de licor y proteger la salud pública de los vallecaucanos.



VENÍ TE CUENTO



GOBERNADORA RECIBIÓ MEDALLA MILITAR

A bordo del Buque ARC Valle del Cauca, en la Base Naval de Bahía Málaga, la gobernadora Clara Luz Roldán González recibió la medalla Militar 'Servicios distinguidos a la Armada Nacional', por su aporte meritorio en beneficio del desarrollo de esta institución que vela por la defensa de los colombianos.

390 PARA ATLETAS ESTÁN LISTOS PARA COMPETIR

Tras su participación en campeonatos de orden nacional, fueron definidos los 390 para atletas que representarán al Valle del Cauca en los Juegos Paranales Eje Cafetero 2023. Así, a 54 días del inicio del evento, está lista la Selección Valle Oro Puro que irá por el bicampeonato; serán 1.258 atletas y para atletas, además de 155 entrenadores.



TREN DE CERCANÍAS SOBRE RIELES

El Tren de Cercanías avanza para ser una realidad para el Valle del Cauca. La gobernadora Clara Luz Roldán y una comitiva conformada por la Alcaldía de Jamundí, Propacífico y la Financiera de Desarrollo Nacional, radicaron este jueves ante el Ministerio de Transporte, la solicitud de aval técnico para el primer tramo entre Cali y Jamundí.



UN CLIC MAJESTUOSO

Llegar a las playas de Buenaventura y aventurarse en las aguas del Pacífico para retratar unos de los espectáculos más bellos que brinda la naturaleza, es sin duda, un imperdible para propios y visitantes que cada año esperan la temporada de ballenas. Ahora, Buenaventura ofrece la oportunidad para que en cualquier época los viajeros conserven uno de los recuerdos más emocionantes, con el majestuoso monumento La Luchona, un tributo de la Gobernación del Valle del Cauca a las Yubartas y sus ballenatos.

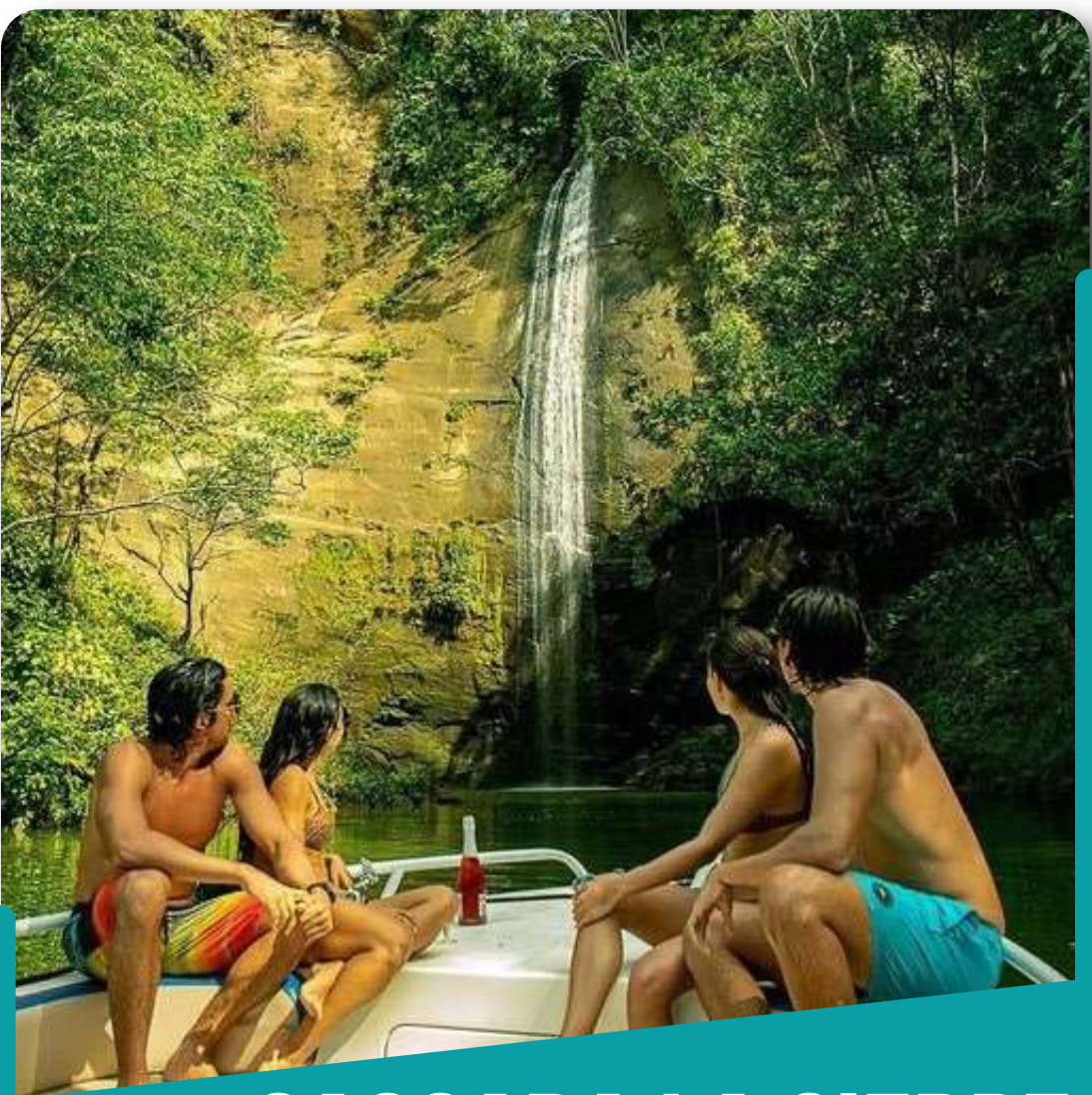
El Malecón Bahía de la Cruz alberga la monumental ballena de 9.8 metros de alto y 13 de largo, acompañada de su ballenato de 8 metros de largo, una hermosa obra de arte que seduce a quienes llegan a este punto de encuentro a recibir la brisa de la tarde o embarcarse hacia algunas de las paradisíacas playas.



RECUERDE

La temporada de ballenas en Buenaventura cierra esta semana. Pero en un clic puede tener su foto con una de estas gigantes.

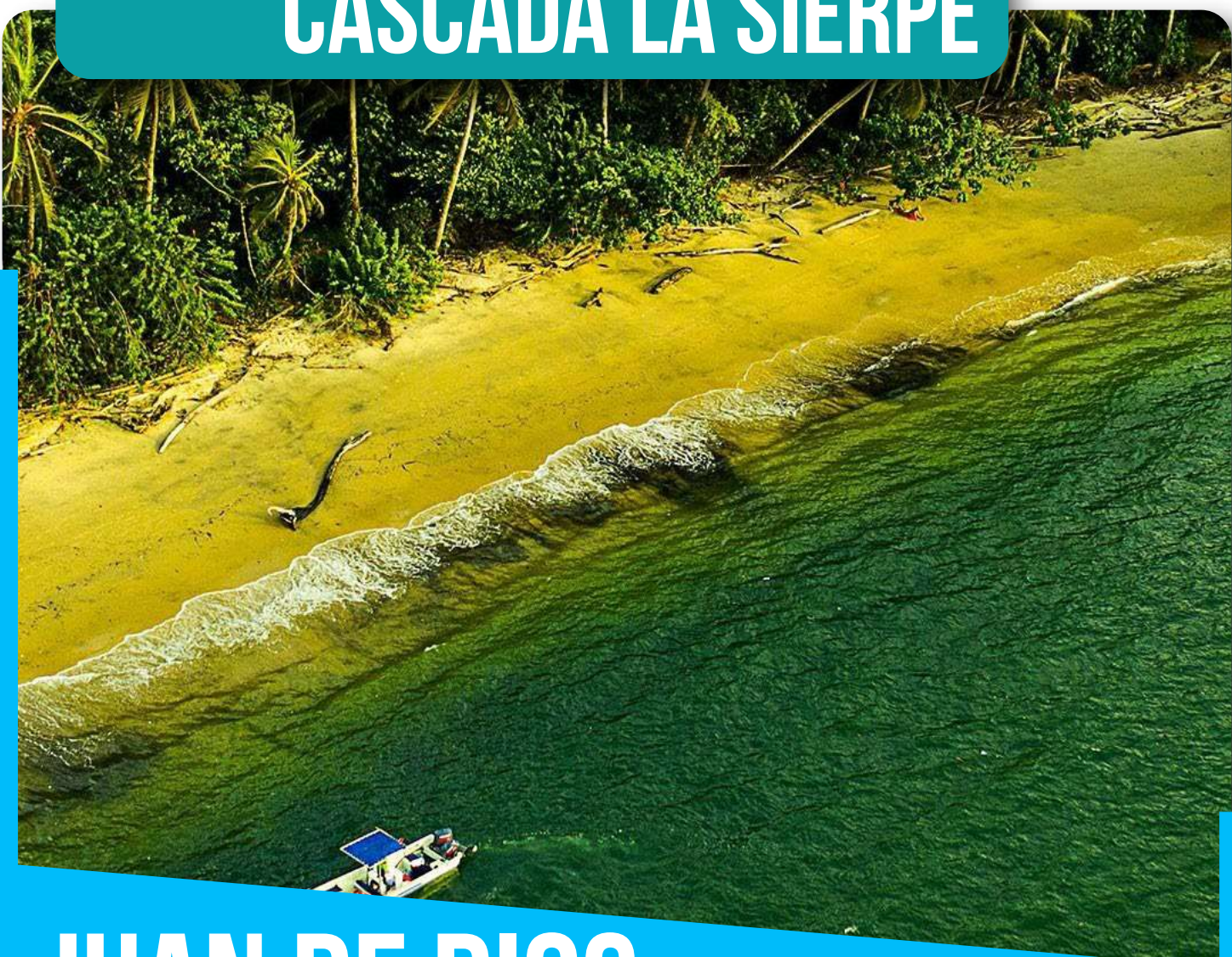
La Bocana, Piangüita, Juanchaco, Ladrilleros, La Barra, Chucheros, Juan de Dios, Puerto España Miramar, La Plata y la Sierpe, son las playas que lo esperan para descansar y deleitar el alma con su belleza.



CASCADA LA SIERPE



LADRILLEROS



JUAN DE DIOS



MAGÜIPI

Agenda Cultural

La Gobernación del Valle del Cauca
Secretaría de Cultura

Invitan a:

'El Valle y sus letras'

en el marco de la:

FILCALI 23
FERIA INTERNACIONAL DEL LIBRO DE CALI

**Del 12 al 22 de octubre
2023**

Carpa 'El Valle y sus Letras'
Retreta Paseo Bolívar

SECRETARÍA DE CULTURA

CARPA 'EL VALLE Y SUS LETRAS'
FERIA INTERNACIONAL DEL LIBRO DE CALI
CONVERSATORIOS
PARQUE DE LA RETRETA, PASEO BOLÍVAR

DEL 17 AL 22 DE OCTUBRE

MIÉRCOLES 18

GANADORES COLECCIÓN AUTORES
VALLECAUCANOS

HUMBERTO JARRIN BALLESTEROS Y JAVIER PEÑA ORTEGA

HORA: 6:00 PM

'UN CANGREJO AMOTINADO'

MEDARDO ARIAS

HORA: 4:30 PM

JUEVES 19

'ENTRE LAS FALDAS Y TACÓN UN PENE
JUGUETÓN'

HELEN GARCÍA

HORA: 3:00 P.M.

'UN DÍA A LA VEZ'

LUISA MARÍA RODRÍGUEZ ASTUDILLO

HORA: 4:30 PM

VIERNES 20

'FOGÓN DEL PACÍFICO EN NOCHEBUENA'

GLORIA INÉS ARIAS, TANIA CAICEDO

HORA: 3:00 PM

CHARLA 'DESDE LA RAÍZ'

MARCELA RINCÓN Y ANDRÉS FELIPE MUÑOZ

HORA: 4:30 PM

MARTES 17

'LOS RECOVEGOS DE LA MENTE Y OTRAS
HISTORIAS'

JONATHAN SALAZAR HURTADO

HORA: 4:00 PM

'ZACARIAS INFANTE, TOROBORTO'

JULIÁN FIGUEROA

HORA: 4:30 PM

¿EXISTIÓ REALMENTE EL NADAÍSMO?
PRESENTACIÓN DEL LIBRO 'MI REINO POR ESTE MUNDO'

JOTAMARIO ARBELÁEZ

HORA: 6:00 P.M.

'UN GUTIÉRREZ EN LA GLORIA'

LUIS GUTIÉRREZ

HORA: 4:00 P.M.

CONSULTE TODA LA PROGRAMACIÓN EN
[HTTPS://WWW.VALLEDELCAUCA.GOV-
.CO/CULTURA/](https://www.vallede Cauca.gov.co/cultura/)



VÉANOS

LUNES A DOMINGO
CANAL REGIONAL

TELEPACÍFICO

EMISIONES:
1:30 P.M.
9:05 P.M.