

familia
COOPERATIVA

AÑO XLIII
JUNIO 2016

#367

CÍRCULO

VALORES HUMANOS



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



Momentos Mágicos

Año XLIII
JUNIO 2016

#367

familia
COOPERATIVA

La revista de la
Cooperativa Obrera
familiacooperativa@gmail.com
www.cooperativaobreroa.coop

Reg. Propiedad Intelectual
Renovación en trámite

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

Director:
Cr. Rubén A. Masón

**Diagramación
y armado:**
ONE art&design

**Preprensa
e Impresión:**
Artes Gráficas
Rioplatense 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.

TRANSICIÓN COOPERATIVA HACIA LA ECONOMÍA FORMAL

El fenómeno del estancamiento económico mundial tiene reflejo en un proceso similar; pero con alta inflación, que caracteriza la actual coyuntura económica de nuestro país. Esta situación amenaza la estabilidad de los empleos y no facilita que los trabajos precarios salgan de esa condición.

Mientras algunos planteos priorizan normas que eviten por un tiempo los despidos o los hagan más costosos, otros las consideran perjudiciales por condicionar las decisiones empresarias de incrementar los planteles de personal. Pero lo cierto es que el debate se limita a medidas cortoplacistas que no resuelven la cuestión de fondo, o sea, la necesidad de generar empleos formales y duraderos.

En este campo no puede obviarse que la propia Organización Internacional del Trabajo (OIT) ha reconocido que la tendencia mundial se dirige hacia empleos más precarios y contratos a más corto plazo. Lo expresó con estas palabras: "El aumento del empleo informal, no declarado y temporario, así como el trabajo a tiempo parcial involuntario, ha contribuido a la ampliación de las desigualdades de ingresos".

Frente a tan difíciles circunstancias, la Organización Internacional de las Cooperativas de Producción Industrial, Artesanal y de Servicios (CICOPA) elaboró un fundamentado documento en el que pone de relieve el modo en que las cooperativas y otras empresas de la economía solidaria constituyen una de las fuerzas principales en la transición de la economía informal a la formal.

También destaca que en las cooperativas, además de la mayor estabilidad de los empleos, existe una fuerte tendencia hacia la movilidad dentro de la empresa y la disparidad de ingresos es en ellas decididamente más reducida que en el conjunto de todo tipo de empresas.

Por otra parte, los estudios de campo de la misma OIT demuestran que las cooperativas son el tipo de empresa más accesible a los ciudadanos comunes y que, con una adecuada regulación, permiten que trabajadores y productores tomen los pasos decisivos que conducen de la economía informal hacia la formal.

Pero al mismo tiempo CICOPA advierte sobre el error de visualizar a las cooperativas como meras agencias de desarrollo para-gubernamental, pues ello les priva de autonomía e independencia, o de considerarlas instituciones caritativas, por su incapacidad material de asumir esa misión y porque su única y auténtica fórmula es la del esfuerzo propio y la ayuda mutua. ■

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: holacooperativa@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 RICCHIERI (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 DORRIGO (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
NECOCHÉA (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
PEHUJÓ (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
VIÉDMA (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): Piquén 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

*Una
charla con
valores
humanos*

6-8



*Comer
rápido
no es
bueno*

10

*Los
distintos tipos
de padre*

12

*La visita de
Belgrano al
Congreso de
Tucumán*

14

*La neumonía
es una afección
prevenible*

16



*Platos
de la
gastronomía
italiana*

18-20

*La lucha
contra el
tráfico ilegal de
la vida silvestre*

22

*Lobería siente
orgullo de ser cuna
de un héroe
de Malvinas*

24-25



*Una
escapada
a Santiago
de Chile*

30



Una charla con valores **HUMANOS**

Cautivante interés despertó la charla que sobre “Valores humanos” ofreció el profesor de filosofía Héctor Omad durante el último bimestre en las diferentes reuniones zonales del Círculo de Consumidores de la Cooperativa Obrera.

“Un país puede ser rico en su economía, pero eso no garantiza la prosperidad de una nación. Sus verdaderos cimientos se construyen en base a los valores de su gente”, sostiene Héctor Omad (65), nativo de El Bolsón, la ciudad rionegrina ubicada en el extremo suroeste de la provincia, egresado y actual profesor de filosofía en el Instituto Juan XXIII de Bahía Blanca.

A lo largo del tiempo, explicó inicialmente Omad, muchos estudiosos de la vida humana se han ocupado de investigar tres tendencias básicas de comportamiento que se dan en las personas y de las que se derivan muchas otras.

“Una de ellas, el egoísmo, es la primera que se visualiza, está ligada al instinto de conservación y es la que con mayor fortaleza aparece en la vida del ser humano. Esa tendencia se ve asociada al pensamiento y la imaginación, y se extralimita originando problemas como la injusticia, la desigualdad y la violencia”, destacó.

A su criterio, la preocupación central de los pueblos se centra en cómo limitar ese egoísmo para que la convivencia resulte lo más sana posible.

“Estamos en una época en la que se ha justificado de tal manera al egoísmo y la codicia, que hoy no se sabe cómo frenarlos. Para garantizar la convivencia no bastan los límites externos, porque si bien son necesarios, no resultan suficientes si no van acompañados de una educación moral”, sostuvo.

Como segunda tendencia, que entre todas las especies vivientes sólo se evidencia en el hombre, señaló a la crueldad,

es decir, el gozo y la satisfacción que se siente al hacer el mal.

“Esto es curioso, pero lamentablemente existe, por lo que debe tratarse que desde la infancia se vaya aprendiendo a moderarla y, si es posible, eliminarla”.

La bondad, tendencia inigualable

“Aunque así como el egoísmo y la crueldad nos abruman, también tenemos otra tendencia natural e inigualable, que nos eleva como seres humanos y que, si bien se la ha definido de múltiples formas, a mí me gusta llamarla bondad”, comentó el disertante.

Acerca de la bondad, afirmó que de ella se desprenden los mejores valores que un hombre puede tener: la simpatía, la cortesía, el respeto, la generosidad, la ternura. Por ello hay que cultivarla y desarrollarla con el pensamiento, la voluntad y el ejercicio.

“Es difícil definir la bondad, pero es fácil describirla. Un sabio dijo alguna vez que es querer cuidar al otro, como los párpados cuidan a los ojos”, subrayó, agregando que “resulta imposible concebir una persona absolutamente mala, porque por más cruel que sea, siempre tiene una pizca de bondad”.

“Como si fuera un músculo, esa tendencia se puede reforzar con técnicas y prácticas. Es una actitud ante la vida, un modo de ser y convivir, que hay que desarrollar”, añadió.

Asimismo, resaltó que todo ser humano, en condiciones normales, no desea sufrir y anhela alcanzar la dicha y el bienestar. “Esto necesariamente se logra

en base a los valores, algo que deberíamos aprender y pregonar, para ir impregnado a la sociedad entera”.

“La mayor riqueza de un pueblo son los valores que encarnan sus habitantes. Cuando se abandona el respeto, se da lugar a la rivalidad, la corrupción y el odio, por lo que encontrar una salida resulta muy dificultoso”.

Por otra parte, consideró que aquellos que sostienen que la crisis reside en la educación están en lo cierto, pero remarcó la necesidad de no confundir educación con información.

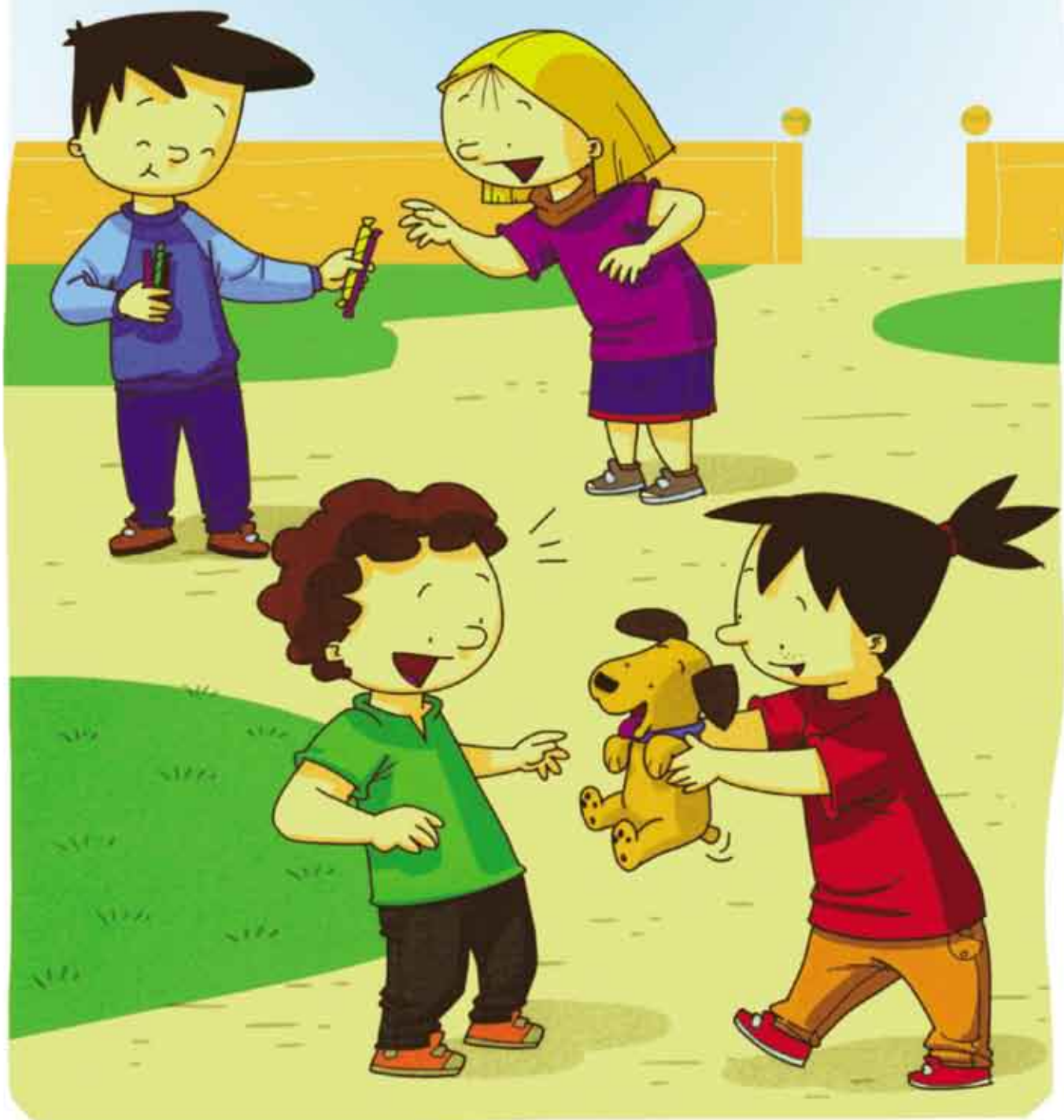
“Una verdadera educación es añadirle valores al conocimiento, porque con la información por sí sola no alcanza. Hay que volver a la buena crianza que implica educar en la casa, el lugar donde se aprenden los mejores hábitos de conducta”, recalcó.

En tanto, indicó que, a través de la repetición y la representación imaginativa, es factible ampliar una tendencia para empujar y reforzar el sentimiento.

“Con el pensamiento debemos ayudar a fortalecer algunos sentimientos. Hay personas que fueron crueles en la vida y, frente a alguna experiencia dolorosa, se despiertan y pueden modificar su proceder”.

Además, para que los malos hábitos no se acumulen, es menester realizar un autoexamen: “Los antiguos pensadores griegos decían que una vida que no se examina a sí misma, no es digna del hombre. Hay que examinarse, porque podemos engañar a los demás, pero no a nosotros mismos. Para crecer como personas, es necesario desaprobarnos”.

"Quien exhibe bondad vive dando y olvida que da, mientras que el egoísta vive recibiendo sin agradecer nunca".





"Los verdaderos cimientos de un país se construyen en base a los valores de su gente".

tras tendencias negativas y reforzar las buenas".

Omad también hizo hincapié en que "el hombre es cambiante, y cualquier circunstancia que se altera modifica nuestros estados de ánimo, porque estamos hechos de partes".

"Sólo el conocimiento que brinda el valor compacta a la persona. Por eso es tan importante establecer una escala de valores, que enlace la palabra con el pensamiento y con la acción", agregó.

Finalmente, a manera de cierre, abogó en la necesidad de llevar a cabo una vida sencilla y moderada, en la que la buena conducta y el servicio a la sociedad sean moneda corriente. "Si rumbeamos en esa dirección, vamos por el camino correcto", concluyó.

Frases para tener en cuenta

- "El carácter de una persona es como

un fruto que madura en el árbol. Tiene una enorme importancia y moldearlo es tarea de cada uno. Si lo logramos, podremos obtener no solamente paz y armonía, sino una vida más fácil para con los demás".

- "Vivir es relacionarse con otros en armonía. Por eso resulta vital desarrollar valores capaces de brindar calidez y belleza a la vida. La persona que cultiva actitudes positivas nunca está sola".

- "Un chico puede criarse en un ambiente pobre, con dificultades económicas, pero si sus padres son afectuosos, está garantizado su equilibrio afectivo. Si hay desafecto e indiferencia, faltará lo más importante: humanidad".

- "Muchas veces se ha dicho que existe la fuerza del poder, de la espada, del dinero, pero nada es más fuerte que el encanto de la bondad, aunque parezca mentira. El agua es capaz de vencer a la roca, así como lo suave puede modificar lo rígido".

- "Los que se imponen por la fuerza

no pueden sostenerse mucho. Las personas flexibles son las que perduran en el tiempo".

- "Todas las cualidades hay que dirigir las con la inteligencia, para que se administren de manera correcta. Sólo así crecen las virtudes del ser humano".

- "Hay que ponerle límites a los deseos, moderarlos, porque sólo así se alcanza tranquilidad interior. La persona llena de deseos es ansiosa, preocupada y si se frustra, se enoja. Un sabio antiguo decía: Si quieres hacer feliz a alguien, no le aumentes sus riquezas y disminúyete sus deseos".

- "La generosidad es una virtud por excelencia de los argentinos, que necesariamente debe desarrollarse en el universo. En el fondo, la generosidad es la bondad expresada como don de sí misma. Quien exhibe bondad vive dando y olvida que da, mientras que el egoísta vive recibiendo sin agradecer nunca". ■

ilolay

Lo bueno de ser Natural



www.ilolay.com.ar

Williner



COMER RÁPIDO NO ES BUENO

Comer de prisa de manera habitual puede desequilibrar nuestra dieta y, entre otras cosas, hacernos subir de peso.

Así como hay personas que hablan sin pensar, también hay otras tantas que comen sin pensar. Como sea, ninguna de las dos es recomendable.

Es que comer rápido no deja lugar a pensar de manera suficiente qué estamos ingiriendo. Y pensar lo que comemos es tan relevante como pensar lo que decimos.

En tal sentido, una investigación realizada a fines del año pasado demostró que los bebés que toman biberones de manos de una madre distraída, es decir, que no le presta la debida atención al niño sino a otras cosas, como su teléfono celular, consumen una mayor cantidad de leche.

Además, esas mujeres resultaron menos proclives a entender cuándo su hijo estaba saciado. Y todo esto contribuye, a largo plazo, a que se produzca un caso de obesidad infantil.

Comer rápido puede hacer que no recordemos qué y cuánto hemos ingerido, o sea datos fundamentales para seguir una dieta equilibrada. Un buen consejo para evitar comer sin pensar

es hacerlo lejos de la computadora, del teléfono celular y, obviamente, de la televisión.

Otro estudio dado a conocer a comienzos de este año, en el que se sostiene que es conveniente mirar con atención lo que ingerimos, subraya que comer rápido afecta de forma negativa al mecanismo de la saciedad. Por tal motivo, es posible asegurar que cuando ingerimos velozmente resulta muy probable que comamos más.

De lo expuesto se puede deducir que en la ganancia de peso no solamente influye el tamaño de la ración sino también la velocidad a la que la ingerimos.

A manera de conclusión, la investigación hace hincapié en considerar que disminuir la velocidad a la que comemos representa una intervención efectiva para reducir el aprovisionamiento de energía, como parte de las estrategias de comportamiento para prevenir y tratar la obesidad.

Una cuestión de salud

Comer con suma velocidad puede

inducirnos asimismo a una incorrecta selección de los productos a consumir, algo que obviamente redundará en una mala alimentación. La combinación de ambos factores lleva, por consiguiente, a un deterioro de nuestra salud a largo plazo.

Por otra parte, una deficiente alimentación resulta un factor clave para el desarrollo de enfermedades no transmisibles, responsables de buena parte de los fallecimientos prevenibles en nuestra sociedad.

Paralelamente, comer rápido implica un mal ejemplo para nuestros hijos, que nos toman como referentes a seguir. De ahí que a los consabidos consejos de predicar con el ejemplo en la mesa, ya sea con nuestros modales o con el seguimiento habitual de una dieta saludable, apagar la televisión a la hora de comer y respetar las sensaciones de hambre y saciedad de los niños, no estaría de más añadir como recomendación comer sin prisa.

Esto último nos permitirá disfrutar no solamente de la comida, sino también de la inmejorable compañía que significa nuestra familia. ■

BIZCOCHOS

9 DE ORO



Los más ricos siempre



www.molinocanuelas.com

Función paterna

No podemos negar que existe un enigma en torno a la función paterna.

La ciencia, a través del conocimiento que proporciona el ADN, ha dado lugar a una legalidad biológica del padre, la que durante siglos dio la filiación, el apellido y el pertenecer a una línea generacional.

Más allá de que este tipo de certezas daba ciertas garantías, el saber científico actual que posibilitó el mencionado adelanto no esclareció lo que llamamos función paterna.

Esto se fue complejizando con nuevas formas de procreación asistida y de familias reconstituidas. Por lo que, así planteadas las cosas, podríamos preguntarnos, por ejemplo, si la donación de esperma anularía la función del padre.

A decir verdad, dicha función se centra en que el progenitor instaure una ley que regula lo permitido y lo prohibido desde la moral y lo ético, pero ello no tiene que ver con el concepto de machismo, autoritarismo o imposición violenta.

Por otra parte, está ligada a permitir el diálogo, traer el mundo exterior, posibilitar experiencias, cuidar a la familia, dar amor y protección.

Finalmente, debe reconocer la singularidad del hijo en la creación de su estilo personal, sosteniendo el respeto por el otro como un lugar esencial en la convivencia.

Entonces, ese hijo podrá decir orgullosamente: ¡Este es mi padre!

Lic. Marta Craichik



LOS DISTINTOS TIPOS DE PADRE

Como en todas las facetas de la vida, ser padre implica mantener un equilibrio en la crianza de los hijos. Desde tener autoridad, por un lado, y ser indulgente, por otro, hasta exigir responsabilidad y demostrar todo el afecto que sea necesario.

Si bien no es descabellado decir que hay tantos tipos de padre como padres existen, también se puede coincidir en una serie de características y comportamientos comunes en muchos de ellos que permiten establecer distintas clasificaciones.

Un primer aspecto a destacar es el grado de control que los padres ejercen sobre sus hijos, tomando en cuenta que hay quienes pretenden interferir e influir de manera constante, sin ofrecerles ninguna autonomía.

En tal sentido, a los padres autoritarios los caracteriza su alto grado de control y exigencia, con pocas demostraciones de afecto y una pobre comunicación con sus hijos.

En contrapartida, los padres democráticos tienen buena comunicación y son cariñosos con sus hijos, sin que ello implique dejar de lado el nivel de exigencia ni el control.

Los padres permisivos también son

cariñosos y con buena comunicación, pero a la vez tienen poco control sobre sus hijos y mínimas exigencias.

Otro tipo de padre podría contener a los indiferentes o negligentes, muy comunes en familias desestructuradas y son los que poseen bajos niveles de control, exigencia, afecto y comunicación.

También la manera de pensar y de ver el mundo por parte de los padres influye significativamente en la relación con sus hijos.

Así están los denominados tradicionales, que tienen una concepción estereotipada sobre las funciones que les corresponden dentro del seno familiar, lo que los convierte en padres con un papel autoritario y poco afectivo.

Los padres llamados modernos poseen buena comunicación y no tienen problemas en exteriorizar su afecto. Pero además existe un grupo intermedio, que son los padres que exhiben elementos de ambas clasificaciones. ■

NUEVO



Flan CASERO

Flan light con
dulce de leche light

.....



ÚNICO
HORNEADO

LA VISITA DE BELGRANO AL CONGRESO DE TUCUMÁN

Tres días antes de la Declaración de la Independencia, el creador de la bandera nacional se reunió con los diputados para proponer una monarquía constitucional encabezada por un inca. El Congreso finalmente rechazaría la iniciativa, creando en su lugar un gobierno republicano.

Entre los varios hechos que la historia oficial argentina no suele ahondar, está la reunión secreta que el 6 de julio de 1816 mantuvo el general Manuel Belgrano con los congresales de Tucumán, para formular una propuesta que no pocos tratan como un disparate.

La idea de Belgrano, que recibió apoyo de José de San Martín y Martín Miguel de Güemes, sostenía que, en vez de buscar un príncipe europeo o volver a estar bajo la autoridad española, se estableciese una monarquía moderada encabezada por un inca, como una forma de reparar las injusticias cometidas por los conquistadores contra las culturas americanas.

El inca al que el creador de la bandera quería entronizar era Juan Bautista Túpac Amaru, medio hermano de José Gabriel Condorcanqui, más conocido como Túpac Amaru II o simplemente Túpac Amaru, quien encabezó la mayor rebelión en contra de los españoles desde la llegada de Colón a América.

Esa insurrección indígena, a la que se plegaron mocovíes, pampas y chiriguano, convocó desde el Perú hasta las actuales provincias argentinas de Tucumán y Salta a unas 100 mil personas a lo largo de 1.500 kilómetros.

Túpac Amaru proclamó no sólo la independencia sino la abolición de la esclavitud, de la encomienda y de la servidumbre de los indios. El 18 de mayo de 1781, los españoles lo desalojaron del poder y ordenaron su asesinato y el de toda su familia. Sólo Juan Bautista se salvó, pero lo mantuvieron prisionero durante cuatro décadas.

Exactamente 25 años después de aquel hecho, era razonable que se recordara ese antecedente independentista más que las jornadas de mayo de 1810, mediante una iniciativa que entusiasmó a los diputados del Alto Perú, quienes propusieron un reino con



capital en Cuzco.

De todas maneras, y más allá de contar con la aprobación del Congreso por mayoría simple y no por los dos tercios de los votos como era necesario, la propuesta encontró reprobación en los diputados porteños, que no podían tolerar la pérdida del poder central.

Dos concepciones en pugna

De tal forma, quedaron planteadas dos concepciones de revolución. Por un lado, la de quienes proponían romper los lazos coloniales con España y ser independientes para asociarse con Inglaterra, y por otro, la de aquellos que querían eliminar todas las formas de explotación y también el dominio

colonial.

Lejos del tinte exótico que algunos historiadores pretenden endilgarle, la iniciativa de Belgrano leía perfectamente la realidad, tomando en cuenta que en 1816 Buenos Aires tenía apenas 60.000 habitantes, mientras que desde Córdoba hasta Lima vivían dos millones y medio de personas, en su mayoría indígenas.

Finalmente, cuando el 9 de julio el Congreso proclamó la independencia, lo hizo en nombre de las Provincias Unidas de Sud América y no sólo por las que pertenecían al Río de la Plata.

Por otra parte, se le dio tanta importancia a la participación de los pueblos originarios que las copias del acta se imprimieron, además de idioma español, en quechua y en aimara. ■



REINVENTÁ TUS COMIDAS RECETAS CON PASTAS KNORR

• SALSA 3 MINUTOS KNORR CICA •

• MOÑOS CON SALSA 4 QUESOS, CUBOS DE SUPREMA AL VINO BLANCO Y CEBOLLA DE VERDEO •

INGREDIENTES

1 paquete de Pasta Moños Knorr® • 5 lt para la cocción de la pasta •
1 sobre de Salsa 3 minutos Knorr® Cica Cuatro Quesos • 200cc de agua • 200cc de leche
descremada • 2 cucharadas de queso crema light • 3 cucharadas de queso parmesano light •
Pimienta negra c/n • 1 Suprema en cubos • 1/2 copa de vino blanco • 2 cebollas de verdeo
picadas • 2 cucharadas de aceite

PREPARACIÓN

En una olla cocinar la pasta Knorr. Reservar. Salsa: En una cacerola mezclar la Salsa 3 minutos Knorr® Cica Cuatro Quesos.
En una olla cocinar la pasta Knorr. Reservar. Salsa: En una cacerola mezclar la Salsa 3 minutos Knorr® Cica Cuatro Quesos.
junta al agua y la leche fría. Cocinar hasta que hierva por 3 minutos mezclando ocasionalmente. Reservar
Pollo. Saltear el pollo en cubos con la cebolla de verdeo y el vino blanco. Dejar reducir por 2 minutos
a fuego bajo y reservar. Mezclar la pasta con la salsa, el pollo salteado con la verdeo y el queso crema.
Servir al plato y terminar con el queso rallado.



• SALSA LISTA KNORR CICA •

• FORATTI CON SALSA ARRABBIATA •

INGREDIENTES

1 cubito de Caldo de Verdura Knorr® • 1 unidad Pasta Foratti Knorr® • 5 lt de agua
para la pasta • 1 quatipack de 340 gr. de Salsa Arrabbiata Knorr® Cica® • 1/2 taza
de cebolla • 1/2 taza de morrón rojo • 1 diente de ajo • 1 cda. de ají molido picante •
1/2 vaso de vino blanco • 1 cda. perejil • 1 cda. de albahaca • 40 gr. de queso parmesano •
Aceite c/n.

PREPARACIÓN

Disolver en una cacerola el cubito de Caldo de Verduras Knorr® en agua hirviendo.
Cocinar Pasta Knorr® al dente, aprox. 9 minutos.
En una cacerola sudar la cebolla, el morrón y el ajo, todo picado finamente en un poco de aceite.
Agregar el vino blanco y cocinar por 3 minutos.
Incorporar la Salsa Arrabbiata Knorr® Cica®.
Reducir por 2 minutos a fuego bajo y condimentar con el ají molido picante, la albahaca y el perejil.
reservar. Mezclar la pasta con la salsa y reservar un poco de la misma para decorar el plato junto
con el queso parmesano.



• SABOR EN CUBOS KNORR •

• PASTA CON POLLO Y SALSA BLANCA •

INGREDIENTES

1 cubito de Caldo de Verdura Knorr® • 1 paquete de Pasta Rigatti Knorr® • Para la salsa blanca:
50 g de aceite • 2 cucharadas de harina • 500 c.c. de leche descremada caliente •
1 Sabor en Cubos Knorr® de crema y verdeo • Pimienta • 150 g. de pollo cocido •
Queso rallado para espolvorear.

PREPARACIÓN

Disolver el cubito de Caldo de Verduras Knorr® en agua hirviendo. Cocinar la Pasta Knorr® hasta que
este al dente. Reservar. Para la salsa blanca:
En una cacerola cocinar la harina junto al aceite por 2 minutos a fuego bajo.
Agregar la leche y el Sabor en Cubos Knorr® de Crema y Verdeo, integrar bien, cocinar hasta que hierva
Incorporar el pollo cortado en tiras y agregar la pasta.
Colocar en una fuente, espolvorear con queso rallado y gratinar en el horno.



Pulmones

El tejido pulmonar está formado por unos sacos llamados alveolos, que es donde se realiza el intercambio gaseoso necesario para la vida: allí la sangre toma el oxígeno proveniente del exterior y expelle el anhídrido carbónico.

Si este sistema se ve perturbado por una infección aparecen los síntomas que delatan la presencia de neumonía: la persona enferma presenta fiebre, sudoración, respiración agitada, aumento de la frecuencia cardíaca, tos, expectoración, decaimiento y malestar general.

El diagnóstico se realiza mediante examen físico, radiografía de tórax y análisis de laboratorio, lo que permitirá determinar si la infección es causada por virus o bacterias e indicar el tratamiento adecuado, que en general se realiza en domicilio guardando reposo.

Los grupos más vulnerables son los niños pequeños, los adultos mayores que cursen patologías crónicas y los inmunosuprimidos.

El contagio se lleva a cabo por medio de los estornudos y la tos que diseminan en el aire las partículas infecciosas. Por eso es más frecuente durante la temporada invernal cuando los ambientes están menos ventilados.

Finalmente, hay que distinguir la *neumonía de la comunidad*, con gran porcentaje de la población afectada, de la *neumonía hospitalaria*, que aqueja a quienes pasan unos días en el hospital por otra patología y luego del alta manifiestan pulmonía.

Dra. María Isabel Casas

LA NEUMONÍA ES UNA AFECCIÓN PREVENIBLE

La neumonía, generada por una infección respiratoria aguda que afecta a los pulmones, constituye la principal causa de mortalidad infantil en el mundo y tiene, además, como pacientes de riesgo a los adultos mayores.



La neumonía es una infección del aparato respiratorio causada por distintos gérmenes y caracterizada por síntomas como fiebre alta, escalofríos, expectoración, malestar general, cansancio y dolor torácico.

La vacunación antigripal es la mejor forma de prevenir esta enfermedad, ya sea proveniente de bacterias (microorganismos unicelulares) y asociada a la gripe estacional, como si es originada por virus (microorganismos sin células), tal el caso de la gripe A. Pero en ambas variantes los síntomas son parecidos.

En menores de 5 años, etapa etaria en la que el año pasado cobró en el mundo la vida de 922.000 niños, suele presentarse con tos y/o dificultad para respirar, acompañada o no de fiebre, diagnosticándose la enfermedad por la presencia de respiración rápida o por la depresión o retracción de la parte inferior del tórax durante la inspiración. Los lactantes con afectación muy grave

pueden ser incapaces de comer o beber y hasta presentar pérdida de consciencia, hipotermia y convulsiones.

En caso de que la neumonía sea causada por una bacteria, los pacientes de riesgo son los mayores de 65 años que presentan problemas de alcoholismo, son fumadores, padecen dolencias respiratorias como la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) o secuelas de bronquitis, así como las personas inmunodeprimidas, ya sea por un trasplante o por sufrir HIV-SIDA.

Para estos casos es relevante adoptar medidas preventivas como la vacunación antigripal y la antineumocócica, en razón de que la gripe común o estacional puede implicar una neumonía en época invernal. Esta neumonía resulta a menudo severa y difusa (afecta a los dos pulmones), estando asociada con un índice de mortalidad que oscila entre el 10 y el 50 %. ■



**SOY RICO, SOY LIVIANO,
SOY FINLANDIA.**



LIBRE DE GLUTEN.

Platos de la gastronomía

ITALIANA

Adhiriendo a la Festa della Repubblica, que recuerda el referéndum del 2 de junio de 1946, cuando los italianos —tras la Segunda Guerra Mundial y el fascismo— optaron por la forma de gobierno republicana en lugar de la monárquica, presentamos cuatro opciones de la tradicional cocina peninsular.



Por Ignacio Gerbino
y Lorena Pereyra



PIZZA RELLENA

Ingredientes:

500 gr de harina
2 cucharaditas de sal
25 gr de levadura
Una pizca de pimienta
Una pizca de azúcar
Aceite
340 ml de agua
250 gr de panceta
1 cebolla de verdeo
100 gr de aceitunas negras sin carozo
300 gr de mozzarella
Orégano
2 cebollas

Preparación: Para la masa, llevar la harina a un bol y mezclar con la sal.

Ahuecar en el centro, colocar la levadura en trozos y las pizcas de pimienta y azúcar, verter el aceite y el agua a no más de 35° C. Mezclar hasta formar una masa que quede lisa y reservar.

Para el relleno, cortar la panceta en pequeños cubos y picar la cebolla de verdeo y las aceitunas negras.

Separar la masa en dos bollos, estirar uno en la asadera y colocar la mozzarella, la panceta, la cebolla de verdeo y las aceitunas en el centro,

dejando los bordes libres. Condimentar con orégano.

Por encima, poner la masa restante previamente estirada y apretar bien en los bordes para que el relleno no se escape.

Por último, cortar las cebollas en aros y ubicarlos arriba de la pizza.

Cocinar a horno medio hasta que la masa quede bien cocida. ■

RISOTTO DE POLLO

Ingredientes:

300 gr de pechuga de pollo
1 pimiento verde
1 cebolla
2 dientes de ajo
1 taza de vino blanco
Aceite de oliva
300 gr de arroz
1,5 a 2 litros de caldo de pollo
150 gr de queso parmesano
1 cucharada de manteca

Preparación: Cortar en cubos pequeños las pechugas y picar finamente el pimiento verde, la cebolla y los dientes de ajo. Reservar.

En una sartén bien caliente con aceite de oliva, agregar los vegetales cortados finamente y el pollo, cocinando por cinco minutos.

Una vez que el pollo esté bien dorado, agregar el vino y dejar que se evapore.

Incorporar el arroz y dejar cocinar durante otros cinco minutos, hasta notar que el arroz queda casi transparente.

Verter poco a poco el caldo de pollo hasta que se consuma por completo, lo que va a llevar aproximadamente entre

35 y 40 minutos, sin dejar de revolver para lograr que el arroz esté tierno y cremoso.

Es importante que el caldo se mantenga bien caliente para no bajar la

temperatura de cocción del arroz.

Finalmente, rallar el queso parmesano por encima y revolver para que se mezcle bien. Luego agregar una cucharada de manteca y servir. ■



TIRAMISÚ



Ingredientes:

50 gr de azúcar impalpable
3 huevos
300 gr de queso crema
150 ml de café negro fuerte
4 cucharadas de licor de café
20 vainillas
Cacao en polvo

Preparación: Colocar el azúcar y las yemas en un bol a baño María.

Batir hasta llegar a punto letra. Retirar del calor y seguir batiendo con batidora eléctrica hasta que se enfríe.

Batir el queso en otro bol y unir a la espuma de yemas.

Batir las claras hasta punto nieve e incorporar a la preparación anterior en tres partes.

Unir el café con el licor de café y reservar.

Para el armado, humedecer las vainillas en el café, ubicarlas en una fuente de vidrio e incorporar la crema.

Colocar una segunda capa de vainillas y crema, espolvorear con cacao y llevar a la heladera por dos horas. ■



PANZOTTI DE RICOTA Y ESPINACA

Ingredientes:

200 gr de harina
1 cucharadita de sal
3 huevos
1 cucharada de aceite
50 ml de agua
300 gr de espinaca
250 gr de ricota
100 gr de queso rallado
Sal, pimienta y nuez moscada
100 gr de champiñones
Sal y pimienta
1 cebolla
50 gr de manteca
1 taza de vino blanco
250 gr de crema de leche

Preparación: Para la masa, mezclar la harina con la sal, ahuecar en el centro, agregar dos huevos de a uno y luego el aceite.

Formar un bollo, incorporando agua tibia. Amasar hasta obtener una masa lisa y suave. Cubrir con un paño y dejar reposar durante una hora.

Para el relleno, saltar la espinaca con un poco de manteca. Dejar enfriar y reservar.

En un recipiente mezclar la ricota, la espinaca, el huevo restante y el queso rallado. Salpimentar y agregar nuez moscada a gusto.

Para la salsa, cortar los champiñones en rodajas y picar bien la cebolla,

colocándolos en una sartén junto con la manteca, sal y pimienta. Cocinar hasta que esté dorado.

Desglasar con vino blanco y agregar la crema de leche.

Para el armado, estirar la masa con un palote hasta que quede bien fina.

Cortar discos de 5 cm de diámetro, colocar una cucharadita de relleno en cada disco y cerrarlos con otro disco encima, uniéndolos con un poco de agua. Presionar bien los bordes y repulgar o aplastar con un tenedor.

Hervir agua con sal y cocinar los panzotti hasta que suban a la superficie.

Servir con la salsa. ■



Goyena
Instituto Superior Dr. Pedro Goyena

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



INFORMES E INSCRIPCIONES: Av. Colón 446, Bahía Blanca Horario: 14 a 22 hs. Tel: (0291) 454-7511 E-mail: info@institutogoyena.com.ar

HACÉ CUCHARITA.

CUIDATE Y DISFRUTÁ AL MISMO TIEMPO.





LA LUCHA CONTRA EL TRÁFICO ILEGAL DE LA VIDA SILVESTRE

Este año el lema escogido para el Día Mundial del Medio Ambiente, que por decisión de la Asamblea General de las Naciones Unidas se celebra el 5 de junio, alienta a los Estados a tomar medidas decisivas para evitar, combatir y erradicar el comercio ilegal de vida silvestre dentro del marco jurídico internacional existente.

El aumento constante de la caza furtiva de rinocerontes, los alarmantes niveles de matanza de elefantes en África y el tráfico ilícito de flores, entre otras actividades ilegales que generan efectos económicos, sociales y medioambientales adversos, han causado una gran preocupación en distintas partes del planeta.

Frente a esta cruda realidad, los estados miembros de la Asamblea General de las Naciones Unidas pusieron el acento en esta forma cada vez más sofisticada de delincuencia transnacional organizada, que representa una amenaza para la salud y la seguridad, la buena gobernanza y el desarrollo sostenible de los países.

De tal manera y mediante una resolución, no sólo se solicitó al respecto que cada nación adopte medidas firmes y estrictas, sino que además se dé una respuesta global y regional mejorada.

Apuntando tanto a la demanda como a la oferta, se insta a fortalecer la legislación necesaria para la prevención, investigación, acusación de hechos y el tratamiento de determinados ilícitos contra la vida silvestre como delitos graves.

“El comercio ilegal de fauna y flora silvestres socava el estado de derecho y representa una amenaza para la seguridad nacional, además de degradar los ecosistemas y constituir un obstáculo importante para los esfuerzos de las comunidades rurales y los pueblos indígenas que luchan por gestionar de manera sostenible sus recursos naturales”, subrayó el secretario general de Naciones Unidas, Ban Ki-Moon.

“Combatir estos delitos no solo es esencial para la labor de conservación y para el desarrollo sostenible, sino también contribuirá a lograr la paz y la seguridad en regiones aquejadas de problemas donde estas actividades ilegales alimentan los conflictos”, añadió.

Datos que alarman

- Anualmente, se matan en África entre 20.000 y 25.000 elefantes, de una población que varía entre 420.000 y 650.000 ejemplares.
- En el caso de los elefantes de bosque, se calcula que la población disminuyó el 62% entre 2002 y 2011.
- La Convención sobre el Comercio Internacional de Especies Amenazadas

de Fauna y Flora (CITES) informó que 1.215 rinocerontes fueron objeto de caza furtiva solamente en Sudáfrica en 2014, lo que se significa que se mató un animal cada ocho horas.

• La Alianza para la Supervivencia de los Grandes Simios (GRASP) destacó que mueren más ejemplares durante la captura y la cautividad que los que ingresan en el tráfico ilícito, calculándose que el medio silvestre ha perdido por lo menos 220 chimpancés, 106 orangutanes, 33 bonobos y 15 gorilas en los últimos 14 meses.

• El guacamayo de Spix, el amistoso personaje “Blu” protagonista de las películas de dibujos animados “Río” y “Río 2”, es una de las especies más amenazadas del planeta. Hoy en día, hay solo 80 ejemplares en el mundo y la mayoría de ellos están en posesión de coleccionistas.

• El pangolín, también conocido como “oso hormiguero con escamas”, se encuentra entre los mamíferos objeto de mayor tráfico en el planeta, habiéndose capturado del medio silvestre más de un millón de ejemplares en el último decenio. ■

Pampers®
pants

Ajuste elástico 360°



Hasta 12 horas* sequito



Indicador de humedad



Suben como pantaloncito



Fáciles de sacar



¡Una nueva generación de pañales
para una nueva generación de
bebés en Argentina!

NUEVO

Pampers®
pants



M



Disponible a partir del talla P



*Hasta 12 horas de sequedad para niños de 5 años y mayores.

LOBERÍA

siente orgullo de ser cuna de un héroe de Malvinas

Carlos E. Cachón (63), ex piloto de la Fuerza Aérea Argentina, fue el actor principal de lo que se conoce como “el día más negro de la flota británica” en la contienda bélica de las islas Malvinas en 1982.



El próximo 8 de junio se cumplirán 34 años del episodio bélico conocido como “el día más negro de la flota británica” en la guerra de Malvinas. Y en esa jornada el desempeño más destacado le cupo a Carlos Eduardo Cachón, un heroico primer teniente de la Fuerza Aérea Argentina con quien recordamos el ataque aéreo de bahía Agradable, episodio en el cual su caza bombardero hundió al buque de desembarco Sir Galahad, que sufrió 48 muertos y más de un centenar de heridos, algunos con muy graves quemaduras.

—¿Cuál era el panorama de la contienda en esa fecha tan cercana a la rendición?

—Las tropas enemigas avanzaban por tierra en diversos sectores de las islas y los paracaidistas británicos que habían tomado la zona de Fitz Roy, a menos de 50 kilómetros de Puerto Argentino, esperaban un importante refuerzo de soldados, entre ellos los integrantes de la Guardia Galesa, que por ser parte de la custodia real debían participar del asalto final. Los transportaban —junto con arma-

mento y gran cantidad de munición— los buques Sir Tristram y Sir Galahad para desembarcar en bahía Agradable.

—¿La misión aérea argentina era, entonces, evitar el desembarco más importante de la guerra?

—Efectivamente. Con ese objetivo partimos los 8 Douglas A-4B Skyhawk, divididos en dos escuadrillas, una (Dogo) a cargo del capitán Carballo y la otra (Mastín) del primer teniente Filippini. Pero al llegar al punto de reabastecimiento de combustible en vuelo, tres máquinas —entre ellas los de ambos jefes— no pudieron hacerlo por congelamiento del respectivo mecanismo y debieron retornar a Río Gallegos.

—Fue entonces cuando recibió la orden de quedar a cargo de ambas escuadrillas...

—Con la expresión “Ilévelos a la gloria”... Los tres Dogos y los dos Mastines continuamos hacia el objetivo sin saber que se trataba de dos buques. Ya en vuelo rasante y luego de sortear la alerta temprana de dos helicópteros, llegamos a la bahía sin observar aún los navíos.

Roto el silencio de radio decidí volar en dirección Este durante un minuto, para regresar por mar y tener una visión más amplia de la bahía. Cuando llegamos a los 90° de giro por derecha, rumbo Sur, uno de los aviones me confirma tener a la vista el objetivo, por lo que apuramos el viraje hasta enfrentar el blanco que se encontraba a unos 10 kilómetros. Dimos máxima potencia hasta alcanzar 450 nudos (unos 150 metros por segundo) e inmediatamente vi que se trataba de dos buques.

—¿Qué decisión tomó en ese instante?

—Asigné el blanco de la derecha a los Mastines y el de la izquierda a los Dogos. Aprovechando el factor sorpresa y la velocidad, caímos sobre ellos con las consecuencias ya conocidas: se hundió el Sir Galahad y queda muy averiado el Sir Tristram. En uno de los Dogos no funcionó el sistema de lanzamiento y en otro el tiro fue largo impactando sobre los pertrechos que se encontraban en la playa. Mis tres bombas dieron sobre su objetivo y una de ellas hizo detonar un

vehículo cargado de combustible para un sistema de misiles.

—El incendio produjo una gran cantidad de soldados quemados, entre ellos el galés Simon Weston, el más grave de los heridos británicos en Malvinas, quien fue sometido a más de 80 operaciones y su cara rehecha varias veces...

—Una productora londinense nos juntó en 1992 en una estancia bonaerense. Fue un encuentro raro, un poco frío. Ambos estábamos muy nerviosos y realmente me impresionó cómo había quedado, pese a que antes había visto una foto suya. Cinco años después lo visité con mi esposa en su hogar de Cardiff y la situación fue muy distinta. Su hijo menor, un bebé, apenas nos vio nos estiró sus brazos y un clima muy familiar reinó en toda la reunión.

—¿Por qué poco después de la

guerra de Malvinas y ya con el grado de capitán, resolvió dejar la Fuerza Aérea?

—Fue en 1986, tenía 34 años y una clara sensación que se estaba desmalvinizando a la sociedad y que la clase política tenía un plan sistemático de destrucción de nuestras Fuerzas Armadas. Lamentablemente el tiempo me dio la razón y creo que no hace falta entrar en detalles. A partir de allí mi familia comenzó a transitar en Mar del Plata una vida dura, de mucho trabajo y sacrificio. En 1995 sufrimos una crisis económica tremenda, ya que teníamos nuestro departamento hipotecado y debíamos más de la mitad de su valor, pero lejos de bajar los brazos, doblamos la apuesta y decidimos ajustar nuestros gastos a la realidad. Los cuatro acordamos hacer un gran esfuerzo para recuperar la totalidad de nuestro inmueble y lo logramos... Actualmente nos dedicamos a la actividad gráfica con una pequeña empresa familiar, lo que nos posibilita un pasar

más desahogado.

—Volvamos a su infancia. ¿Qué recuerdos le trae la década y media que vivió en Lobería?

—Creo que fueron los años más duros pero también reconozco el denuedo de mis padres para lograr darnos lo que consideraban lo mejor: la educación. Recuerdo haber disfrutado mucho de la escuela, los amigos, los primos, la pequeña casa de campo en San Manuel y el aire puro con olor a pasto, aunque no hubiese electricidad, asfalto ni teléfono... Sólo teníamos una Ford A y a Dios en el corazón.

—¿Cuál es la composición actual de su familia?

—Con Graciela, mi esposa, hemos tenido dos hijos (Santiago y Andrea), quienes nos han regalado un verdadero tesoro: cinco nietos (Mateo, Josefina, Constanza, Lucía y Micaela). ■

**Tu perro
merece lo mejor**



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



Una respuesta a sus necesidades



NUVA s.a.c.i.f.i.

José León Suárez 261
C1440EYX - Ciudad Autónoma de Buenos Aires
Tel.: (54 11) 4686-0600
Fax.: (54 11) 4687-0584
www.nuva.com.ar
ventas@nuva.com.ar



Vista parcial de la última Asamblea Ordinaria.

LA ASAMBLEA ORDINARIA SE REALIZA EL SÁBADO 25

Finalizadas las 30 asambleas de distrito convocadas para la elección de delegados, de las cuales la última de ellas está prevista para el sábado 4 de este mes en Bahía Blanca, los asociados electos en esas reuniones darán vida tres semanas después a una nueva asamblea ordinaria de la Cooperativa Obrera, que tendrá lugar en el auditorio de Zelarrayán 560 de la ciudad cabecera de la entidad.

El acto más importante en el quehacer institucional de La Coope se llevará a cabo,

en consecuencia, en la tarde del sábado 25 de junio para considerar un orden del día que como primer punto incluye la elección de delegados para aprobar y firmar el acta de la asamblea.

Posteriormente, los participantes considerarán la memoria de lo actuado por el Consejo de Administración en el transcurso del ejercicio 104, cerrado el 29 de febrero de 2016, así como los estados contables, los informes del síndico y del auditor y el proyecto de distribución

del excedente correspondientes a dicho ejercicio.

Como tercer punto de la convocatoria figura la consideración del balance social cooperativo que comprende las acciones desarrolladas en el período que abarca el lapso marzo 2015 a febrero 2016, para finalmente proceder a la elección por voto secreto de un tercio de los miembros titulares del consejo de administración, sus cuatro suplentes y los dos integrantes de la sindicatura. ■

IV CUMBRE EN URUGUAY

Cooperativas de las Américas, organismo regional de la Alianza Cooperativa Internacional, está trabajando junto con el movimiento cooperativo uruguayo en la organización de la IV Cumbre Cooperativa de las Américas, que en esta oportunidad tendrá desarrollo del 14 al 18 de noviembre en la ciudad de Montevideo.

A solicitud de la Federación Argentina de Cooperativas de Consumo, se incluirá dentro del temario de la Cumbre un taller para analizar el tema de las centrales de compra, con la participación de un representante de la Coop Italia, que es el brazo económico de la Associazione Nazionale delle Cooperative di Consumatori de ese país europeo y que atesora una gran experiencia en la materia. ■



Contador Rubén A. Fillottrani.

AUTORIDADES DE A.I.R.

El contador Rubén A. Fillottrani, actual vicepresidente de la Cooperativa Obrera, ha sido reelecto como titular del consejo de administración de la Asociación Intercooperativa Regional, que es la federación pionera en la Argentina de la integración cooperativa horizontal.

Lo acompañarán como vicepresidente el señor Rubén A. Medina, propuesto por la Cooperativa Eléctrica de Punta Alta, como secretario el Cr. Rodolfo D. Zoppi, nominado por la Cooperativa Eléctrica de Colonia La Merced, y como tesorero el Ing. Oscar M. Naifleisch, candidato del Banco Credicoop. ■

¡Nuevo!



**NUEVO
SABOR**



**NUEVO
SABOR**





SE AGUARDA LA INAUGURACIÓN DE LA SUCURSAL 114 (CUTRAL CO)

Al cierre de esta edición, todo parece indicar que en el transcurso del mes de junio la Cooperativa Obrera inaugurará el segundo de los supermercados que están en agenda para el presente año, ya que la primera habilitación de 2016 tuvo lugar el 19 de febrero en la capital de Neuquén.

Se trata de la sucursal 114 de la entidad, que estará ubicada en Cutral Co, otra ciudad de esa provincia patagónica donde se está construyendo un edificio de más de 3.500 m2 cubiertos, de los cuales casi la mitad serán destinados al área de ventas.

El predio adquirido hace algo más de

un año al municipio local está delimitado por las calles Ejército Argentino, Maipú y Covunco, cuenta con una superficie de 8.658 m2 y permitirá que los consumidores puedan utilizar una amplia playa de estacionamiento con capacidad para cerca de un centenar de automóviles. ■

LA COLECTA DE CÁRITAS

La tradicional colecta anual de Cáritas Argentina se llevará a cabo este año el fin de semana del 11 y 12 de junio, bajo el lema "Si das lo mejor de vos el mundo será distinto", inspirado en las palabras que el Papa Francisco dirigió a los jóvenes cubanos en La Habana.

En adhesión a dicha campaña, desde el Círculo de Consumidores de la Cooperativa Obrera se dispuso realizar una campaña de redondeo solidario en todos los supermercados de la entidad durante los días 24, 25 y 26 del mes en curso.

Cabe recordar que durante el mes de diciembre de cada año en las distintas sucursales de La Coope se efectúan campañas similares cuya recaudación se entrega a las respectivas filiales de Cáritas que funcionan en las zonas donde están ubicadas dichas sucursales. ■

70 AÑOS EN CERRI

El pasado 27 de mayo la ciudad de General Daniel Cerri celebró sus 140 años de vida, pues como fecha de



su fundación fue adoptada aquella en la que el militar que hoy lleva por nombre mandó a construir el Fortín Cuatreros, en el marco de la campaña contra los aborígenes que robaban ganado.

Y cinco días después de esa conmemoración, la sucursal 3 de la Cooperativa Obrera –actualmente ubicada en la esquina de Saavedra y Gutiérrez– llegará a sus 70 años de prestación de servicios a los consumidores cerrenses, ya que su inauguración data del 1° de junio de 1946.

Este significativo hecho determina que La Coope ha estado ligada a la historia de General Daniel Cerri exactamente durante la mitad de los años de vida que tiene esa población bonaerense, distante unos 15 km de Bahía Blanca. ■



GAMMA
Art. G2802
**Compresor
GAMMA 50**

Potencia: 2 HP
Tanque de aceite: 50 litros
Velocidad síncarga: 2850 r.p.m.
Motor: 1,5 kW
Binde: 206 l/min
Peso: 30 Kg
Coaxial - Monofásico

GAMMA
Art. 1685
**Amoladora
de Banco**

Potencia: 550 W
Alimentación: 220 VCA - 50 Hz
Velocidad: 2800 r.p.m.
Piedras: 6" / 152 mm
Granos: 60 y 120



GAMMA
Art. 3708G
**Soldadora
Turbo 265**

Alimentación: 220/380 VCA - 50 Hz
Corriente: 50 - 210 A
Tensión: 50 A 22,5 V / 210 A 27 V
Electrodos: Ø 1,6 - 3,25 mm
Salida: Alterna
Peso: 23 Kg
Con protector térmico y ventilación forzada



GAMMA
Art. HG062K
**Taladro 13 mm
en KIT**

Potencia: 550 W
Alimentación:
220 VCA - 50 Hz
Velocidad síncarga: 0-2900 r.p.m.
Capacidad mandril: 1,5 - 13 mm
Capacidad en: mampostería 12 mm
acero 13 mm / madera 20 mm
Peso: 1,4 Kg
Con percutor y reversa
KIT contiene herramientas y
un práctico bolso contenedor



GAMMA
Art. HG060
**Sierra caladora
pendular láser**

Potencia: 710 W
Alimentación: 220 VCA - 50 Hz
Largo de carrera: 20 mm
Velocidad síncarga:
800-3000 cm/min
Inclinación cabezal: hasta 45°
Peso: 2 Kg
Capacidad corte: en acero 6 mm
aluminio 8 mm / madera 80 mm
Sujetador hoja: universal



GAMMA
Art. HG052K
**Amoladora Angular 4 1/2"
en KIT**

Potencia: 710 W
Alimentación: 220 VCA - 50 Hz
Velocidad síncarga: 10500 r.p.m.
Disco: Ø 115 mm
Peso: 2,5 Kg
KIT contiene herramientas y un práctico bolso contenedor

UNA ESCAPADA A SANTIAGO DE CHILE

Enclavada al pie de la Cordillera de los Andes y surcada por el río Mapocho, la capital de Chile no sólo se ha convertido en un importante y moderno centro de negocios sino también en punto de partida ideal para los viajes al resto del país.



Santiago de Chile se ha transformado en los últimos años en una de las ciudades “top” de Sudamérica, con su imagen de tranquilidad, limpieza y calidad de vida bien valorada por los visitantes.

En sus calles y barrios conviven las más arraigadas tradiciones locales y la modernidad, que alcanza a tiendas de marcas de lujo y grandes centros comerciales.

En el centro santiaguino se desarrolla la mayor parte de la vida cívica del país, cobijando –entre otros sitios emblemáticos– el palacio de La Moneda, que es el asiento de la presidencia de la nación, la

Plaza de Armas y el edificio del poder judicial. Además, con sus variados museos y paseos peatonales, el centro es un espectáculo en sí mismo.

La ciudad contiene espacios verdes de real valía, como el Parque Metropolitano, conocido como “cerro San Cristóbal” y visible desde gran parte de la ciudad. Hasta su cumbre puede subirse caminando, en bicicleta o auto y, también, en un antiguo pero reformado ascensor llamado “funicular”.

Dependiendo de la época del año, en la capital trasandina siempre se encontrará algo para hacer. Así, el verano abre las

puertas hacia el mar con Valparaíso y Viña del Mar, situadas a poco más de una hora en auto, mientras que la temporada invernal da pie a los centros de esquí ubicados a menos de 50 kilómetros.

En septiembre, las fiestas patrias denominadas “el Dieciocho” representan una buena opción para el turista y el otoño es ideal para vivir en los valles centrales las fiestas de la vendimia.

Para las excursiones de un día también se encuentra la visita a la casa de Pablo Neruda en Isla Negra, un pueblo pintoresco que esconde frente al Pacífico la residencia y tumba del poeta chileno. ■

Tu viaje de 15 años

ANTICIPATE AL 2018

¡Elegí tu destino!

Casa Central:
Av. Colón 177
(8000) Bahía Blanca

Bahía Blanca Plaza Shopping:
Sarmiento 2153 Loc. 124
(8000) Bahía Blanca

0810-333-9859
consultas@coopeviajes.com.ar

Coopeviajes.com

Comercializa Nikant Tour S.A. EVT Leg. 8514 Res. 672/08



NUEVO LUX LÍQUIDO, PERFUMA

TU PIEL HASTA POR 8 HORAS

Piel visiblemente
más firme y joven en
solo 2 semanas*

Esa es la promesa POND'S

rejuveness[®] crema anti-arrugas

Fórmula exclusiva desarrollada por el POND'S Institute,
con **ácido láctico** que actúa principalmente
como exfoliante y estimula la producción de colágeno.



UNA PIEL HERMOSA ES POSIBLE.

* Basado en estudio de consumidores y piel con tratamiento. † Clínica Unilever sobre datos de CSN en varios estudios de cremas de belleza antiarrugas lanzadas entre 2010 a noviembre 2016.



Para todo tipo de piel



POND'S

Lifebuoy

100% mejor protección*
La fórmula de Lifebuoy con Active 5**
ayuda a eliminar el 99,9% de los gérmenes***

* COMPARADO CON JABÓN SIN INGREDIENTES CONTRA BACTERIAS ** INGREDIENTES QUE COMPONEN EL ACTIVE 5 *** BASADO EN RESULTADOS DE LABORATORIO



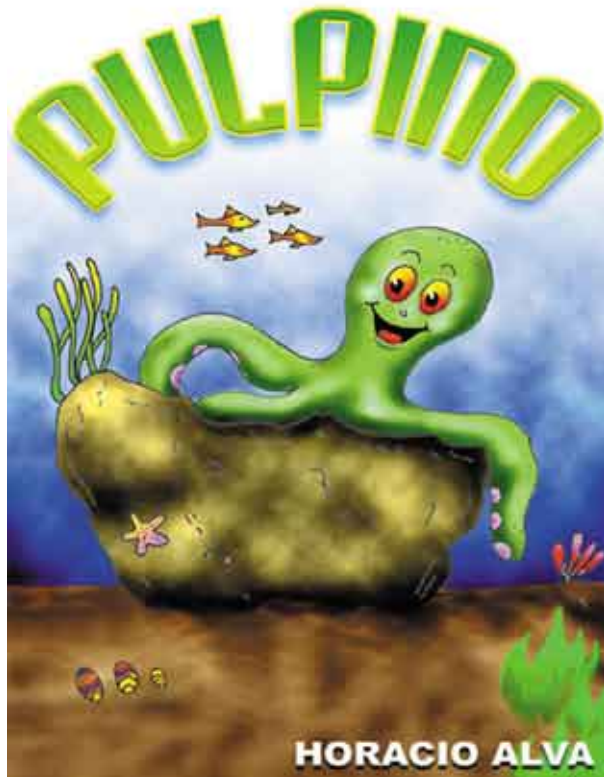
¡Tu piel radiante al instante!

Hecha con humectantes 100% naturales*

* Sustancias de origen natural

EL PULPO AL QUE NO LE GUSTABA SER PULPO

En esta entrega incluimos el primer cuento infantil que, con el título de Pulpino, editó Horacio Alva (www.horacioalva.com.ar), el escritor bahiense que desde hace varios años viene desarrollando –con el auspicio de la Cooperativa Obrera– encuentros narrativos en decenas de establecimientos educativos y bibliotecas de toda la región.



El pulpo de esta historia se ve como cualquier otro: tiene grandes ojos colorados y ocho brazos que mueve todo el tiempo. Pero Pulpino no es un pulpo común y corriente. A él no le gusta ser pulpo. Se pasa el día diciendo que ser pulpo no es importante: “Debería ser ballena, o delfín... ¿Por qué no?”

Lo cierto es que una mañana abandonó su casa caracol. A partir de ese momento sería ballena pensó, viajaría con ellas y comería lo que ellas comen. Nadó rápidamente hasta llegar a las corrientes de las ballenas y allí se encontró con una familia que iba hacia el sur.

—¿Y tú quién eres?, le preguntó la ballena más vieja.

—Soy Pulpino la ballena, y puso cara de ballena, pero no le salió.

—Tú no eres como nosotras, le dijo la ballena, y no puedes nadar junto a mí. Deberías volver con tus hermanos, los pulpos.

—¡Yo no soy ningún pulpo!, protestó Pulpino mientras las ballenas se alejaban velozmente.

Aún estaba lamentando su mala suerte

cuando vio una enorme figura acercarse a él. “Esta es mi oportunidad”, pensó.

—Hola hermano, soy Pulpino el tiburón.

El sorprendido tiburón se detuvo de golpe.

—Si quieres podemos salir juntos de cacería.

Pero, claro, el tiburón se dio cuenta de la mentira de Pulpino. Aguantó la risa y le dijo:

—¿Pulpino el tiburón? Yo diría que eres muy raro... ¿Y tu aleta donde está?

Pulpino comenzó a cambiar de color y temblar de miedo.

—Yo diría..., dijo el tiburón mientras nadaba alrededor de Pulpino, ...que eres... ¡un pulpo! ¡Sí señor, un sabroso pulpo!

Y abrió la boca tan grande que Pulpino creyó que lo tragaría de un solo bocado, pero gracias a que los pulpos llevan tinta encima, le tiró al enorme tiburón un chorro en los ojos y pudo después ocultarse detrás de un coral.

Allí se quedó largas horas. No se animaba a salir de su escondite por temor a que el hambriento tiburón apareciera de nuevo. Sin embargo, después de un rato, lo que vio lo llenó de alegría: un elegante

delfín nadaba muy cerca. “¡Ahora sí!”, pensó.

—Hola amigo, soy Pulpino el delfín. Me estaba preguntando si podríamos divertirnos juntos.

El delfín tenía ojos de buen amigo.

—¿Delfín...? Pero si tú eres un pulpo...

—Oh, no, dijo Pulpino e intentó hacer alguna pirueta, de esas que a los delfines les salen muy bien.

Pero no pudo. Peor aún: se enredó en sus propios brazos una y otra vez.

Al ver eso el delfín comenzó a reír y su risa finita llegó muy lejos, a lo largo y ancho del mar. Pronto comenzaron a llegar más delfines al lugar para ver qué estaba pasando y hasta se despertó de la siesta una vieja tortuga. Cuando Pulpino se dio cuenta, muchos peces se habían acercado y lo miraban, mientras él hacía sus extrañas piruetas acuáticas. ¡Era muy gracioso verlo!

Lo cierto es que Pulpino al final de ese día se sintió muy feliz, porque no sólo había logrado hacer nuevos amigos, sino que había aprendido también, que no se puede ser algo diferente de lo que uno es... Y le agradeció al dios Neptuno por haber nacido pulpo. ■



Se agrandó la ventana

PANORAMA

UNA VENTANA A LA REALIDAD

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

W2 RADIO
BAHIA
BLANCA
AM 840
Lejos, la primera.

Styling & Refrigeration

arneg

ARGENTINA S.A.



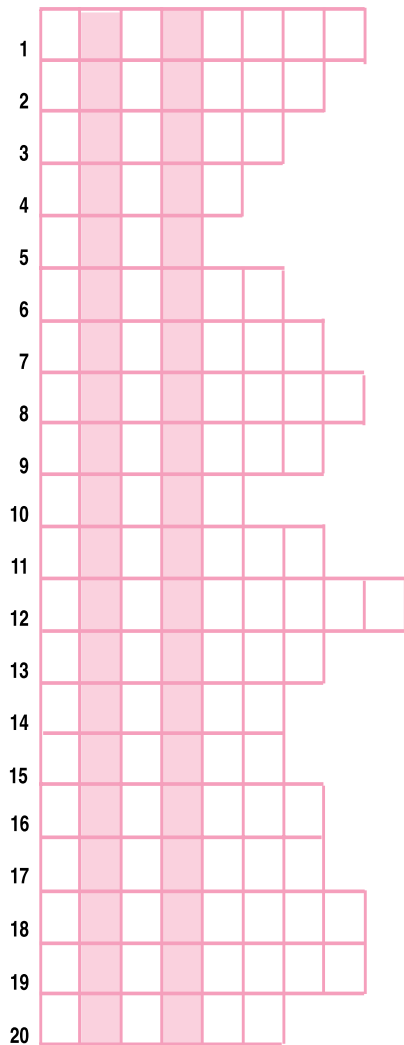
Exhibidoras Refrigeradas - Cámaras Industriales - Frío Alimentario
Checkouts - Estanterías Metálicas - Puertas Frigoríficas y Comerciales
Paneles Térmicos - Viviendas - Cerramientos - Avícola Porcino



ARNEG ARGENTINA S.A. Planta Industrial: Av. 25 de Mayo 2330, S2011PWA Rosario, Argentina - Tel.: +54 (0341) 410 6100 - Fax: +54 (0341) 461 4002
E-mail: info@arneg.com.ar - www.arneg.com.ar - [f](#) [i](#) [o](#)

Coopegrilla

Encuentre las respuestas y ubique cada palabra en la fila correspondiente. Luego, recorriendo en forma vertical las columnas coloreadas, podrá leer una célebre frase de Jorge Luis Borges (1899-1986), el notable escritor argentino que fue uno de los literatos más destacados del siglo XX y de cuya muerte en Ginebra se cumplirán 30 años el próximo 14 de junio.



1. Inflamación de las venas.
2. Ciudad conocida como "la capital petrolera rionegrina" y en la que funciona desde noviembre de 2012 la sucursal 105 de la Cooperativa Obrera.
3. A propósito, con deliberada intención.
4. Producto que se obtiene de la maduración de la cuajada de leche y que tiene características propias según su tipo o su origen de fabricación.
5. Tiempo de existencia desde el nacimiento.
6. Empleada de La Coope que tiene a su cargo cobrar las compras de los asociados en los supermercados de la entidad.
7. Pez marino cuya carne suele consumirse preparada.
8. Cuerpo orgánico de normas que rigen la vida interna de una cooperativa.
9. Servicio que la Cooperativa Obrera presta a sus asociados a través de la página web coopeviajes.com.
10. Fruto grande en forma de piña, carnoso, amarillento, muy fragante, succulento y terminado por un penacho de hojas.
11. Función que corresponde al síndico de una cooperativa.
12. Enseñar a un animal a realizar las órdenes de las personas.
13. Profesional que se dedica al estudio del origen y evolución de los materiales que componen nuestro planeta.
14. Calle bahiense en la que se encuentra ubicada la sucursal 15 de La Coope.
15. Apellido del autor de la frase que invita a descubrir la presente Coopegrilla.
16. Endulzante natural que la Cooperativa Obrera distribuye, líquido o en polvo, bajo la marca Ecoop.
17. Calificativo que adquiere la decisión que es compartida por todos los miembros del consejo de administración o de la asamblea de una cooperativa.
18. Embutido de color oscuro elaborado por el Frigorífico Cabildo con sangre cocida y que lleva la marca Sombra de Toro.
19. Título de la sección de nuestra revista que trata temas medioambientales.
20. Rodear con los brazos a una persona para demostrar afecto.

A - A - A - A - AL - AM - BI - BIEN - BOR - BRA - CA - CA - CI - CON - DAD - DE - DIEN - DRE - E - ES - ES - FLE - GE - GES - GO - JE - LLA - LO - LU - ME - MER - MO - MOR - NA - NA - NA - NA - NI - O - QUE - RA - RIS - SI - SO - TA - TE - TE - TIS - TO - TRAR - TRIEL - TROL - TU - U - VIA - ZA - ZO

SOLUCIÓN

1. FLEBITIS - 2. CATRIEL - 3. ADREDE - 4. QUESO - 5. EDAD - 6. CAJERA - 7. MERLUZA - 8. ESTATUTO - 9. TURISMO - 10. ANANA - 11. CONTROL - 12. ADIESTRAR - 13. GEOLOGO - 14. ALSINA - 15. BORGES - 16. ESTEVA - 17. UNANIME - 18. MORCILLA - 19. AMBIENTE - 20. ABRAZO.

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