

Tú y tu familia merecen lo mejor

Queremos ofrecerte siempre lo mejor. Por eso te presentamos el nuevo **Multiventajas Plus**, para todos nuestros clientes con un Seguro de Vida y/o Rentas. Disfruta de sus 3 categorías:

Cuidado para tu salud

Encontrarás tarifas preferenciales y paquetes promocionales en clínicas.

Salud en tu hogar

Podrás acceder a diversos servicios desde la comodidad de tu hogar.

Bienestar total

Disfrutarás de descuentos pensados para ti.

LIMA



Clínica Limatambo Minka

S/40 | **Paquete Oftalmología Adulto**
 Descarte de catarata, glaucoma y enfermedades de la mácula +
 Medida de vista computarizada +
 Tonometría + Fondo de ojo.

Av. Argentina 3093 Int. 214 (Calle 3, Pabellón 4), Callao.
 Av. Argentina 3093 (Playa Meiggs, Calle 3, Pabellón 5, Local 402, 2do piso), Callao.
Teléfono: (01) 652-7474

Indispensable presentar la impresión del mail donde se indica que el cliente pertenece al Multiventajas Plus acompañado de su DNI. Reservas sujetas a disponibilidad. Las atenciones serán previa cita. Reservas con 48 horas de anticipación. No aplica feriados. Válido solo de lunes a viernes. No existe máximo de visitas que puede realizar el usuario final durante la vigencia de la promoción. Válido cualquier medio de pago. No acumulable con otras promociones. Los productos y/o servicios son responsabilidad del establecimiento. Precios incluyen IGV.

ICA



Clínica Tataje

S/30 | **Terapia Física y Rehabilitación**
 Por sesión

Av. Conde de Nieva 355, Urb. Luren.
Teléfonos: (056) 218-471 / 948-553000

Indispensable presentar la impresión del mail donde se indica que el cliente pertenece al Multiventajas Plus acompañado de su DNI. No acumulable con otras promociones. Los productos y/o servicios son responsabilidad del establecimiento. Precios incluyen IGV.

LIMA



CIDON Perú

S/122 | **Paquete de Podología**
 2 sesiones

Calle Alberto Alexander 2480, Lince.
Teléfonos: (01) 472-3769 / 987-549907 / 987-557744

Indispensable presentar la impresión del mail donde se indica que el cliente pertenece al Multiventajas Plus acompañado de su DNI. No se considera curación de heridas en pie diabético. 2 atenciones con podología. Previa cita. No válido ni acumulable con otras promociones. Los productos y/o servicios son responsabilidad del establecimiento. Precios incluyen IGV.

Certificado de supervivencia

En Pacífico Seguros pensamos siempre en tu comodidad.

Queremos informarte que desde octubre del 2017, ya no es necesario presentar tu Certificado de Supervivencia anual. Esta exoneración aplicará únicamente a los pensionistas registrados con un DNI.

Si cuentas con Carnet de Extranjería o pasaporte, es necesario que continúes con el proceso establecido para acreditar tu supervivencia, acercándote a las oficinas de Pacífico o de la AFP.

Para cualquier consulta adicional o duda, comunícate con nosotros a nuestra Central de Información y Consultas: 513-5000, donde gustosamente te atenderemos.



¡Ganadores de las canastas navideñas!



Estos son los ganadores del sorteo realizado el 06 de diciembre del 2017:

Lima

Felix Santiago, Pedro Lauriano
Maylle Antaurco, Nino Glen
Hernandez Ascencio, Hernan Agapito
Cueva Laos De Arteaga, Ana Rosa Alida
Dominguez Bardales, Augusto Enrique
Huarcaya Valdivia, Blondet Antonio
Bustinzá Pocco, Pedro Pascual
Ascencion Ugarte, Luis Dionisio
Yndigoyen Ore, Roberto Juan
Anderson Medrano, Luis German

A nivel nacional

Mena Coello, Víctor.....	Piura
Cruz Bejarano, Roy Marino.....	Trujillo
Holguin Alfaro, Enrique Cornelio.....	Trujillo
Falcon Gutierrez, Ricardo Cesar.....	Ica
Choque Herrera, Pedro Jose.....	Arequipa
Ramos Vera, Jose Gerardo.....	Chiclayo
Cisneros Valencia, Jesus Telesforo.....	Arequipa
Plazolles Valdivia, Oscar Fabio.....	Arequipa
García Canales, Lucy.....	Huacho
Delgado Glave, Lucía Patricia.....	Arequipa

También puedes encontrar el listado de ganadores en:
www.pacifico.com.pe/miscelaneo/articulo/-/blogs/ganadores-rentas.

Cómo conservar tus alimentos en buen estado este verano



Es común que el calor durante la temporada de verano descomponga con mayor rapidez los alimentos, provocando la aparición de gérmenes que afectan la salud. En ese sentido, el **Ministerio de Salud (Minsa)** indicó que es necesaria la adecuada manipulación de los alimentos para prevenir enfermedades gastrointestinales o intoxicaciones. Por ello, la nutricionista de la Estrategia Sanitaria Nacional de Alimentación Saludable del Minsa, Julie Mariaca, planteó algunas recomendaciones:

- La comida cocida refrigerada puede conservarse como máximo tres días y una vez calentada, no debe ir nuevamente al refrigerador porque puede malograrse.
- Si vas de paseo a la playa o piscina, la mejor alternativa es llevar frutas y agua.
- Cuando se congelan los alimentos crudos, estos deben estar en buen estado y limpios. Hay que tener especial cuidado con los pescados y mariscos por su rápida descomposición.



Fuente:
Diario Gestión. (02.01.2017). Consejos para conservar en buen estado sus alimentos en temporada de verano. Lima, Perú: Gestión. Recuperado de: <https://gestion.pe/tendencias/consejos-conservar-buen-alimentos-temporada-verano-125796>.