



**NACE OTRO SUEÑO DE ARCOR,  
UNA NUEVA MANERA DE DESPERTARSE**



*Momentos Mágicos*

Año XLII  
ABRIL 2016

#365

familia  
COOPERATIVA

La revista de la  
**Cooperativa Obrera**  
famiacooperativa@gmail.com  
www.cooperativaobrera.coop

Reg. Propiedad Intelectual  
Nro. 5.232.135

I.S.S.N.  
Nro. 1515-8020

Director:  
Cr. Rubén A. Masón

Diagramación  
y armado:  
ONE art&design

Preprensa  
e Impresión:  
Artes Gráficas  
Rioplátense S.A.  
Corrales 1393, C.A.B.A.

Distribución gratuita en  
todas las sucursales de la  
Cooperativa Obrera  
Ltda. de Consumo y Vivienda,  
Paraguay 445, (B8000HXI) Bahía Blanca,  
propietaria de esta publicación.

Tirada mensual:  
80.000 Ejemplares



Queda autorizada la reproducción parcial  
del material de esta revista solamente  
con expresa indicación de su fuente.

## EL COOPERATIVISMO EN ESTADOS UNIDOS

Desde la acción mutual de Benjamín Franklin en Filadelfia a mediados del siglo XVIII, los ensayos utópicos de Robert Owen en Indiana en 1825 y la creación de la primera cooperativa de seguros en Boston en 1845, una vigorosa corriente de acciones solidarias diseminaron en todo el territorio estadounidense un gran número de cooperativas agrarias, de ahorro y crédito, de electricidad, de consumo y de otros servicios.

Su vocación integradora determinó que, bajo la presidencia del destacado médico y apóstol de la cooperación James Peter Warbasse, el 18 de marzo de 1916 naciera la Liga Cooperativa de los Estados Unidos, organización que en 1985 adoptó la denominación de Asociación Nacional de Empresas Cooperativas (NCBA).

Al arribar a su centenario, esta institución es conducida por Judy Ziewacz, una mujer que durante más de tres décadas ha venido trabajando en importantes funciones por el desarrollo cooperativo de su país y lideró el proceso de creación del .coop como dominio de Internet que hoy utilizan las cooperativas de todo el mundo.

Entre sus más recientes iniciativas se cuenta la de profundizar relaciones con cooperativas y emprendedores cubanos, compartiendo herramientas e ideas innovativas en sectores como la energía, los alimentos y el transporte.

En el plano interno, una propuesta muy interesante la constituye el proyecto ambiental "Generación Orgánica", considerado una verdadera revolución en las nuevas familias de productores rurales cooperativistas de los Estados Unidos.

Formando parte de su programa conmemorativo del centenario, la NCBA efectuó la presentación del flamante grupo parlamentario bipartidario, conformado con el propósito de promover el modelo empresarial cooperativo como una solución viable para favorecer el desarrollo económico y social.

Los legisladores demócratas y republicanos que lo integran han señalado que este grupo parlamentario dará a conocer en el Congreso la significación de la empresa cooperativa en la economía norteamericana, así como la diversidad y los beneficios del cooperativismo. ■

### Cooperativa Obrera Ltda.

**Consejo de Administración:** Presidenta: Cra. Mónica E. Giambelluca; Vicepresidente: Cr. Rubén A. Fillottrani; Secretario: Cr. Raúl O. Gouarnalusse; Prosecretario: Cr. Néstor H. Usunoff; Tesorero: Luis M. Abitante; Protesorero: Cra. María S. García; Vocales Titulares: José L. Ibaldi, Ricardo S. Lejaraga, María del R. Leyes, Irma B. Palandri, Ing. Carlos R. Rodríguez y Enrique Valledor; Vocales Suplentes: María de los Ángeles Celani, Mario A. Caraffini, Dra. María I. Casas y María G. García Merino. **Sindicatura:** Síndico Titular: Cr. Carlos A. Castaño; Síndico Suplente: Cr. Daniel G. Potenar. **Gerente General:** Héctor Jacquet. **Auditor Externo:** Cr. Hugo R. Genaro.

**ADMINISTRACIÓN**

**CENTRAL:** Paraguay 445, Bahía Blanca, Tel. (0291) 456-0332  
**DELEGACIONES EN BAHIA BLANCA:** Belgrano 45, Tel. 456-5131 /// Donado 320, Tel. 455-6867  
**DELEGACIÓN EN PUNTA ALTA:** Brown 128, Tel. (02932) 43-2284

**ATENCIÓN AL CONSUMIDOR**

**TELÉFONO:** 0800-333-3443  
**E-MAIL:** halacooperativa@cooperativaobrera.coop

**SUCURSALES EN BAHIA BLANCA**

**HIPERMERCADOS**

**AGUADO (28):** Guatemala 533, Tel. 456-5565  
**SHOPPING (42):** Sarmiento 2153, Tel. 456-6066

**MACROCENTRO**

**ALSINA (15):** Alsina 645, Tel. 455-6964  
**Bº ALMAFUERTE (6):** 9 de Julio 136, Tel. 455-7614  
**Bº PEDRO PICO (23):** Thompson 1133, Tel. 456-4996  
**Bº UNIVERSITARIO (12):** Paraguay 445, Tel. 451-0107  
**CENTRO (5):** Belgrano 45, Tel. 456-0101  
**ESPAÑA (10):** España 737, Tel. 455-6965  
**GENERAL PAZ (51):** Gral. Paz 249, Tel. 456-5969  
**ROCA (18):** Roca 34, Tel. 455-7968  
**YRIGOYEN (53):** H. Yrigoyen 343, Tel. 455-3264

**BARRIOS Y VILLAS**

**ALEM (110):** Av. Alem 3170, Tel. 488-2188  
**Bº COLÓN (25):** Av. Colón 1380, Tel. 455-9887  
**Bº NOROESTE (4):** Avellaneda 826, Tel. 456-2075  
**Bº PACÍFICO (35):** Charlone 253, Tel. 455-3360  
**Bº PAMPA CENTRAL (33):** Martín Rodríguez 1446, Tel. 455-8171  
**Bº PATAGONIA (54):** 14 de Julio 4099, Tel. 486-1580  
**Bº RICCHIARI (46):** Almafuerite 2544, Tel. 488-6002  
**Bº ROSENDO LÓPEZ (32):** Rincón 3490, Tel. 481-4213  
**Bº SAN MARTÍN (9):** Brickman 882, Tel. 455-9596  
**Bº SAN ROQUE (24):** Vieytes 2139, Tel. 488-5022  
**BELLA VISTA (50):** Av. Pringles 50, Tel. 456-1929  
**SÓCRATES (13):** Sócrates 2642, Tel. 481-2300  
**VILLA LIBRE (44):** Láinez 2251, Tel. 481-0111  
**VILLA MITRE (2):** Washington 437, Tel. 481-6672  
**VILLA RESSIA (49):** Tte. Farías 1283, Tel. 456-5336  
**VILLA ROSAS (11):** Perito Moreno 2132, Tel. 455-0785

**RESTO DEL PARTIDO**

**CABILDO (7):** Vieytes y Azcuénaga, Tel. 491-8122  
**GENERAL DANIEL CERRI (3):** Saavedra 462, Tel. 484-6161  
**INGENIERO WHITE (1):** Av. San Martín 3634, Tel. 457-0131

**SUCURSALES EN OTRAS CIUDADES**

**PROVINCIA DE BUENOS AIRES**

**9 DE JULIO (111):** Av. Mitre 2537, Tel. (02317) 42-8660  
**AZUL: (20)** Av. Piazza 1101, Tel. (02281) 43-3933 /// (56) Av. 25 de Mayo 1272, Tel. 43-2276  
**BENITO JUÁREZ (40):** Av. Mitre 87, Tel. (02292) 45-2480  
**BOLIVAR (91):** Av. Gral. Paz 98, Tel. (02314) 42-0566  
**CORONEL DORREGO (22):** Av. San Martín 274, Tel. (02921) 45-3338  
**CORONEL PRINGLES: (29)** Pellegrini 771, Tel. (02922) 46-4812 /// (47) Av. 25 de Mayo 1565, Tel. 46-3311 /// (48) Mitre 999, Tel. 46-5294  
**CORONEL SUÁREZ: (26)** Av. Casey 1414, Tel. (02926) 42-2120 /// (86) Av. San Martín 477, Tel. 42-1428  
**GENERAL LA MADRID: (55)** Azcuénaga 638, Tel. (02286) 42-1140 /// (87) Mitre 551, Tel. 42-0531  
**GENERAL VILLEGAS (78):** Castelli 589, Tel. (03388) 42-4931  
**HENDERSON (94):** Florida 537, Tel. (02314) 45-1570  
**LAPRIDA (97):** Av. San Martín 980, Tel. (02285) 42-1160  
**LOBERÍA (112):** Av. San Martín 143, Tel. (02261) 44-0810  
**MAR DEL PLATA: (92)** Av. Fortunato de la Plaza 3471, Tel. (0223) 484-1800 /// (93) Av. Constitución 6563/81, Tel. 479-6621  
**MAYOR BURATOVICH (88):** Sarmiento 942, Tel. (0291) 491-7688  
**MÉDANOS (89):** Bustamante 403, Tel. (02927) 43-3150  
**MONTE HERMOSO: (85)** Av. Patagonia 145, Tel. (02921) 48-2308 /// (98) Av. Majluf 798, Tel. 48-2255  
**NECOCHEA: (38)** Av. 59 N° 1202, Tel. (02262) 43-7900 /// (39) Av. 58 N° 3059, Tel. 42-6256  
**OLAVARRÍA: (36)** Av. Pringles 4461, Tel. (02284) 42-4757 /// (37) Necochea 3203, Tel. 42-2287 /// (59) Rivadavia 1751, Tel. 42-4983  
**PEDRO LURO (14):** Calle 1 N° 1031, Tel. (02928) 42-0118  
**PEHUAJÓ: (106)** Alsina 253, Tel. (02396) 47-0833 /// (109) Av. San Martín 105, Tel. 47-3220  
**PIGÜÉ (21):** Belgrano y Humberto 1º, Tel. (02923) 47-5680  
**PUAN (31):** H. Yrigoyen 491, Tel. (02923) 49-9070  
**PUERTO BELGRANO (68):** Av. a la Estación s/n, Tel. (02932) 43-2709  
**PUNTA ALTA: (17)** Sáenz Peña 467, Tel. (02932) 42-1000 /// (19) Brown 128, Tel. 42-5052 /// (34) Roca 2475, Tel. 43-5526 /// (57) Saavedra 55, Tel. 42-3825  
**QUEQUÉN: (72)** Calle 550 N° 892, Tel. (02262) 45-0288  
**SAAVEDRA (8):** 25 de Mayo e Independencia, Tel. (02923) 49-7131  
**TORNQUIST (41):** España 144, Tel. (0291) 494-0739  
**TRENQUE LAUQUEN (104):** Av. Rgto. 3 de Caballería 829/853, Tel. (02392) 41-5854/56  
**TRES ARROYOS: (27)** Av. Moreno 745, Tel. (02983) 43-0749 /// (30) Colón 33, Tel. 43-2005 /// (45) Av. Belgrano 838, Tel. 42-1010

**VILLALONGA (90):** Don Bosco 172, Tel. (02928) 49-2033

**PROVINCIA DE LA PAMPA**

**GENERAL ACHA (52):** Don Bosco 582, Tel. (02952) 43-2152  
**GENERAL PICO (75):** Calle 1 n° 698 (Oeste), Tel. (02302) 42-1816  
**GUATRACHÉ (16):** Av. Goudge y Pringles, Tel. (02924) 49-2037  
**SANTA ROSA: (67)** Trenel 1735, Tel. (02954) 42-7979 /// (76) Roque Sáenz Peña 899, Tel. 42-6244

**PROVINCIA DE RÍO NEGRO**

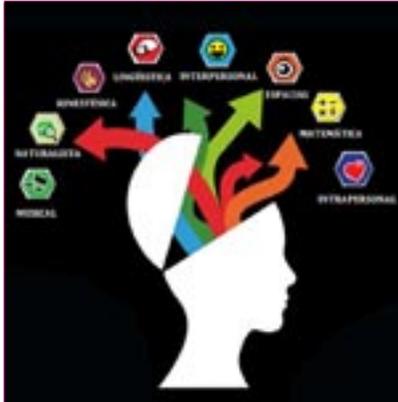
**ALLEN: (79)** San Martín 454, Tel. (0298) 445-1766 /// (80) Av. Roca 585, Tel. 445-3434 /// (107) Jujuy 8, Tel. 445-0208  
**CATRIEL (105):** Av. San Martín 516, Tel. (0299) 491-2131  
**CHIMPAY (99):** Sarmiento 342, Tel. (02946) 49-4260  
**CHOELE CHOEL: (66)** Avellaneda 872, Tel. (02946) 44-3434 /// (101) Avellaneda 962, Tel. 44-3400  
**CINCO SALTOS: (58)** Av. Roca 998, Tel. (0299) 498-2817 /// (83) Av. Cipolletti 210, Tel. 498-2799  
**CIPOLLETTI (65):** Brentana 621, Tel. (0299) 477-5494  
**GENERAL FERNÁNDEZ ORO: (81)** San Martín 22, Tel. (0299) 499-6197 /// (82) Mitre 419, Tel. 499-6348  
**GENERAL ROCA: (60)** Tucumán 1330, Tel. (0298) 442-7547 /// (61) Tucumán 330, Tel. 442-9294 /// (62) Av. La Plata 402, Tel. 442-8645  
**INGENIERO HUERGO (74):** Av. Colón 928, Tel. (0298) 448-1605  
**LAMARQUE (102):** Rivadavia 412, Tel. (02946) 49-7597  
**LUIS BELTRÁN (103):** Avellaneda 710, Tel. (02946) 48-0094  
**RÍO COLORADO (43):** Av. San Martín 879, Tel. (02931) 43-0135  
**VIENMA (77):** Av. Saavedra 1455, Tel. (02920) 42-7466  
**VILLA REGINA: (63)** Av. Rivadavia 150, Tel. (0298) 446-2222 /// (64) Las Heras 295, Tel. 446-5488

**PROVINCIA DEL NEUQUÉN**

**CENTENARIO: (69)** Honduras 1111, Tel. (0299) 489-1829 /// (70) Ing. Ballester 740, Tel. 489-1495 /// (71) San Martín 245, Tel. 489-0747 /// (73) El Salvador 1607, Tel. 489-9040 /// (95) Canadá 835, Tel. 489-8887 /// (96) Ing. Ballester 383, Tel. 489-4710  
**NEUQUÉN: (84)** Piuquén 1780, Tel. (0299) 433-0955 /// (113) Chocón 644, Tel. 442-4172  
**PLOTTIER (100):** Batilana 211, Tel. (0299) 493-4695  
**ZAPALA (108):** Av. Avellaneda 720, Tel. (02942) 42-2005

La teoría de las inteligencias múltiples

6-8



Se cumplen cuatro siglos de la muerte de Cervantes

10

Vivir con alegría agrega vida a los años

12

La casa de Tucumán

14

Dolor: importa la causa pero también sus efectos

16



Pollo, pimientos bondiola y salmón preparados a la parrilla

18-20

La obesidad infantil puede generar problemas muy graves en el hígado

22-23

Lisboa y Oporto, dos ciudades entre luces, colinas y viñedos

30

Rincón infantil: Consejos de Abeja

30





# La teoría de las inteligencias MÚLTIPLES

*Como contrapeso al paradigma de una inteligencia única, Howard Gardner –neuropsicólogo y profesor de la prestigiosa Universidad de Harvard– ideó en 1983 la teoría que sostiene la existencia de una amplia gama de habilidades cognitivas.*

**La teoría de las inteligencias múltiples**, un modelo de concepción de la mente impulsado por el neuropsicólogo estadounidense Howard Gardner, revolucionó la pedagogía en el mundo entero al plantear la existencia de ocho inteligencias.

Para este docente e investigador de la Universidad de Harvard nacido el 11 de julio de 1943 en Scranton, Pennsylvania, quien se hizo acreedor en 2011 al premio Príncipe de Asturias de Ciencias Sociales, la inteligencia no es un conjunto unitario que agrupe diferentes capacidades específicas, sino una red de conjuntos autónomos interrelacionados.

Por otra parte, sin contradecir la definición científica de la inteligencia, sostiene que representa un potencial biopsicológico de procesamiento de información, que puede activarse en uno o más marcos culturales para resolver problemas o elaborar bienes valiosos.

Gardner y su grupo de colaboradores advirtieron que la inteligencia académica, referida a la obtención de títulos y méritos educativos, no es necesariamente un factor decisivo para conocer la inteligencia de una persona.

En tal sentido, podría esgrimirse como ejemplo a las personas que, a pesar de obtener excelentes calificaciones académicas, presentan problemas importantes para relacionarse con otras personas o para manejar facetas de su vida.

De acuerdo con la teoría de las inteligencias múltiples, todas las personas son dueñas de esas ocho clases de inteligencia, ninguna más relevante que las demás, aunque cada individuo se destaca más en unas que en otras.

Así planteadas las cosas, podría afirmarse que el astrofísico británico Stephen Hawking no posee una mayor inteligencia que el futbolista Lionel Messi, sino que cada uno de ellos desarrolló un tipo diferente de inteligencia.

## Las ocho inteligencias

La investigación de Howard Gardner ha logrado identificar y definir los siguientes tipos de inteligencia:

- **Inteligencia lingüística.** La práctica del lenguaje y el hecho de poder comunicarnos con los demás desde pequeños es transversal a todas las culturas.

La inteligencia lingüística no sólo hace referencia a la habilidad para establecer una comunicación oral, sino a otras formas de comunicarse como la escrita o la gestual. Quienes mejor dominan esta capacidad de comunicar tienen una inteligencia lingüística superior, algo que distingue a profesiones como las de escritores, poetas, periodistas y políticos, entre otras.

- **Inteligencia lógico-matemática.** Durante largo tiempo, la inteligencia vinculada a la capacidad y rapidez para

el razonamiento lógico y la resolución de problemas matemáticos fue considerada como la inteligencia en bruto y era empleada como parámetro para detectar cuán inteligente era una persona.

Por otra parte, los célebres test de cociente intelectual se fundamentan en este tipo de inteligencia y, en menor medida, en la inteligencia lingüística. En este contexto suelen destacarse científicos, economistas, académicos, ingenieros y matemáticos.

- **Inteligencia espacial.** La habilidad para poder observar el mundo y los objetos desde diferentes perspectivas está relacionada con la inteligencia espacial.

Las personas que destacan en este tipo de inteligencia suelen tener capacidades que les permiten idear imágenes mentales, dibujar y detectar detalles, además de poseer un sentido personal por la estética, tales como los pintores, fotógrafos, arquitectos, diseñadores, escultores y ajedrecistas.

- **Inteligencia musical.** La música es un arte universal que alcanza a todas las culturas y que está latente en todas las personas. Más allá de que, como cualquier otro tipo de inteligencia, la musical puede entrenarse y perfeccionarse, algunas zonas del cerebro ejecutan funciones vinculadas con la interpretación y la composición musical.

De tal manera, no es necesario afirmar que solamente los más aventajados en esta clase de inteligencia son aquellos que



cuentan con facilidades para interpretar instrumentos o leer y componer piezas musicales.

• **Inteligencia corporal cinestésica.**

Las habilidades corporales y motrices que se requieren para expresar emociones o manejar herramientas representan un aspecto esencial en el desarrollo cultural.

La inteligencia corporal cinestésica es la que otorga habilidad para usar herramientas o a la hora de expresar sentimientos mediante el cuerpo. En este tipo de inteligencia resultan especialmente brillantes bailarines, actores, deportistas y hasta cirujanos y creadores plásticos.

• **Inteligencia intrapersonal.** La capacidad que faculta para comprender y controlar el ámbito interno de uno mismo es la que deviene de la inteligencia denominada intrapersonal.

Aquellas personas que pueden acceder no sólo a sus sentimientos y emociones, sino también a reflexionar sobre éstos, sobresalen en la inteligencia intrapersonal, la que además permite ahondar en la introspección y entender las razones del ser.

• **Inteligencia interpersonal.** Existe una facultad que posibilita advertir cosas de otras personas, aún más allá de lo que nuestros sentidos logran captar.

Es la proveniente de la inteligencia interpersonal, que por otra parte habilita a interpretar palabras, gestos, objetivos y metas de cada discurso.

Para las personas que trabajan con grupos numerosos, como profesores, psicólogos, terapeutas, abogados y pedagogos, representa una inteligencia muy valiosa, porque tienen mayores posibilidades de detectar y entender las problemáticas de los demás.

• **Inteligencia naturalista.** La capacidad de detectar, diferenciar y categorizar aspectos vinculados con la naturaleza, como por ejemplo las especies animales y vegetales o fenómenos relacionados con el clima o la geografía, emana de la inteligencia naturalista.

Esta clase de inteligencia fue añadida en 1995, con posterioridad al estudio original sobre las inteligencias múltiples realizado por Gardner, quien consideró necesario incluirla por tratarse de una inteligencia esencial para la supervivencia.

**¿La novena inteligencia?**

Una novena inteligencia múltiple, denominada *inteligencia existencial* y que se sumaría a las ocho que se han descubierto hasta el momento, está en proceso de configuración y resultaría

aquella que, por medio de del encuentro personal con uno mismo y con la divinidad, halla sentido a las acciones cotidianas de la vida.

“No ha sido agregada aún a la lista porque no hay suficiente evidencia científica en ese sentido”, comentó en Valparaíso el profesor estadounidense Branton Shearer, en el transcurso de un encuentro que mantuvo con pedagogos y docentes en la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Playa Ancha.

En esa reunión, Shearer hizo hincapié en las herramientas para maximizar los potenciales de los estudiantes, de modo que puedan guiarlos ya sea para tener mejores notas como para seleccionar carreras y utilizar sus potencias intelectuales aunque no resulten valoradas en las clases tradicionales.

Acerca de las posibles nuevas inteligencias, Shearer subrayó que el cerebro es una compleja estructura por lo que es difícil de predecir. “De todas maneras, si tuviera que adivinar, diría que existen muchas más”, afirmó.

La duda de Gardner se centraría en la incertidumbre reinante acerca de si hay regiones del cerebro dedicadas a la contemplación de temas que resultan vastas o muy infinitesimales para ser percibidas. ■

# ilolay



*Lo bueno de ser Natural*

[www.ilolay.com.ar](http://www.ilolay.com.ar)

**Williner**

# SE CUMPLEN CUATRO SIGLOS DE LA MUERTE DE CERVANTES

*El 23 de abril, fecha del sepelio en 1616 de Miguel de Cervantes Saavedra, la máxima figura de la literatura española, ha pasado a constituir un emblema mundial para las letras, al ser declarado “Día Mundial del Libro y del Derecho de Autor”.*

**Con más acierto popular que rigor histórico**, en 1995 la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) proclamó el 23 de abril como Día Mundial del Libro y del Derecho de Autor, en recordación de “los decesos de Miguel de Cervantes, William Shakespeare y el Inca Garcilaso de la Vega”, aunque a decir verdad ninguno de ellos murió en la citada fecha de 1616.

El destacado poeta, novelista y dramaturgo francés Víctor Hugo fue quien, a mediados del siglo XIX, comenzó a difundir la errónea idea que perdura hasta nuestros días, acerca de la supuesta coincidencia en la fecha de la muerte de esos tres nombres emblemáticos de la literatura universal.

De acuerdo con lo que ha podido establecerse, el caso de Cervantes—quien había nacido el 29 de septiembre de 1547, en Alcalá de Henares— es el que más se aproxima a la realidad. El autor de *Don Quijote de la Mancha* falleció en Madrid el 22 de abril de 1616, pero recién un día después se llevó a cabo su entierro en el Convento de las Trinitarias Descalzas de San Ildefonso, tras una larga jornada de velatorio en su propio domicilio.

En tanto, William Shakespeare, el escritor más importante de la lengua inglesa, a diferencia de Cervantes, murió el 23 de abril de 1616, pero según el calendario Juliano que por entonces regía en Inglaterra.

Basado en el movimiento del sol para cuantificar el tiempo, ese almanaque contaba a la sazón con un desfase de 11 días respecto al Gregoriano, que en aquella época ya se utilizaba en España, por lo que Shakespeare en realidad falleció—de acuerdo a este último calendario, que es hoy en día utilizado oficialmente en casi todo el mundo— el 3 de mayo de 1616.

Finalmente, si bien se desconoce



la fecha exacta de la muerte de Inca Garcilaso de la Vega, aunque es posible enmarcarla entre los días 22 y 24 abril de 1616, algún iluminado aprovechó la contingencia para asignarle también el 23 de abril como fecha de su fallecimiento.

## Capital Mundial

Con la finalidad de alentar a descubrir el placer de la lectura y valorar las contribuciones de quienes impulsaron el progreso social y cultural de la humanidad, anualmente la UNESCO, con la colaboración de la Unión Internacional de Editores, la Federación Internacional de Libreros y la Federación Internacional de Asociaciones de Bibliotecarios y Bibliotecas, elige una Capital Mundial del Libro cuyo mandato anual comienza

cada 23 de abril.

Fue así como el 24 de junio del año pasado en París, el comité designado por esas instituciones eligió a una ciudad de Polonia, Breslavia (en polaco: Wrocław), como Capital Mundial del Libro 2016, fundamentando su decisión en “la calidad y la diversidad de la propuesta que presentó”.

Es la decimosexta ciudad que obtiene este título, habiendo sido precedida por Madrid (2001), Alejandría (2002), Nueva Delhi (2003), Amberes (2004), Montreal (2005), Turín (2006), Bogotá (2007), Ámsterdam (2008), Beirut (2009), Liubliana (2010), Buenos Aires (2011), Ereván (2012) Bangkok (2013), Port Harcourt (2014) e Incheon (2015), mientras que el año próximo será el turno de Conakry, capital de Guinea. ■

NUEVAS

# Cerealitas



PROBÁ TODOS  
LOS SABORES

DULCES, RICAS Y SANAS

CUIDAN EL APORTE NUTRICIONAL:

- 0% grasas trans\*
- 0% Colesterol\*
- Con Omega 3\*

\*Por ser elaboradas con aceite de girasol de alto oleico

avena + CHOCOLATE 

GRANDLA 

AVENA +  
COCO 

Cerealitas dulces con avena arrollada, harina integral, perlas de chocolate y coco.

## Realismo

El sentido de vivir siempre implica un trabajo y nuestro psiquismo está, desde que nacemos, dispuesto a trabajar, descubrir, elegir, fracasar, volver a intentar, aprender e incorporar lo nuevo.

El dolor existe y los malestares provienen de la fragilidad del cuerpo, de la naturaleza que amenaza y de nuestros semejantes con sus avatares. También poseemos la capacidad de captar lo bello y de reparar.

Insertarse culturalmente exige adecuarse a ideales que plantean para el sujeto grandes discordias y malestares. Esto crea angustia y también culpa, por lo que educar al niño para ser feliz no sólo es falso e ilusorio, sino éticamente inaceptable, llegando a sobreadaptaciones que enferman.

Nos planteamos, entonces, mejorar el sentido de la realidad, creando condiciones para realizar elecciones que estén acorde a lo individual e irrepetible de cada uno.

Entre lo deseado y lo posible existe un intervalo que busca buenas condiciones para mejorar la calidad de vida. En tal sentido, podría pensarse que los términos absolutos “nunca y siempre” no tienen lugar.

La vida implica un trabajo y para hacerlo debemos descubrir el potencial que guardamos en nuestro interior. Así se llegará a valorar el sentido que cada uno encuentra a su camino y esos serán momentos felices.

**Lic. Marta Craichik**



## VIVIR CON ALEGRÍA AGREGA VIDA A LOS AÑOS

*La medicina y la psicología consideran a la sonrisa como el mejor remedio natural para contrarrestar los efectos dañinos que provocan situaciones negativas y los originados por la alocada vida que acostumbramos llevar.*

**Una revisión de más de 160 estudios científicos** realizados acerca de la conexión entre el estado positivo de la mente y la longevidad, arrojó como conclusión que la gente que trasunta felicidad tiende a tener mejor salud y, como consecuencia, a vivir más.

Al respecto, Ed Diener, profesor de psicología de la Universidad de Illinois que tuvo a su cargo la conclusión final, hizo hincapié en que quizás sea momento de incluir un llamado a ser feliz en las políticas sanitarias actuales, centradas en combatir otro tipo de problemáticas.

Está claro que la alegría es una cuestión de actitud, teniendo en cuenta que representa una decisión personal que cada quien escoge y que está presente para quien quiera hacerla suya.

Entre quienes optan por vivir con alegría, la sonrisa es una manifestación visible y un signo más que elocuente de aquellos que saben construir momentos memorables de circunstancias aparen-

temente insignificantes.

Por otra parte, sonreír reduce el nivel de las hormonas que aumentan el estrés e incrementa el nivel de aquellas que levantan el ánimo (como la endorfina), a la vez que reduce la presión sanguínea, por lo que representa una buena alternativa que no se adquiere en farmacias.

Sin perder de vista que el bienestar psicológico resulta crucial para envejecer bien y vivir más tiempo, hay que tener en cuenta que la felicidad comienza a cimentarse en aceptarnos tal cual somos y en recordar lo importante que resultamos.

También es vital establecer las propias metas sin considerar las de los demás, perdonar y olvidar aquello que nos haga sufrir y levantarse cada mañana con actitud positiva, sin esperar nada a cambio.

Finalmente, hay que aprender a vivir con lo que se tiene y sin las expectativas del futuro ni los miedos del pasado. ■

— Nuevo —

# Finlandia

## Caesar



[WWW.FINLANDIA.COM.AR](http://WWW.FINLANDIA.COM.AR)



# LA CASA DE TUCUMÁN

*La histórica casa en la que los diputados de la mayoría de las Provincias Unidas del Río de la Plata proclamaron la Independencia Nacional el 9 de julio de 1816, sufrió distintos avatares, pasando de la decadencia y su casi total demolición, a una recreación que la asemeja bastante a la construcción original.*

**El hecho de que el Cabildo tucumano** estuviese en refacción, motivó que a partir del 24 de marzo de 1816 los congresales que finalmente terminarían refrendando la declaración de la Independencia Nacional se reunieran en una casa alquilada, donde funcionaba la oficina de la Caja General y Aduana de la Provincia y por cuyo arrendamiento se pagaban 25 mil pesos mensuales.

La propiedad integraba la dote que recibió el español Miguel de Laguna y Ontiveros cuando contrajo enlace con Francisca Bazán, una mujer que al enviudar en 1806 alquiló al gobierno tucumano gran parte de la casa y cuando se necesitaron todas las dependencias para el funcionamiento del Congreso se mudó a un inmueble vecino.

La casona, instalada en un terreno de 1.200 m<sup>2</sup>, contaba con cuartos al frente que se empleaban para la venta de mercadería, una usanza muy habitual por aquella época.

El salón donde deliberarían nuestros patriotas, al que se accedía travesando un patio interno, debió ser acondicionado, por lo que se tiró abajo una pared con la finalidad de obtener un ambiente de 75 m<sup>2</sup>.

Por el paso del tiempo y la falta de mantenimiento, cuando en 1869 la propiedad se encontraba casi en ruinas y a punto de ser demolida, el diputado tucumano Tiburcio Padilla promovió su compra por parte del Gobierno Nacional, iniciativa que se concretó al llegar a la Presidencia su comprovinciano Nicolás Avellaneda. La propiedad fue adquirida en \$ 200.000 para instalar allí las oficinas del Juzgado y del Correo.

Por aquel entonces había arribado Tucumán el fotógrafo italiano Ángel Paganelli, quien realizó tomas de la casa original que dieron a conocer un grado de deterioro tal que movilizó a las autoridades a demoler el auténtico frente y las habitaciones del ala derecha



*Una de las fotografías tomadas por Ángel Paganelli en 1868.*

del primer patio, dejando intacto el salón de la jura.

## Resurgir de los escombros

En 1902, seis años después de que la casa quedara totalmente abandonada ante su lamentable estado, Guillermina Leston de Guzmán, una dama tucumana que solía encabezar obras de beneficencia, solicitó a la Presidencia de la Nación que evitara la total destrucción del inmueble.

De tal forma, el presidente Julio A. Roca aprobó el proyecto de construcción de un templete que protegiese únicamente el antiguo y venerable salón, tirándose abajo el resto de la propiedad.

En 1940, un año antes de que la casa fuese declarada Monumento Histórico Nacional, comenzó a tomar forma la idea de reconstruirla de manera integral. Más

allá de la falta de documentación gráfica para encararla, finalmente la recreación de la propiedad pudo efectuarse a partir de la localización de los planos y de las fotografías tomadas por Paganelli.

Las tareas de reconstrucción fueron encomendadas al reconocido arquitecto Mario Buschiazzo, quien, entre resistencias y críticas, el 17 de abril de 1942 inició la demolición del templete.

Lejos de amilanarse y realizando lo que hoy se denomina “arqueología colonial”, Buschiazzo encabezó excavaciones de sondeo en busca de los antiguos cimientos, que aparecieron en el lugar donde él presumía.

El trabajo realizado resultó por demás meritorio, teniendo en cuenta que intentó ajustar al máximo cada detalle al edificio original, utilizando incluso los mismos ladrillos, tejas y baldosas, adquiridos en distintas demoliciones. ■

**REVOLUCIÓN CAPILAR PARA EL PELO FINO\***  
**MÁS CUERPO CON MOVIMIENTO Y DEFINICIÓN HOY ES POSIBLE**

PORQUE VOS LO VALES.

**ELVIVE**  
**FIBRALOGY**

*"Finalmente el cabello con cuerpo que siempre soñé."*

Blake Lively

**SENTÍ LOS CAMBIOS EN  
 SÓLO 5 APLICACIONES\*\***



\*De L'Oréal Paris.

\*\*Cinco aplicaciones del binomio shampoo + acondicionador vs. una aplicación de shampoo clásico.

**REVOLUCIÓN FIBRALOGY**

EL PRIMER SISTEMA CAPILAR CON FILLOXANE,  
 QUE PENETRA Y EXPANDE LA FIBRA CAPILAR  
 EN 3 PASOS:



1 PENETRA



2 EXPANDE



3 ENGROSA

**L'ORÉAL**  
 PARIS

## Cómo abordarlo

El dolor es un síntoma que puede manifestarse como una sensación desagradable, de diferente intensidad, que denota la existencia de una alteración en nuestro organismo.

Se trata de una percepción displacentera que se nota en lo físico y que se asocia al miedo y rechazo que aparece en la parte psíquica, trayendo como consecuencia un sufrimiento que afecta el ánimo.

La parte física del dolor es abordada por los médicos de las distintas especialidades para llegar a un diagnóstico correcto y, mediante tratamiento, poder eliminarlo o disminuirlo a un grado tolerable.

Especialmente en los dolores crónicos resulta casi imprescindible la colaboración de psicólogos, que irán logrando la aceptación del sufrimiento por parte de los pacientes, reflexionando sobre otros aspectos positivos que se posean, con lo que la sensación de dolor tenderá a disminuir. Diversas formas de terapias ocupacionales ayudan a que los días sean un poco más placenteros.

Las personas que forman el entorno del paciente muchas veces no saben cómo ayudarlo, están temerosos y hasta tratan de evitarlo, contribuyendo involuntariamente a que sienta aislamiento, aumentando su sufrimiento.

Acompañarlo, escucharlo, ponerse en su lugar para comprenderlo mejor, no hacer comparaciones con situaciones similares, cuidarlo y brindarle un clima de tranquilidad aliviará su espíritu y, con ello, su dolor.

**Dra. María Isabel Casas**



## DOLOR: IMPORTA LA CAUSA PERO TAMBIÉN SUS EFECTOS

*Asociado a un daño real o potencial, el dolor constituye una experiencia sensorial y emocional desagradable, cuyas consecuencias ocasionan un impacto negativo en la calidad de vida del afectado y de su entorno.*

**Signo de alerta** y principal motivo de ausentismo laboral y de consulta en los centros asistenciales de nuestro país, el dolor permite determinar que algo no funciona bien en el organismo.

Se lo considera dolor *crónico* cuando se padece de forma continua durante al menos seis meses y quienes lo sufren cuentan con mayores probabilidades de tener depresión, ansiedad o enfermedades cardiovasculares.

En cuanto al dolor que se experimenta en un momento puntual, denominado *agudo*, más allá de que su finalidad es alertar a quien lo sufre, también necesita tratamiento.

Pero además de esta clasificación por su duración, al dolor también puede categorizarse por las alteraciones que provoca en las funciones del organismo. De tal manera, puede resultar *somático*, cuando emana de la piel, los músculos, las articulaciones, los ligamentos o los

huesos, o *visceral*, si proviene de los órganos internos.

También es posible que sea *neuropático*, cuando es producido por un nervio dañado, que no debe ser tratado de manera convencional, sino a través de fármacos como antidepresivos o anticonvulsivos, entre otros.

En los últimos años comenzó a considerarse al dolor como una enfermedad en sí mismo, por lo que resulta fundamental atenderlo cuanto antes para procurar alivio, aún en aquellos casos en que resulte dificultosa su erradicación.

En tal sentido, es aconsejable que los diferentes efectos que produce el dolor sean atendidos en primera instancia por el médico de familia, capaz de brindar el primer diagnóstico, y recién después y de ser menester, realizar la derivación que la afección pudiese requerir. ■

See the Great, Feel the Great

4G LTE

# LG G4 Beat



Cámara



13M  
13 MP

Cámara Frontal



5M  
5 MP Full HD

Pantalla



5.2"  
IPS LCD FULL HD

EL HARDWARE DEL EQUIPO SOPORTA DIFERENTES BANDAS DE FRECUENCIA DE LTE (LONG TERM EVOLUTION - SERVICIO DE DATOS DE BANDA ANCHA DE CUARTA GENERACIÓN, 4G). EL SERVICIO DE LTE ESTARÁ DISPONIBLE SEGÚN COBERTURA GEOGRÁFICA Y BANDAS DE FRECUENCIAS A DESPLEGAR POR LOS OPERADORES CELULARES Y PUEDE REQUERIR CAMBIO DE TARJETA SIM.





Pollo, pimientos, bondiola,  
y salmón preparados a la

# PARRILLA

*Para quienes gustan de los alimentos asados y de cocinar sobre las brasas, ofrecemos cuatro recetas que invitan a colocar sobre la parrilla diferentes opciones.*



Por Ignacio Gerbino  
y Lorena Pereyra

## ESFERA DE POLLO

### Ingredientes:

2 pata-muslos de pollo  
10 fetas de panceta ahumada  
150 gr de mozzarella  
100 gr de queso Cheddar  
1/2 pimiento rojo  
25 gr de aceitunas  
Ajo  
Aceite de oliva  
Sal y pimienta

**Procedimiento:** Deshuesar las pata-muslos y reservar.

Cubrir con papel film dos boles pequeños y disponer en cada bol 5 fetas de panceta en forma cruzada, de manera tal que puedan envolver la pata deshuesada.

Colocar cada pata-muslo en un bol con la parte de la piel para abajo, salpimentar y agregar un poco de ajo picado con una pequeña cantidad de aceite de oliva.

Cortar el queso en cubos pequeños, el pimiento en trocitos y las aceitunas picadas. Rellenar con estos ingredientes las pata-muslos y cerrar de forma que



quede una bola.

Cocinar 30 minutos en la parrilla: la mitad de ese tiempo del lado del

cierre y luego dar vuelta para terminar la cocción. ■

## PIMIENTOS RRELLENOS



### Ingredientes:

2 pimientos rojos  
1 puerro  
100 gr de jamón cocido  
150 gr de champiñones  
100 gr de mozzarella  
4 huevos  
Aceite de oliva  
Sal y pimienta

**Procedimiento:** Lavar y cortar los pimientos a la mitad. Reservar.

En una sartén con aceite de oliva, rehogar el puerro, el jamón y los champiñones cortados finamente. Salpimentar y reservar.

En láminas de papel aluminio, disponer cada una de las mitades de los pimientos, colocando en ellas el relleno e incorporar trozos pequeños de mozzarella.

Colocar los huevos crudos sobre el pimiento. Salpimentar y rociar con aceite de oliva.

Cerrar el papel aluminio y cocinar a la parrilla unos 15 minutos. ■

## BIFES DE BONDIOLA

### Ingredientes:

1 bondiola de cerdo  
100 cm<sup>3</sup> de salsa de soja  
1 cucharada de jengibre  
2 cucharadas de miel  
Sal y pimienta

**Procedimiento:** Cortar la bondiola en bifes de 3 cm de espesor.

Colocar en un bol la salsa de soja el jengibre, la miel y salpimentar.

Introducir los bifes en la marinada y dejar descansar toda la noche.

Cocinar a la parrilla por 10 minutos de cada lado.

Servir con un buen puré de papas cremoso. ■



## SALMÓN ROSADO



### Ingredientes:

1 filete de salmón  
Aceite de oliva  
1 lima  
4 dientes de ajo  
100 cm de leche  
Aceite de maíz  
Sal y pimienta

**Procedimiento:** Salpimentar el filete de salmón y colocar en la parrilla. Rociar con aceite de oliva y una buena cantidad de jugo de lima de ambos lados. Reservar.

En un bol, colocar los ajos finamente picados, la leche y mezclar con el aceite de maíz hasta obtener una crema homogénea. Salpimentar.

Cocinar el salmón a la parrilla y servirlo tibio acompañado de la salsa. ■



### Nivel Técnico

- Tecnicatura Superior en Servicios Gastronómicos / Chef
- Tecnicatura Superior en Administración de Recursos Humanos
- Tecnicatura Superior en Administración General
- Tecnicatura Superior en Administración Agropecuaria
- Tecnicatura Superior en Régimen Aduanero y Comercio Exterior
- Tecnicatura Superior en Traductorado Técnico Científico en Lengua Inglesa
- Tecnicatura Superior en Consultoría Psicológica

### Nivel Pedagógico

- Profesorado en Educación Física
- Tramo de Formación Pedagógica para Nivel Medio y Superior



# Corazón de Horma



*Pasión por Nuestros Quesos*



*Maestros Queseros*



La obesidad infantil puede generar problemas muy graves en el

# HÍGADO

*El creciente fenómeno de la obesidad infantil está provocando un alarmante aumento de alteraciones en el hígado que pueden terminar demandando un trasplante de ese órgano tan vital en la edad adulta, comenta la Dra. Ivone E. Malla, destacada especialista en esta materia.*

**Ivone Elvira Malla** nació en Bahía Blanca el 2 de mayo de 1969, en el seno de una familia muy ligada al cooperativismo. Sus progenitores fueron durante muchos años delegados a la asamblea de la Cooperativa Obrera, mientras que su abuelo materno y dos hermanos de su padre ejercieron en distintos períodos la presidencia de nuestra entidad.

Ivone cursó sus estudios primarios en la escuela 34 y los secundarios en el Colegio Nacional de su ciudad natal, trasladándose luego a La Plata para obtener su título de grado en la Facultad de Ciencias Médicas de la universidad estatal. Hizo su residencia en Pediatría en el Hospital de Niños de la capital provincial y en el año 2000, cuando se crea en Pilar el Hospital Universitario Austral (HUA), comenzó a trabajar en

esta acreditada institución de asistencia, docencia e investigación médica, donde realizó un fellow en hepatología, completando su formación especializada en las clínicas universitarias Saint-Luc, en Bruselas.

Actualmente se desempeña como jefa de la sección Hepatología Infantil y Trasplante Hepático Pediátrico en el HUA y es además hepatóloga del Hospital de Pediatría Garrahan de la Capital Federal.

**—¿Cuál es la causa más común de enfermedad hepática en los niños?**

—El llamado hígado graso no alcohólico, que se asocia con obesidad e insulino-resistencia y su prevalencia está en aumento en proporción a la alarmante expansión observada en la obesidad infantil. Se trata de un problema global con reportes en América, Europa, Asia y

Oceanía, y si bien hay predisposiciones étnicas (mayor riesgo en hispanos) y de género (relación varón-mujer: 2 a 1), la obesidad es el factor de riesgo más prominente.

**—¿Cómo es que los hispanos somos más propensos al hígado graso?**

—Esta diferencia étnica puede deberse a una mayor insulino-resistencia y en consecuencia mayor distribución de adiposidad visceral, pero también podría ser el resultado de factores socio-económicos que influyen en el tipo de dieta, la insuficiencia de ejercicios físicos y los hábitos sedentarios. Las dietas de bajo costo, consistentes en comidas con alto contenido de grasas, azúcares y sal, densas en energía y pobres en micronutrientes, muestran en las últimas décadas el incremento de esta verdadera

“epidemia de obesidad infantil” y sus correlativas enfermedades, situación que requiere medidas de prevención primaria a partir de la edad pediátrica.

*–La obesidad infantil está considerada como uno de los problemas más importantes de nuestro siglo en materia de salud...*

–Correcto. Y padecer obesidad a temprana edad suele llevar a morbilidad y mortalidad en la edad adulta, ya que el 55 % de los niños obesos pasan a ser obesos en la adolescencia y un 80 % de los adolescentes obesos lo continuarán siendo en la edad adulta, aunque el 70 % de los actuales adultos obesos no lo eran en su infancia o adolescencia. Estos porcentajes y el hecho de que en las tres últimas décadas se hayan triplicado en el mundo las cifras de obesidad infantil, exigen que las políticas de salud pública

deban intensificar la lucha contra la obesidad, mejorando los hábitos dietéticos y los estilos de vida.

*–¿Cuál es la proporción de niños obesos en el mundo?*

–Según diferentes estudios podríamos decir que está en un rango que va del 10 al 30 %, pero de los niños obesos entre 70 y 80 % presentan hígado graso. Esta afección se asocia con la hipertensión y la diabetes mellitus tipo 2, determinando un alto riesgo de desarrollar enfermedad cardiovascular. Además, el hígado graso puede evolucionar a cirrosis y hepatocarcinoma con la consecuente necesidad de trasplante hepático.

*–¿También está aumentando la tasa de mortalidad por hígado graso?*

–La emergencia del hígado graso como principal causa de enfermedad hepática

en las poblaciones pediátricas se está dando en todo el mundo. Y el aumento de la mortalidad es atribuible a causas tanto hepáticas como cardiovasculares, por el alto riesgo cardiovascular que pueden presentar los niños afectados. Pero en la infancia, la plasticidad general de órganos y sistemas permite que intervenciones apropiadas reviertan los daños.

*–¿Qué objetivos terapéuticos demanda el hígado graso?*

–Una adecuada nutrición, actividad física y evitar tabaquismo y alcoholismo, lo que también previene el riesgo cardiovascular. Lo importante es difundir estos objetivos para que la población en general conozca el preocupante aumento de una afección que es necesario combatir desde la prevención para lograr una disminución en la cantidad de pacientes afectados por esta pandemia. ■

Tu perro merece lo mejor

**Tiernitos**<sup>®</sup>  
SELECCIÓN

GEPSA PET FOODS

Servicio de Información al Consumidor:  
0-810-888-GEPSA (43772)  
www.gepsa.com

NUEVO

FRICCIÓN LIMITADA

**Doritos**  
Ruleta

CUIDADO  
UNO DE CADA TANTOS  
ES PICANTE

**Doritos**

ElDoritosARG  
#UnoDeCadaTantos



## EXITOSA HABILITACIÓN DE UNA NUEVA SUCURSAL EN NEUQUÉN

En las últimas horas del jueves 18 de febrero, las autoridades de la Cooperativa Obrera presentaron formalmente a representantes oficiales y de entidades comunitarias de la ciudad capital de la provincia de Neuquén las instalaciones de la Sucursal 113 de la entidad, ubicada en la calle Chocón al 600, entre Bahía Blanca y México.

A la mañana siguiente, minutos antes del horario de apertura del supermercado cooperativo, un nutrido grupo de consumidores había formado una espontánea fila aguardando que se abrieran las puertas del flamante inmueble para convertirse en los primeros compradores del establecimiento.

Ese manifiesto interés de los consumidores neuquinos por conocer la propuesta del edificio construido por La Coope en la zona sudeste, a pocas cuadras



del río Limay, quedó reflejado en las semanas siguientes con la considerable afluencia de asociados que visitan diariamente la nueva sucursal.

Sobre un amplio terreno que ocupa media manzana, la superficie cubierta alcanza a 2.600 metros cuadrados, de los cuales más de 1.200 están destinados al área de ventas, mientras que la playa de estacionamiento pavimentada



cuenta con capacidad para ubicar 45 automóviles.

Con este nuevo emprendimiento de la Cooperativa Obrera, que se ha convertido en la décima sucursal que funciona en la provincia patagónica, nuestra institución generó más de cincuenta puestos de trabajo directo, a los que lógicamente se agregan varios más de carácter indirecto. ■

## CÍRCULO DE CONSUMIDORES: REUNIONES DE ABRIL

**Martes 5, de 15 a 17:30**, en la Asociación Italiana de Socorros Mutuos de **Médanos**, con asistencia de consumidores de esa ciudad, Cabildo, Monte Hermoso y Punta Alta.

**Jueves 7, de 16 a 18:30**, en el Club Atlético San Martín de **9 de Julio**, con asistencia de consumidores de esa ciudad, Bolívar, General Villegas, Henderson, Pehuajó y Trenque Lauquen.

**Martes 12, de 15 a 17:30**, en el Sindicato de Obreros y Empleados

Municipales de **Laprida**, con asistencia de consumidores de esa ciudad, Azul, Coronel Pringles, General La Madrid y Olavarría.

**Jueves 14, de 15 a 17:30**, en el Centro de Jubilados y Pensionados de **Guatraché**, con asistencia de consumidores de esa ciudad, General Acha, General Pico y Santa Rosa.

**Martes 19, de 15 a 17:30**, en la Peña Nativista de **Coronel Dorrego**, con asistencia de consumidores de esa ciudad,

Benito Juárez y Tres Arroyos.

**Jueves 21, de 17 a 19.30**, en el Centro de Jubilados y Pensionados de **Ingeniero Huergo**, con asistencia de consumidores de esa ciudad, Allen, Cipolletti, General Fernández Oro, General Roca y Villa Regina.

**Martes 26, de 15 a 17:30**, en el Club Social y Deportivo **Villalonga**, con asistencia de consumidores de esa ciudad, Mayor Buratovich, Pedro Luro y Viedma. ■

TRESemmé  
USED BY PROFESSIONALS



NUEVO (DES)PEINADO  
PERFECTO

ONDAS  
NATURALES  
SIN ESFUERZO

RESULTADOS DE SALÓN TODOS LOS DÍAS



## GRAN EXPECTATIVA POR LA CENTRAL DE COMPRAS FACC

El jueves 25 de febrero se llevó a cabo en Bahía Blanca un encuentro de cooperativas y mutuales de consumo y con sección consumo y cooperativas de productores y de trabajo, con presencia de un centenar de representantes de 50 entidades con sede en nueve provincias y en Capital Federal.

En la reunión, que se extendió durante toda la jornada, se brindaron detalles sobre los avances de la Federación Argentina de Cooperativas de Consumo en la implementación de la Central de Compras, intercambiando opiniones con los asistentes para un más eficiente desarrollo de las operaciones, cuyo comienzo está previsto para el presente de abril.

La iniciativa ha generado gran expectativa, a punto tal que el presidente del Instituto Nacional de Asociativismo y Economía Social (INAES), Dr. Marcelo Collomb, en el acto de presentación de las nuevas autoridades de ese organismo hizo referencia concreta al proyecto.

“La creación de la central de compras impulsada por la FACC, sobre la base de la integración planteada en el sexto principio cooperativo y el poder de compra de la Cooperativa Obrera, permitirá trasladar, tanto a las cooperativas como a las mutuales, los precios netos de compra que la principal cooperativa de consumo del país negocia con sus proveedores. Y al mismo tiempo, las cooperativas de trabajo y producción



Los asistentes al encuentro, una vista de las deliberaciones y el presidente de FACC, Cr. Rodolfo D. Zoppi, en el momento inicial de la jornada.

podrán ofrecer sus productos a través de negociaciones directas, transparentes y equitativas. De este modo, se obtiene para las cooperativas con sección consumo y las mutuales con servicio de proveeduría mejores condiciones en el precio de los productos, se fortalece su competitividad y se amplían los servicios a los asociados”, señaló el funcionario.

También el Dr. Collomb destacó que “esto posibilitará administrar solidariamente un sistema de compras en común, controlar la calidad, preservar la salud y el medio ambiente, alcanzar dimensión nacional con una fuerte presencia territorial local y potenciar al pequeño y mediano productor regional”. ■

## ASAMBLEAS DE DISTRITO: 16 EN ABRIL

A partir de este mes comenzarán a realizarse las 30 Asambleas de distrito convocadas por el Consejo de Administración de la Cooperativa Obrera para elegir un total de 120 delegados titulares y 30 suplentes, quienes tomarán parte de la asamblea ordinaria que se llevará a cabo a fines de junio.

El calendario de abril es el siguiente:

• **Jueves 7: Río Colorado** (14 hs., 1 titular y 1 suplente) y **Mar del Plata** (16hs., 3 titulares y un suplente).

• **Viernes 8: Choele Choel** (14 hs., 1 titular y 1 suplente) y **Guatraché** (14 hs., 1 titular y un suplente).

• **Jueves 14: Necochea** (14 hs., 3 titulares y 1 suplente) y **Tornquist** (14 hs., 1 titular y un suplente).

• **Viernes 15: Coronel Dorrego** (14 hs., 1 titular y 1 suplente) y **Pedro Luro** (14 hs., 1 titular y un suplente).

• **Jueves 21: Tres Arroyos** (14 hs., 3 titulares y 1 suplente) y **Azul** (16 hs., 2 titulares y un suplente).

• **Viernes 22: Benito Juárez** (14 hs.,

1 titular y 1 suplente) y **Viedma** (14 hs., 2 titulares y un suplente).

• **Jueves 28: Villa Regina** (14 hs., 2 titulares y 1 suplente) y **General Pico** (15 hs., 1 titular y un suplente).

• **Viernes 29: Olavarría** (14 hs., 2 titulares y 1 suplente) y **Santa Rosa** (14 hs., 1 titular y un suplente).

Cabe recordar que se encuentra en trámite la reforma estatutaria que permitirá superar la valla implícita de 30 asambleas de distrito que impone el texto actual. ■

LA SERENISIMA  
**Yogurísimo**  
con ProVitalis

ALIMENTA TUS  
GANAS DE VIVIR



YOGUR ENDULZADO ENTERO NATURAL FORTIFICADO CON VITAMINAS A, B2 Y D, CON COPOS DE MAÍZ AZUCARADOS PARA MEZCLAR. YOGURÍSIMO RECOMIENDA MANTENER UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA ACOMPAÑADA DE ACTIVIDAD FÍSICA. LA IMAGEN DE LA FIGURA HUMANA HA SIDO RETOCADA Y/O MODIFICADA DIGITALMENTE.

## LA COOPE PARTICIPÓ DE LA FISA 2016

En el Predio Ferial Corporación de Bahía Blanca se llevó a cabo entre el 10 y el 13 de marzo la edición 2016 de la Feria de la Producción, el Trabajo, el Comercio y los Servicios (FISA), que es la exposición anual multisectorial más importante del sur argentino.

Nuevamente este año, la Cooperativa Obrera participó con un stand atendido por sus propios empleados, quienes atendieron con esmerada dedicación a los miles de visitantes que se acercaron al mismo, ya sea para observar el abundante material gráfico y audiovisual exhibido como para participar en juegos consistentes en contestar correctamente preguntas vinculadas con el quehacer de nuestra entidad en particular y de las empresas de economía social en general.

La inauguración de la muestra contó con la presencia del ingeniero agrónomo Jorge Elustondo, actual ministro de Producción, Ciencia y Tecnología de la provincia de Buenos Aires.

### Visita del Ministro

Después de asistir a la apertura oficial de la FISA, el ministro Elustondo se trasladó hasta las instalaciones de



El intendente municipal de Bahía Blanca, Héctor Gay, visitó el stand de la Cooperativa Obrera.



Ing. Jorge Elustondo. Dr. Pablo Nogués.

la Cooperativa Obrera, acompañado por varios integrantes de su gabinete

—entre ellos el subsecretario de Acción Cooperativa, doctor Pablo Nogués— y el intendente municipal de la ciudad, señor Héctor Gay.

Durante unas dos horas el funcionario departió con las autoridades de La Coope y se manifestó entusiasmado al conocer el amplio abanico de actividades económicas, sociales y culturales que desarrolla nuestra institución y las posibilidades de encarar acciones conjuntas. ■

## AYUDA ESCOLAR

Como todos los años, al comenzar un nuevo período lectivo la Cooperativa Obrera otorgó un beneficio especial a los empleados con hijos en edad escolar.

En esta oportunidad recibieron la ayuda escolar de nuestra entidad 1.334 empleados que cuentan con 2.006 hijos cuyas edades van de los 4 a los 17 años. ■

## CAMPAÑA CON UNICEF

El 17 de marzo la Cooperativa Obrera lanzó oficialmente una campaña que cuenta con la colaboración de UNICEF Argentina y tiene por lema “Enseñemos con el ejemplo: Crianza sin Violencia”.

Puntualizando que en la Argentina el 46.4 % de los padres reconoce utilizar la violencia física para criar o disciplinar a sus hijos, la campaña invita a sumarse y ayudar a crear un mundo sin violencia.

Destaca el material gráfico que ha comenzado a distribuirse en los distintos locales de La Coope que “ninguna forma de violencia contra los niños y las niñas es justificable, y toda forma de violencia es prevenible”.

También la campaña contempla la realización de charlas ilustrativas a

través de profesionales especializados en esta temática.

### Recaudación

Durante el pasado mes de febrero en todas las sucursales de la Cooperativa Obrera tuvo lugar un nuevo redondo solidario de los consumidores en apoyo a la labor que desarrolla en nuestro país el Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF).

Se recaudaron en total \$ 448.766,86 provenientes de 696.379 aportes, en una palpable muestra de que cuando son muchos los que colaboran, aún con muy pocos centavos cada uno, se logra reunir sumas muy importantes. ■

**¡Nuevo!**



**NUEVO  
SABOR**



**NUEVO  
SABOR**



# LISBOA Y OPORTO, DOS CIUDADES ENTRE LUCES, COLINAS Y VIÑEDOS

Pese a que la mayoría de las excursiones que salen desde nuestro país hacia Europa no lo incluyen, Portugal es un país digno de ser conocido, a partir del encanto que despiertan sus dos ciudades más emblemáticas: Lisboa y Oporto.



**En comparación con ciudades de España** y otros países de Europa, tanto Lisboa como Oporto representan una opción no sólo bastante más barata para el turista, sino por demás atractiva.

Situada en la desembocadura del río Tajo, Lisboa es una ciudad histórica y vibrante al mismo tiempo. En este contexto, recorrerla implica necesariamente explorar los barrios de Alfama y Baixa, en los que se encuentran la Catedral, el Castillo de San Jorge y cuatro de las grandes plazas de la capital de Portugal.

También se recomienda visitar

el precioso distrito de Belém, entre cuyas principales atracciones se incluyen la Torre, el Monumento de los Descubrimientos y el magnífico Monasterio de los Jerónimos, una extravagante construcción levantada en base a las riquezas obtenidas por las expediciones de los descubrimientos realizados en el siglo XIV y el posterior comercio con las colonias.

Las noches de Lisboa dan lugar a gran variedad de ofertas, entre las que se pueden elegir los restaurantes de alta cocina de la plaza Rossio, los animados bares del Barrio Alto o el sobrecogedor

sonido del fado que se interpreta en los locales de Alfama.

Oporto, en tanto, es la segunda ciudad más importante de Portugal y se ha visto rejuvenecida en los últimos años debido al aumento del turismo y el abaratamiento de los vuelos (low cost).

Una recorrida por el centro histórico tiene que estar incluida en cualquier agenda de viaje, así como disfrutar de un entretenido viaje en ferry por el río Duero hasta la región de los viñedos que, escalonados en terrazas, dan origen a la afamada bebida identificada con el nombre de la ciudad. ■



**PERÚ MÍSTICO** SALIDA: 13 de octubre del 2016 9 noches

**Incluye:**  
 Aéreo desde Bahía Blanca + 2 noches en Buenos Aires con desayuno y todos los traslados + traslados, visitas y excursiones en servicio privado + Alojamiento en hoteles categoría turista superior con desayuno + 2 noches en Lima + 3 noches en Cuzco + 1 noche en Valle Sagrado + 1 noche en Aguas Calientes visitando Machu Picchu + 7 desayunos y 1 almuerzo

**- Coordinador desde Bahía Blanca con un mínimo de 20 pasajeros**

**\$39.340**  
(US\$ 2.482)

Tarifa por persona en base doble, expresado en pesos argentinos y entre paréntesis su equivalente en dólares. Tarifas varían al tipo de cambio del día de pago según operador responsable. (USD 1 = \$ 10,85 al 14/03/2016). Incluye IVA, DNI, gastos administrativos. No incluye percepción del 5% para pagos en efectivo y el depósito bancario según NG 3071. Coordinador desde Bahía Blanca con mínimo de 20 pasajeros. Cupos limitados (20 lugares por salida).

**CONSULTA POR HABITACIÓN A COMPARTIR, SINGLE O TRIPLE**

**C.F.T. 3,65%**

Tarifa Promocional Total C.F.T. 3,65%. Tasa Nominal Anual (TAN) 11,00%. Tasa Efectiva Anual (TEA) 13,00%. Seguros de vida 1,20% mensual sobre saldos adeudados.

0810-333-9859  
www.coopeviajes.com

**Coopeviajes.com**  
Tu compañía de confianza

Comercio en Régimen Tour S.A. EVT S.p.A. 8514 Ptas. 872-08 - Av. Corón 177 (2000) Bahía Blanca.

Los Varietales  
de Toro Viejo  
ahora en envase  
expendedor



Chenin  
Torrontés

Syrah  
Malbec

Bonarda  
Syrah

BEBER CON MODERACIÓN. PROHIBIDA SU VENTA A MENORES DE 18 AÑOS.

# CONSEJOS DE ABEJA

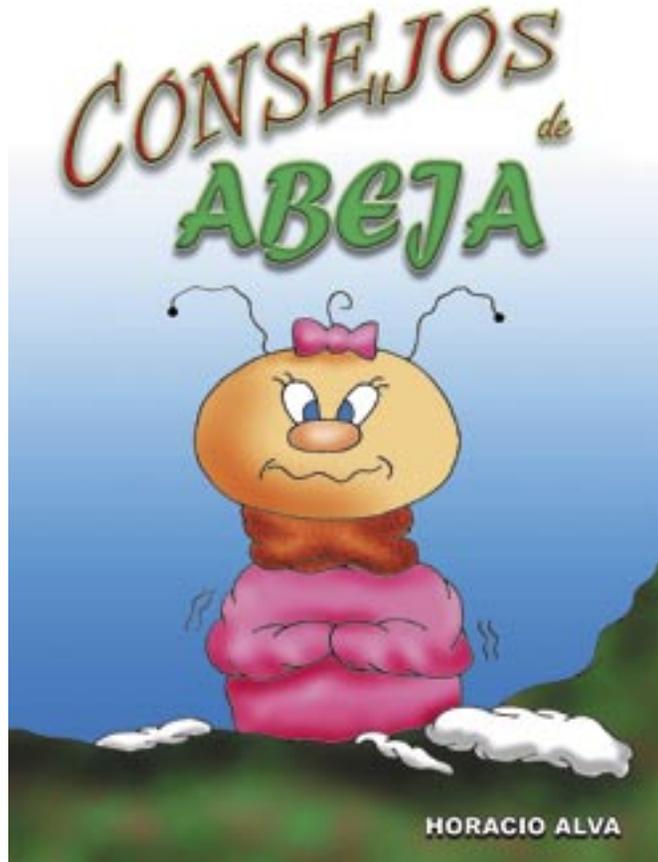
Ofrecemos un nuevo cuento infantil de Horacio Alva ([www.horacioalva.com.ar](http://www.horacioalva.com.ar)), el escritor bahiense que desde hace varios años viene desarrollando –con el auspicio de la Cooperativa Obrera– interesantísimos encuentros narrativos en nuestra la región.

**Tita es una pequeña abeja** que pasa los días volando en busca de flores y vientos favorables. Lleva una vida sencilla y dedicada al trabajo. Y como toda abeja posee un corazón muy generoso. Cada mañana se levanta temprano y sale con su bolsita a buscar las mejores flores de la zona. En el verano trabaja sin parar y antes de irse a dormir toma una gotita de miel. Así recupera fuerzas y descansa con una animada sonrisa. Siempre observa lo que hay alrededor de su colmena, sabe qué lugares son peligrosos y cuáles los mejores para ir a cosechar néctar, conoce los misterios de la naturaleza y por eso se encarga de explicarles a las abejas jóvenes los secretos de la vida de abeja. Cuando llega el invierno se echa a dormir por largas semanas porque a las abejas no les gusta el frío. Ellas se quedan adentro de la colmena, abrigándose unas a otras, esperando que llegue la primavera.

Pero en el último invierno sucedió algo que sirvió de lección a una de las habitantes de la colmena, abeja joven y sobrina de Tita. Ella era muy traviesa y desobediente. Merlina, así se llama, disfrutaba de hacer bromas todo el tiempo y nunca oía consejos. A veces se escondía detrás de un árbol, otras iba a algún campo cercano a dormir la siesta o comer uvas, pero nunca le hacía caso a su tía.

Lo cierto es que cuando llegó el invierno Merlina pensó: “No voy a dormir. Eso sí es perder tiempo. Voy a salir a conocer el mundo mientras mi tía se queda aquí como una haragana”. Y se puso una bufanda mientras observaba la colmena dormida: “¡Qué vida tan aburrida tienen!” dijo, y se marchó una mañana de mucho frío.

Lo primero que le llamó la atención fue cómo había cambiado el paisaje: ya



no había charquitos donde tomar agua, sino puro hielo... Al mediodía comenzó a sentir hambre por lo que voló en busca de alimento, pero para su sorpresa los árboles estaban sin frutos. “No importa, en algún lugar voy a encontrar algo para comer”, se dijo y siguió buscando hasta que llegó la tarde. Y la tarde trajo la lluvia y luego, la nieve...

Comenzaron a dolerle las alas y dejó de volar. Cuando oscureció se refugió debajo de una piedra: “¡Qué tonta fui, debí escuchar a mi tía! Ella tenía razón: el invierno no es para las abejas”. Y pasó la noche sin dormir, tiritando en el pastito mojado.

A la mañana apenas podía levantar

vuelo, pero igual se las arregló para regresar a la colmena. Entró despacito, sin hacer ruido, y de inmediato buscó arroparse junto a su tía.

–Merlina... ¡Estás helada!

–No tía, ya no, ahora estoy más calentita que nunca, respondió Merlina, feliz.

Y de pronto Merlina comprendió cuan sabios son los consejos de los mayores y lo importante que es saber escucharlos. Luego se quedó dormida y no despertó hasta muchas semanas después, cuando la primavera regresó una vez más y llenó la colmena con el aroma de flores nuevas. ■



# Se agrandó la ventana

## PANORAMA

UNA VENTANA A LA REALIDAD

**Nuevo horario, de 6.30 a 10 hs.**  
Conducción: **Daniel Horacio Ciampichini**

**RADIO**  
**BAHIA**  
**BLANCA**  
**AM 840**  
Lejos, la primera.

## Styling & Refrigeration

## arneg

ARGENTINA S.A.



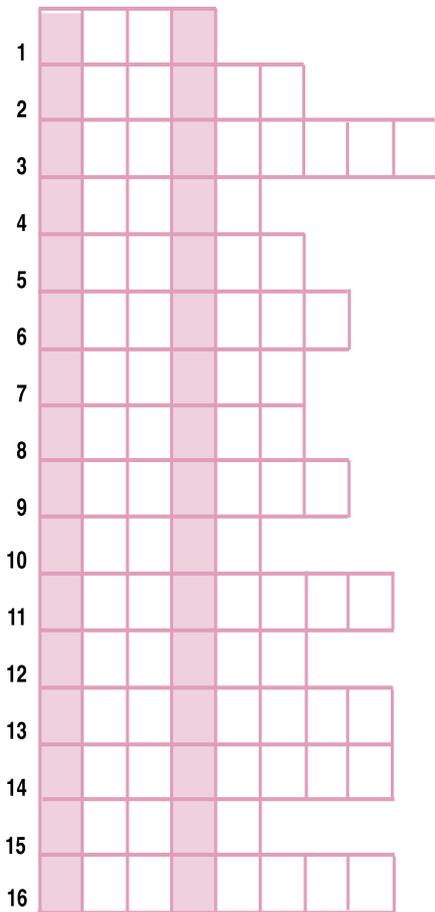
Exhibidoras Refrigeradas - Cámaras Industriales - Frío Alimentario  
Checkouts - Estanterías Metálicas - Puertas Frigoríficas y Comerciales  
Paneles Térmicos - Viviendas - Cerramientos - Avícola Porcino



ARNEG ARGENTINA S.A. Planta Industrial: Av. 25 de Mayo 2330, S2011PWA Rosario, Argentina - Tel: +54 (0341) 410 6100 - Fax: +54 (0341) 481 4002  
E-mail: [info@arneg.com.ar](mailto:info@arneg.com.ar) - [www.arneg.com.ar](http://www.arneg.com.ar) -  

# Coopegrilla

Encuentre las respuestas y ubique cada palabra en la fila correspondiente. Luego, recorriendo en forma vertical las columnas coloreadas, podrá leer una frase del recordado ensayista, físico y pintor argentino Ernesto Sábato, de cuyo fallecimiento en su hogar de Santos Lugares –acaecido 55 días antes de que llegase a sus 100 años de edad– se cumplirá un lustro el próximo sábado 30.



1. Ciudad del sudoeste de la provincia de Buenos Aires, erigida junto a la laguna que lleva su nombre y a cuya población la Cooperativa Obrera presta servicios desde 1997 a través de la sucursal 31.
2. Padre del progenitor de una persona.
3. Barrio de la ciudad de Bahía Blanca en el que funciona desde 1999 la sucursal 46 de La Coope.
4. Ciudad rionegrina conocida como la Capital Nacional de la Pera y sede de tres supermercados de la Cooperativa Obrera.
5. Sueño que se toma después del almuerzo.
6. Uno de los valores cooperativos que consiste en otorgar a cada uno lo que merece.
7. Persona a cuyo cargo está el gobierno de una universidad o centro de estudios superiores.
8. Factor que en las cooperativas tiene tanta importancia como el económico..
9. País limítrofe con Argentina en cuya capital

- tiene su sede permanente la Secretaría del Mercosur.
10. Presidente de la Argentina entre 1862 y 1868, cuyo apellido lleva la villa bahiense en la que funciona desde 1945 la sucursal 2 de La Coope.
11. Valor en el que se basan las cooperativas y por el cual todos los asociados tienen los mismos derechos.
12. Calle de la ciudad de Bahía Blanca en la que se encuentra ubicada desde 1998 la sucursal 44 de la Cooperativa Obrera.
13. Desgracia, suerte adversa.
14. Tipo de estatua que representa una persona a caballo.
15. País europeo reconocido, entre otras cosas, por sus relojes, chocolates e instituciones financieras.
16. Régimen normativo aprobado por los asociados de una cooperativa para regir la organización y funcionamiento de la entidad.

A – A – BUE – CHA – CHIE – CUES – DAD – DAD – DES – DI – E – E – ES – GUAL – GUAY – HU – I – LAI – LLEN – LO – MA – MI – NEZ – NO – PUAN – QUI – REC – RI – RIC – RU – SIES – SUI – TA – TA – TO – TOR – TRE – TRE – TU – U – ZA

## SOLUCIÓN

1. PUAN – 2. ABUELO – 3. RICCHIERI – 4. ALLEN – 5. SIESTA – 6. EQUIDAD – 7. RECTOR – 8. HUMANO – 9. URUGUAY – 10. MITRE – 11. IGUALDAD – 12. LAINEZ – 13. DESDICHA – 14. ECUESTRE – 15. SUIZA – 16. ESTATUO

# Humor

• Por Haus



*Construyendo un futuro para todos.*



*Comprometidos con los chicos  
por un país más grande.*

**Desde 1991 el Grupo Arcor, a través de su Fundación:**

- Apoyó alrededor de 1.900 proyectos educativos en todo el país.
- Logró que más de 2 millones de niños, niñas y adolescentes participen de sus iniciativas.
- Articuló su trabajo con más de 36.000 organizaciones que ponen su foco en la infancia.
- Apoyó y editó más de 140 publicaciones sobre niñez y educación.



*Momentos Mágicos*



*Momentos Mágicos*