

familia
COOPERATIVA

AÑO XL
NOVIEMBRE 2013 #336

CUESTIÓN CLAVE

DESARROLLAR LA AUTOESTIMA



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



Momentos Mágicos

Año XL
NOVIEMBRE 2013

#336

familia
COOPERATIVA

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

Reg. Propiedad Intelectual
Nro. 5.072.505

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

Director:
Cr. Rubén A. Masón

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

**Preprensa
e Impresión:**
Artes Gráficas
Rioplantense S.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:
70.000 Ejemplares

Auditado por:

INSTITUTO VERIFICADOR
DE CIRCULACIONES

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

LOS 35 AÑOS DEL CORO

Una genuina cooperativa se ocupa de satisfacer no sólo necesidades económicas, sino también sociales y culturales. Es por eso que desde su mismo origen los Pioneros de Rochdale atendieron el abastecimiento de los consumidores y simultáneamente habilitaron una importante biblioteca, demostrativa de su preocupación por la comunidad.

Cuando la Cooperativa Obrera resolvió en 1978 organizar un Coro de Niños, al observar que Bahía Blanca carecía de una agrupación de este tipo, puso en marcha una propuesta que después de 35 años de labor ininterrumpida se muestra como uno de los muchos aportes culturales de la entidad que gozan del beneplácito público.

Conducido desde su inicio por el maestro Carmelo Fioriti con la colaboración de Adriana Miconi, la existencia del Coro se despliega a modo de un gigantesco y armonioso concierto construido semana a semana en múltiples enseñanzas, ensayos y actuaciones públicas, que año a año ve renovarse a sus integrantes constituyéndose en un verdadero semillero de coreutas.

Formar con la voz sonidos melodiosos y variados por parte de un conjunto de niños cuyas edades van desde los 5 hasta los 14 años, implica un gran y grato esfuerzo por parte de quienes se deben educar en el canto y también de quienes pacientemente los guían.

Toda una síntesis de lo que es la cooperación: esfuerzo propio y ayuda mutua, en este caso para propio regocijo del espíritu y deleite de los demás, sin exclusiones.

En esas tres décadas y media, centenares de niños frecuentaron este espacio en el que han crecido en armonía, con el doble significado que la palabra encierra: amistad y buena correspondencia entre sus integrantes y concertada combinación de las voces para que suenen en perfecto acuerdo.

Escuchar el Coro de la Cooperativa Obrera –que ha sabido compartir importantes escenarios junto a calificadas orquestas de adultos– emociona a propios y extraños, provocando esa sensación de ternura que los niños son capaces de brindar y que la sociedad debe preservar haciendo de la formación musical una de las muchas maneras en que deben educarse.

Cooperativa Obrera Ltda.

Consejo de Administración: **Presidente:** Cra. Mónica E. Giambelluca; **Vicepresidente:** Cr. Luis E. Ortis; **Secretario:** Cr. Raúl O. Gouarnalusse; **Prosecretario:** Cr. Néstor H. Usunoff; **Tesorero:** Luis M. Abitante; **Protesorera:** María del R. Leyes; **Vocales Titulares:** Dra. María I. Casas, Cra. María S. García, Julia Gómez Fontán, Ing. Carlos R. Rodríguez, Dr. Arturo J. Stockman y Enrique Valledor; **Vocales Suplentes:** Aldo A. Emparán, Irma B. Palandri, Ricardo S. Lejarraga y Mario A. Caraffini. **Sindicatura:** **Sindico Titular:** Cr. Vicente Chinestra Tárrega; **Sindico Suplente:** Cr. Daniel G. Potenar. **Gerente General:** Cr. Rodolfo D. Zoppi. **Subgerente 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

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

B° ALMAFUERTE (6): 9 de Julio 136, Tel. 455-7614

B° PEDRO PICO (23): Thompson 1133, Tel. 456-4996

B° 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

B° COLÓN (25): Av. Colón 1380, Tel. 455-9887

B° NOROESTE (4): Avellaneda 826, Tel. 456-2075

B° PACÍFICO (35): Charlene 253, Tel. 455-3360

B° PAMPA CENTRAL (33): Martín Rodríguez 1446, Tel. 455-8171

B° PATAGONIA (54): 14 de Julio 4099, Tel. 486-1580

B° RICCHIERI (46): Almafuerite 2544, Tel. 488-6002

B° ROSENDO LÓPEZ (32): Rincón 3490, Tel. 481-4213

B° SAN MARTÍN (9): Brickman 882, Tel. 455-9596

B° 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

LOCALIDADES CERCANAS

GENERAL 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

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

CABILDO (7): Vieytes y Azcuénaga, Tel. (0291) 491-8122

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

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. Majiluf 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

PIGÜÉ (21): Belgrano y Humberto 1°, 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

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

CATRIEL (105): Av. San Martín 516, Tel. (0299) 491-2131

CHIMPAY (99): Sarmiento 342, Tel. (02946) 49-4260

CHOLE 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

VIEDMA (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 // (72) Perú 310, Tel. 489-1389 // (73) El Salvador 1607, Tel. 489-9040 // (95) Canadá 835, Tel. 489-8887 // (96) Ing. Ballester 383, Tel. 489-4710

PLOTTIER (100): Batilana 211, Tel. (0299) 493-4695

El buen desarrollo de la autoestima resulta una cuestión clave 6-8

La Coope llega a Pehuajo y Zapala 10

La caspa: un problema que tiene solución 12

Schnauzer, un can inteligente que demanda entrenamiento 14

Década Cooperativa: Obtener capital fiable y garantizar el control (I) 16

Parfait: el postre perfecto 18-20

Ricardo Raúl Bossié, el pintor de la ruralidad 24-25

Noticias de la Cooperativa 22-31

Los fiordos chilenos: un paisaje digno de admiración 32

Coopegrilla y Humor 34



ATENCIÓN AL CONSUMIDOR

TELEFONO: 0800-333-3443

E-MAIL: holacooperativa@cooperativaobrera.com.ar



EL BUEN DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA RESULTA UNA CUESTIÓN CLAVE

Las personas que se sienten bien con ellas mismas son capaces de manejar conflictos y resistir presiones. Por el contrario, para aquellos que tienen baja opinión de sí mismos, los desafíos pueden ser importantes fuentes de ansiedad y frustración.

Pág. 6-8



PARFAIT EL POSTRE PERFECTO

Bautizado con una palabra francesa que significa "perfecto", el parfait es un postre helado a base de cremas inventado a fines del siglo XIX y al que la gastronomía estadounidense le ha añadido un componente de frutas. **Pág. 18-20**



RICARDO RAÚL BOSSIÉ, EL PINTOR DE LA RURALIDAD

Considerado uno de los mejores lápices argentinos contemporáneos, su formación autodidacta y su esfuerzo personal permitieron a "Calalo" –como todos los conocen en Trenque Lauquen– reflejar el quehacer rural en excelentes dibujos y pinturas.

Pág. 24-25

EL BUEN DESARROLLO DE LA AUTOESTIMA RESULTA UNA CUESTIÓN CLAVE

Las personas que se sienten bien con ellas mismas son capaces de manejar conflictos y resistir presiones. Por el contrario, para aquellos que tienen baja opinión de sí mismos, los desafíos pueden ser importantes fuentes de ansiedad y frustración.

De la autoestima o valoración que tenemos de nosotros mismos en base a las vivencias que hemos experimentado, depende en gran parte la realización de nuestro potencial y la obtención de logros personales.

Por tal motivo, aquellos individuos que se sienten bien consigo mismos son capaces de afrontar y resolver los distintos desafíos que se plantean a lo largo de la vida, mientras que los seres humanos que tienen baja autoestima resultan propensos a autolimitarse y, por ende, a fracasar.

Precisamente esas personas que tienen una baja opinión de ellas mismas encuentran inconvenientes a la hora de encontrarle solución a sus problemas. De tal manera, a partir de pensamientos autocríticos como "no hago nada bien", suelen convertirse en sujetos pasivos o retraídos que terminan respondiendo "no puedo"

cuando deben afrontar un desafío.

Aunque el concepto personal se va desarrollando de manera gradual a lo largo de nuestra vida, la adolescencia constituye una de las etapas más críticas para la conformación de la autoestima, porque es de joven cuando se comienza a forjar la identidad y a tomar conocimiento de las propias potencialidades.

En esta etapa etaria se empieza a dejar de lado la dependencia del entorno familiar para pasar a confiar en los propios recursos y allí se evidencia claramente que si el joven ha desarrollado en su infancia la autoestima, no le resultará difícil superar las crisis que puedan presentarse en el camino hacia la madurez.

Por lo general, las personas con baja autoestima presentan una visión distorsionada respecto de lo que sucede en realidad, al tiempo que tienen

exigencias perfeccionistas acerca de lo que deberían alcanzar.

Consejos para mejorar

La elevación de la autoestima hasta un nivel adecuado puede obtenerse adoptando algunas de las siguientes conductas:

- **No idealizar a los demás.** Hay que dejar de compararse, porque todas las personas tienen aspectos positivos pero también negativos.

- **Evaluar cualidades y defectos.** Deben tenerse siempre presente los valores positivos de uno mismo, más allá de la tendencia a fijarnos, desde pequeños, en lo malo sin resaltar lo bueno.

- **Cambiar lo que no guste.** Convencerse que si algo no responde a los objetivos fijados en la vida, ello se puede modificar.

- **Controlar los pensamientos.** Se puede aprender



Superación

SUPERACIÓN

Como buena parte de la autoestima está determinada por el balance entre éxitos y fracasos, una forma de lograr la superación personal es proporcionarnos emociones positivas y al mismo tiempo modificar las cosas que no nos gustan de nosotros mismos, teniendo en cuenta estos aspectos relevantes:

- **Plantearse metas concretas.**

Además de desearse y no ser impuestos por un tercero, nuestros objetivos tienen que ser posibles de conseguir en un tiempo relativamente corto.

- **Establecer tareas para alcanzarlas.** Una vez establecidas las metas, hay que pensar en cómo conseguirlas y en cuánto tiempo, pero planteando un trayecto paulatino y sin presiones de por medio.

- **Organizarse y ordenarse.** Hay que tener en cuenta que si se pretende realizar todas las cosas al mismo tiempo, es probable que los resultados no sean los deseados. Para lograr una meta hay que determinar un plan de trabajo con distintos pasos y además respetar cierto orden.

- **Evaluar los logros.** Luego de comprometerse a llevar a cabo la meta y ponerse en marcha para alcanzarla, es importante establecer la manera de ir comprobando, al cabo de cada etapa, el resultado de los esfuerzos realizados con miras a progresar.

Autoimagen

AUTOIMAGEN

La autoestima está relacionada con la conciencia que se tiene sobre sí, junto con los valores, ideales y proyectos que se van estructurando desde la historia de la persona, que al inicio de la vida se anclará en el narcisismo, la omnipotencia y el egocentrismo propios de esa etapa.

Con el desarrollo, estas características se entrelazarán con las realidades interna y externa, representadas por la cultura, la educación y el concepto que los demás tienen de la persona. La autoestima debería estar articulada con el semejante, los ideales y los proyectos posibles, renunciando a los imposibles.

Tampoco hay que olvidar que existe una línea que va de la autoestima magnificada a la depresión y sus efectos somáticos, en el peligroso marco de una sociedad que exige un éxito que suele buscarse a través de promesas de felicidad o de adicciones que mitigan aquello que se vive como fracaso.

La autoestima permite valorarse y esto se construye desde la cuna. Los padres son el espejo donde el niño se mira e irá edificando la imagen de sí. Una autoimagen que será dinámica e irá enriqueciéndose, porque cada edad exige renunciaciones y ofrece nuevas posibilidades.

Por ello, ¡¡¡igane estima, sea su mejor amigo, piense en positivo!!!

Lic. Marta Craichik



a pensar de otra manera en procura de controlar esa voz interior crítica del más mínimo error, por lo cual hay que estar alerta ante cada pensamiento autodestructivo.

• **No buscar la aprobación de los demás.** No se puede agradar a todo el mundo y por lo tanto se tiene que actuar de acuerdo con la propia escala de valores, sin perder de vista los objetivos de vida.

• **Tomar las riendas de la propia vida.** Como los acontecimientos no tienen que arrastrarnos, hay que procurar alternativas más favorables.

• **Aprender de los errores.**

Las fallas nos enseñan a actuar mejor en la próxima ocasión, pero un error no debe abrir cuestionamientos acerca de nuestra persona.

• **Practicar nuevos comportamientos.** Hay que confiar en nuestra capacidad para mejorar y poner en práctica mecanismos autoevaluativos que apunten a establecer comportamientos diferentes.

• **No exigirse en demasía.** Debe eliminarse el afán perfeccionista, porque además de las autocríticas continuas por no lograr la perfección, nunca tendremos ocasión de elogiarlos.

• **Darse permisos.** Hay que ser comprensivo con uno mismo, porque cuanto menos lo seamos más desgastaremos nuestra autoestima.

• **Aprender a aceptar el cuerpo propio.** Nuestro cuerpo nos acompañará toda la vida y debemos aprender a vivir sin pensar demasiado en él, no permitiendo que los demás juzguen qué es lo atractivo.

• **Disfrutar del presente.** Es muy importante aprender a gozar de las pequeñas cosas que nos depara la vida, algo que es perfectamente compatible con afrontar las obligaciones habituales.

ASERENISIMA

Yogurísimo

con PROVITALIS



Leche



*Aprovechá al máximo
sus nutrientes*



La tortuga Manuelita, en la ruta 5, homenaje de Pehuajó a la famosa canción de María E. Walsh.



El monumento a los Primeros Pobladores, emplazado en el centro de la rotonda principal de la ciudad de Zapala.

LA COOPE LLEGA A PEHUAJO Y ZAPALA

En el lapso de poco más de un mes está prevista la inauguración de cuatro nuevos supermercados de la Cooperativa Obrera.

En los primeros días de noviembre la Cooperativa Obrera inaugurará su primera sucursal en Pehuajó, cabecera del partido del mismo nombre, distante 360 km. de Bahía Blanca y situada 53 km. al norte de Henderson y 82 km. al este de Trenque Lauquen.

Será continuadora del supermercado Marcela, ubicado en pleno centro de esa ciudad bonaerense (Alsina 253) y a cuyo personal se le ha garantizado la fuente de trabajo, además de reforzar el plantel con nuevas incorporaciones.

Dotada de estacionamiento contiguo, su área de ventas de más de 500 m2. presentará una renovación total de las instalaciones y contará con un sector de artículos del hogar, atención personalizada en carnicería y un centro de atención de la tarjeta Coopeplus. En los próximos días se cambiarán las exhibidoras refrigeradas y se instalarán nuevas cámaras frigoríficas.

También para fines del mes en curso está prevista la llegada de la Coope a la ciudad neuquina Zapala, muy cercana al macizo andino y punto terminal de la ruta nacional 22 que la une con Bahía Blanca a

través de un recorrido de 685 km.

Ocupará un edificio especialmente construido en la esquina de avenida Avelleda y calle Teniente Candelaria, predio que ocupara el supermercado Zingoni, cuyos dependientes ya han sido incorporados al plantel de nuestra entidad.

La flamante sucursal dispondrá de un área de ventas superior a los 1.200 m2., en un inmueble que cuenta con 2.117 m2. de superficie cubierta y en el cual trabajarán más de medio centenar de empleados, algunos de los cuales se desempeñarán en la planta panificadora. La playa de estacionamiento permitirá albergar más de treinta vehículos.

También en Allen y Ciudad Atlántida

En la segunda quincena de noviembre, la Cooperativa Obrera habilitará su tercera sucursal en la ciudad rionegrina de Allen. Se trata de un supermercado que contará con unos 850 m2. de área de ventas y funcionará en un edificio especialmente remodelado para este destino, ubicado en la esquina de Jujuy e Hipólito Yrigoyen, de

la “Capital Nacional de la Pera”.

Ya en diciembre, la Cooperativa abrirá las puertas de su quinta sucursal en Punta Alta, que estará emplazada en calle Saavedra 55, punto estratégico en la vinculación con el importante barrio Ciudad Atlántida. El área de ventas de este nuevo supermercado de la entidad supera los 450 m2. y frente al mismo los consumidores dispondrán de un predio destinado a playa de estacionamiento.

Ampliación de la Sucursal Tornquist

Desde el viernes 11 de octubre está funcionando la ampliación de la sucursal 41 (Tornquist), que ahora también ocupa el sector destinado a las oficinas administrativas de la Cooperativa Rural.

La obra ha permitido incorporar 120 m2. al área de ventas del supermercado, lo que posibilita una expansión del establecimiento y la adecuada exhibición de los artículos del hogar con amplios ventanales sobre el frente del edificio ubicado en España 144 de la ciudad serrana.

NUENAS

Lays
Resto

**MÁS
GRUESAS
& CON
CASCARA**



LOMO

POLLO

**PAPA
RELLENA**

MUZZARELLA

Escamas

ESCAMAS

Las células de la epidermis se renuevan cíclicamente desde la capa basal, madurando a medida que llegan a la superficie cutánea, donde terminan su existencia con una descamación fina. Por distintos factores, en algunas personas estas escamas pueden ser más numerosas y más visibles.

En el caso de la caspa, la causa es la mayor cantidad de grasa producida por las glándulas sebáceas que desembocan en la superficie en conjunto con un folículo piloso y aportan un medio apto para el desarrollo de un hongo oportunista que se caracteriza por presentar diferentes formas según su estadio.

Cuando las escamas descansan sobre una superficie cutánea enrojecida e irritada, preferentemente en los bordes del cuero cabelludo, las cejas, la nariz, los pómulos y, a veces, hasta la barba, esta afección se denomina dermatitis seborreica (eccema o eczema).

La caspa es frecuente en los lactantes (costra láctea) y en los adolescentes (acompañando cuadros de acné), pero también en adultos con cutis muy seborreico (preferentemente hombres).

Existen múltiples tratamientos que se adaptan a cada caso particular, pero no deben ser agresivos porque pueden producir irritación. Estos tratamientos están destinados a disminuir la presencia de hongos y la inflamación, bajar la producción de sebo, calmar la picazón y mejorar además el aspecto estético.

Dra. María Isabel Casas

LA CASPA: UN PROBLEMA QUE TIENE SOLUCIÓN



Más allá de constituir un problema de salud, la caspa también lo es de carácter estético ya que salta a la vista por la presencia de escamas blancas en la ropa. Afortunadamente existen excelentes alternativas para combatirla y mantenerla a raya.

Por razones desconocidas, el hongo *Malassezia*, habitual habitante de la cabeza humana que se alimenta de los aceites grasos segregados por los folículos pilosos del cabello, crece a veces fuera de control, irritando la piel y acelerando la renovación celular.

De tal manera, una cantidad de células muertas se desprenden y tienden a formar pequeños grupos de escamas, dando origen a la aparición de la molesta caspa, que también puede producirse por la añadidura de otros factores como el estrés, la excesiva sudoración, una dieta demasiado ácida, un desequilibrio hormonal o la utilización de determinados champús o tinturas para el cabello.

Sin embargo, existen lociones que al cabo de siete días pueden combatir la caspa, especialmente aquellas elaboradas en base a ingredientes naturales, porque las que contienen zinc, sulfuro o selenio si bien pueden resultar eficaces para eliminar el hongo,

muchas veces agreden la piel produciendo un efecto rebote que termina haciendo reaparecer la caspa.

Para que los hongos no se reproduzcan nuevamente con el transcurso del tiempo, no sólo debe protegerse el cabello de esos productos agresivos, sino también utilizar agua tibia para el lavado y fría para el enjuague, porque así se reactiva la circulación sanguínea y se fortalece la piel del cuero cabelludo.

Para evitar que el hongo reaparezca y encuentre condiciones propicias para crecer es conveniente cepillar el cabello en forma regular y reducir al máximo el uso de productos fijadores que no sean de base suave, teniendo en cuenta que dañarán el cuero cabelludo si el lavado de la cabeza no se hace de un modo correcto.

Finalmente, se recomienda observar una dieta equilibrada que incluya pocos alimentos ácidos y muchos ricos en vitaminas y proteínas.

Nuevo

— POR —
**EL MISMO
PRECIO**
¿QUÉ ENVASE
DE YOGUR
ELEGÍS?



SCHNAUZER, UN CAN INTELIGENTE QUE DEMANDA ENTRENAMIENTO

A partir de su apariencia encantadora y sus tres distintos tamaños, el schnauzer puede resultar una mascota perfecta para vivir tanto en una casa como en un departamento.

Originario de Alemania, donde aparece durante los siglos XV y XVI y es criado para perseguir y cazar, el schnauzer constituye un perro amigable y cariñoso, que puede integrarse perfectamente a la vida familiar siempre y cuando esté correctamente socializado y entrenado.

Con cejas tupidas, barba y pelo áspero, duro y denso en la parte superior del cuerpo y algo más suave en las patas, es protector y energético así como un excelente guardián, ya que alerta ante cualquier potencial peligro.

De carácter independiente, el schnauzer posee una inteligencia superior a la media de los perros, por lo que se recomienda comenzar desde temprana edad su socialización y entrenamiento, que debe incluir un abundante ejercicio diario.

Su punto débil es el aparato digestivo, por lo que se hace necesario que el animal mantenga una dieta basada en alimentos balanceados y evitar el exceso de peso.

Tamaños y colores

Los clubes de esta raza la subdividen en tres variedades: miniatura, estándar y gigante. El pequeño tamaño del schnauzer miniatura lo convierte en un animal ideal de compañía,



aunque todas las variedades pueden ser entrenadas para prestar servicios de guardia y protección.

Tanto el miniatura como el estándar pueden adaptarse a la vida en un departamento, pero configura un requisito indispensable sacarlos a caminar una o dos veces por día. En cambio, la variedad gigante es demasiado grande como para vivir en espacios reducidos.

Pero no hay que desilusionarse si el lugar que se dispone resulta insuficiente para contener a un schnauzer gigante, ya que las otras dos variedades ofrecen las mismas características aunque en “envases” más pequeños.

En cuanto al color, los reglamentos admiten dos colores para el gigante y el estándar: el negro puro y el sal y pimienta, agregándose otras dos alternativas para el schnauzer miniatura: el negro y plata y el más reciente



blanco puro.

Su comportamiento

La naturaleza vigilante del schnauzer puede hacerlo ladrar de manera persistente. Por ello, a fin de evitar molestias a los vecinos, tendrán que hacerse todos los esfuerzos posibles para morigerar su carácter a través de un buen entrenamiento.

El schnauzer miniatura suele ser un perro extremadamente activo y excitable, condiciones que le permiten, pese a su tamaño, defender a la familia y al hogar en el que vive.

Al no tratarse de un animal paciente por naturaleza, suele no obedecer las órdenes de un dueño que no ejerza sobre el perro un liderazgo adecuado. De todas maneras, las hembras son más obedientes que los machos.

El perro de esta raza es muy juguetón, aunque generalmente le gusta imponer sus propias reglas. Por tal motivo, debe supervisarse de manera continua su interacción con los niños, ya que especialmente el schnauzer miniatura no es demasiado tolerante con ellos.

Además, los machos tienen que ser también controlados en la relación con otros perros, teniendo en cuenta su predisposición pendenciera.

NUEVOS



PROBÁ LOS NUEVOS SABOR PARA ENSALADAS KNORR



1



HIDRATAR EL SABOR PARA ENSALADAS CON 3 CUCHARADAS DE AGUA.

2



MEZCLAR CON 2 CUCHARADAS DE ACEITE.

3



CONDIMENTAR LA ENSALADA.



DESCUBRÍ MÁS EN   /KNORRARGENTINA

LA VIDA CON SABOR ES MUCHO MEJOR

DÉCADA COOPERATIVA:

OBTENER CAPITAL FIABLE Y GARANTIZAR EL CONTROL (I)

El quinto y último de los objetivos contemplados en el documento de la Década Cooperativa aprobado por la Alianza Cooperativa Internacional está referido al tema del capital en las cooperativas.

Las empresas no pueden funcionar sin capital y las cooperativas no constituyen una excepción a la regla. Si bien tienen la posibilidad de pedir préstamos (capital ajeno) para satisfacer sus necesidades corrientes, las cooperativas deben afrontar inversiones de activo fijo que requieren financiamiento a largo plazo, por lo que es necesario contar con un adecuado capital propio.

En general, el capital de las cooperativas proviene de las sumas que integran sus asociados, sea como aportes efectivos o como capitalización de los importes que anualmente —en caso de existir excedentes de la gestión— resolverán distribuir en concepto de retornos sobre las operaciones realizadas e intereses sobre sus cuotas sociales de capital integrado. A ello habrá que adicionar la parte de los excedentes que los propios asociados destinarán para la constitución de reservas.

Por definición, la acumulación de capital proveniente de los excedentes requiere tiempo y no está disponible en los años iniciales de una cooperativa. La historia enseña que antes que los bancos acepten a una cooperativa como sujeto de

“Necesitamos capital que sea socialmente constructivo y no destructivo, estabilizador y no desestabilizador. Necesitamos capital moderado, limitado, controlado y dirigido a satisfacer necesidades humanas y no la codicia humana. El capital cooperativo es constructivo, estabilizador y moderado. El mundo necesita más capital cooperativo y nuevas formas de canalizar los ahorros para que no sean inversiones financieras sino capital cooperativo”.

Capital cooperativo: qué es y por qué nuestro mundo lo necesita.

Alan Robb, James Smith y Tom Webb.
Saint Mary's University, Halifax,
Canadá, 28-03-2010.

crédito, la entidad debe acudir al financiamiento que le brinden sus propios asociados depositando en ella sus ahorros para retirarlos según sus necesidades.

Diferencias

Las empresas que son

bursátil.

El capital cooperativo es diferente, ya que así lo determinan los Principios Cooperativos. En primer lugar, porque el principal destino del resultado anual es el pago del retorno sobre las operaciones realizadas por los asociados y el capital social sólo podrá recibir una compensación limitada. En segundo lugar, porque si el asociado decidiera dejar su condición de tal y retirar su capital, la cooperativa le devolverá las sumas que haya integrado sin ningún tipo de plus por el eventual incremento que hubiese experimentado el valor patrimonial de la entidad.

Podría pensarse que estas circunstancias no inducen a invertir en capital cooperativo. Pero lo que las cooperativas ofrecen a la sociedad en su conjunto es algo más importante que un beneficio financiero. Como lo han reconocido reiteradamente las Naciones Unidas y los más importantes organismos internacionales, el aporte de las cooperativas al desarrollo social resulta invaluable, en especial frente a las recurrentes crisis que le está generando al mundo entero aquellos capitales que sólo persiguen la maximización del lucro.



NUEVO sedal CRECIMIENTO SALUDABLE.



DRA. FRANCESCA
FUSCO.
Especialista
en crecimiento
de pelo.

*Cabello más largo debido a fortalecimiento por reducción de cabellos quebrados y puntas florecidas con el uso de la línea Sedal Crecimiento Saludable comparado con shampoo sin agentes acondicionadores. Promedio de crecimiento natural del cabello.

PARFAIT

EL POSTRE PERFECTO

Bautizado con una palabra francesa que significa "perfecto", el parfait es un postre helado a base de cremas inventado a fines del siglo XIX y al que la gastronomía estadounidense le ha añadido un componente de frutas.



Instituto Superior de
Formación Docente y
Técnica Dr. Pedro Goyena

Nivel Técnico

- Tecnicatura Superior en Servicios Gastronómicos / Chef
- Tecnicatura Superior en Recursos Humanos
- Tecnicatura Superior en Administración General
- Tecnicatura Superior en Hotelería
- Tecnicatura Superior en Administración Agropecuaria
- Tecnicatura Superior en Comercio Exterior
- Tecnicatura Superior en Gestoría

Nivel pedagógico

- Profesorado en Educación Física



INFORMES E INSCRIPCIONES:

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



Por Ignacio Gerbino
y Lorena Pereyra



Parfait de chocolate blanco y negro

Ingredientes:

Parfait negro

150 gr de chocolate semiamargo
300 gr de crema
150 gr de azúcar
4 yemas

Parfait blanco

150 gr de chocolate blanco
300 gr de crema
100 gr de azúcar
Agua
4 yemas
50 gr de praliné
1 pionono de vainilla

Elaboración: Picar el chocolate semiamargo y colocar en un bol.

Hervir en una cacerola la mitad de la crema y una vez que levante hervor, incorporarle el chocolate picado. Mezclar y reservar.

Batir el resto de la crema a medio punto y reservar.

Con el azúcar y el agua, preparar un almíbar hasta el punto bola blanda, o sea cuando al verterlo en una taza con agua fría se forme una bolita a la que se pueda dar forma con la yema

de los dedos.

Batir las yemas y agregarles en forma de hilo el almíbar, incorporando luego la crema y el chocolate fundido.

Colocar en vasos o compoteras y llevar al freezer hasta que esté bien firme.

Para el parfait blanco, realizar el mismo procedimiento, incorporando al final el praliné.

Verter sobre el parfait negro en los mismos vasos o compoteras e intercalar con el pionono cortado irregularmente. Llevar nuevamente al freezer.



Parfait de vainilla

Ingredientes:

300 gr de azúcar
Agua
8 yemas
500 gr de crema
Esencia de vainilla

Elaboración: Colocar en una cacerola el azúcar y cubrir con agua. Llevar al fuego y realizar un almíbar ligeramente espeso a 118° C.

Batir las yemas, agregar el almíbar caliente en forma de hilo y continuar batiendo con batidora hasta que enfríe. Luego incorporar la esencia de vainilla.

Mezclar esta preparación con la crema batida a medio punto.

Colocar en moldes y llevara al freezer por 4 horas aproximadamente. Acompañar con frutas frescas.

Parfait de frutos rojos

Ingredientes:

300 gr de frutos rojos
150 gr de azúcar
Agua
4 yemas
300 gr de crema

Elaboración: Colocar los frutos rojos en una procesadora y realizar un puré. Reservar.

Incorporar en una cacerola el azúcar y cubrir con agua. Llevar al fuego y realizar un almíbar ligeramente espeso a 118° C.

Batir las yemas, agregarles el almíbar caliente en forma de hilo y continuar batiendo con batidora hasta que enfríe.

Agregar a la preparación anterior el puré de frutos rojos y la crema batida a medio punto.

Colocar en moldes y llevar al freezer por 5 horas aproximadamente.



Parfait de duraznos

Ingredientes:

300 gr de duraznos
150 gr de azúcar
Agua
4 yemas
Ralladura de una lima
250 gr de crema

Elaboración: Colocar los duraznos en una procesadora y realizar un puré. Reservar.

Incorporar en una cacerola el azúcar y cubrir con agua. Llevar al fuego y realizar un almíbar ligeramente espeso a 118° C.

Batir las yemas, agregarles el almíbar caliente en forma de hilo y continuar batiendo con batidora hasta que enfríe.

Agregar a la preparación anterior el almíbar, el puré de duraznos, la ralladura de lima y la crema batida a medio punto.

Colocar en moldes y llevar al freezer por 5 horas aproximadamente.

CINZANO®

MOMENTOS QUE SE
VUELVEN HISTORIAS



CINZANO ROSSO CON SODA

4 PARTES DE SODA.
6 PARTES DE CINZANO ROSSO.

- PONER HIELOS EN UN VASO TRAGO LARGO.
- SERVIR EL CINZANO ROSSO Y COMPLETAR CON LA SODA.



CINZANO ROSSO CON POMELO

4 PARTES DE GASEOSA DE POMELO.
6 PARTES DE CINZANO ROSSO.

- PONER HIELOS EN UN VASO TRAGO LARGO.
- AGREGAR 6 PARTES DE CINZANO ROSSO Y SE COMPLETA CON GASEOSA DE POMELO.
- DECORAR CON RODAJAS DE POMELO Y REMOVER.

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



Alumnos premiados en los distritos Bahía Blanca, Coronel Dorrego, Coronel Rosales, Tornquist y Villarino.

LOS GANADORES DEL 26º CERTAMEN ESCOLAR

A continuación publicamos la lista de ganadores –ordenada en forma alfabética por provincia y distrito– del certamen organizado por la Cooperativa Obrera sobre el Bicentenario del Himno Nacional Argentino y del cual participaron 1.475 alumnos primarios de establecimientos educativos oficiales (872) y privados (603).

Buenos Aires

Azul: Dante J. Díaz (Esc. 23 de Cacharf).

Bahía Blanca: Daiana J. Ayala (Esc. 56 de Paraje La Hormiga), Agustina Barayzarra (Esc. 27 de Cabildo), Cintia Bautista (Esc.44 de Paraje Sauce Chico), Rocío Faccinini (Col. San Cayetano), Alejo E. García (Col. Rosario Vera Peñaloza), Rocío Iampolsky (Esc. 6), Lorenzo Mazzante (Col. Don Bosco), Joselyn R. A. Molina (Esc. 35 de Grumbein), Gabriel D. Olguín (Esc. 64), Gastón San Sebastián (Col. San Francisco de Asís), Florencia Slaminsky (Esc.39) y Matías A. Varela (Col. María Auxiliadora).

Coronel Dorrego: Milena La

Gruta (Esc. 1) y Pilar Zaragoza (Col. San José).

Coronel Pringles: Ludmila Navarro (Esc. 30) y Milagros M. Schneider (Col. Sagrado Corazón).

Coronel Rosales (Punta Alta): Maximiliano G. Acosta (Esc. 16), Santiago I. Bernasconi (Esc. 11), Martina Hoyos (Inst. Centenarios de Puerto Belgrano), Micaela A. Lataillade (Esc.4), Elías Nievas (Inst. Sagrado Corazón), Leandra San José (Esc. 25) y Guadalupe M. Yurquina (Esc. 10).

Coronel Suárez: Yesica G. Ahumada (Esc.45 de Paraje Zoilo Peralta), Tomás Aliberti (Esc. 2), Julieta Carcedo (Esc. 1), Jeremías Gannon (Esc. 22 de Huanguelén), Juan B. Hoffman (Esc. 46), Valentín Lafevre (Esc. 46), Felicitas López (Col. Fasta San José), Juan A. Medina (Esc. 10 de Estación Piñeyro), Axel Scheffer (Esc. Parroquial de Pueblo Santa María), Sofía S. Sena (Esc. 6 de Cura Malal), Gonzalo Stadelmann (Esc. Parroquial de Pueblo San José) y Cristian T. Tusek (Esc. 9).

General La Madrid: Sofía Pinedo (Esc. 7) y Martina M. Zorn (Esc. 7).

General Pueyrredón (Mar del Plata): Ludmila B. Blanco (Esc. 14), Hernán Gallardo y Joel Izquierdo (Esc. 35) e Ian Niza (Esc. Municipal 15).

General Villegas: Fernando R. Córdoba (Esc. 11 de Coronel Charlone).

Monte Hermoso: Méliani Quintana (Esc. 2).

Necochea: Micaela González (Esc. Pío XII) y Priscila Villalba (Esc. 7).

Olavarría: Milagros Fernández (Esc.51).

Puan: María P. De Ángelis (Esc. 9 de Bordenave), Juan R. Ibarra (Inst. María Susana) y Kevin Visotsky y Joaquín Wagner (Esc. 6 de 17 de Agosto).

Saavedra: Ludmila Álvarez (Esc. 3 de Pigüé), Valentín Castelli (Col. La Salle de Pigüé), Valentín Marezi (Col. Niño Jesús de Pigüé) y Victoria Monge (Esc. 2 de Saavedra).

Tornquist: Ayelén Lázaro (Esc. 24 de Chasicó) e Irena Sgammini

(Col. Nuestra Sra. de Luján).

Tres Arroyos: Paloma Dostsdijk (Col. Manuel Belgrano), Ximena Pérez (Col. San José de Orense) y Maia Sallago (Esc. 43).

Villarino: Yanella Marini (Esc. 6 de Mayor Buratovich).

La Pampa

Guatraché: Lourdes Kloster (Esc. 60).

Santa Rosa: Julieta A. Barisson (Esc. 25).

Río Negro

Chimpay: Florencia Acosta (Esc. 115).

Choelechoel: Bianca Luciano (Esc. Inayen).

Cinco Saltos: Rocío A. Bravo (Esc. 88).

Cipolletti: Sebastián Azua y Nicole González (Esc. 142).

General Fernández Oro: Luján Riquelme (Esc. 102).

General Roca: Méliani Ulloa (Esc.35).

Ingeniero Huergo: Julieta Medina (Esc. 12).

Villa Regina: Guillermo Laso (Inst. Don Bosco).



GoldenFruit S.A.

IMPORTACION Y EXPORTACION DE FRUTAS FRESCAS

Administración y Frigorífico

Av. Champagnat 1066 / 74 y 1139 / 41

Tel/Fax (0223) 478-6683 / 478-6237 / 478-6295

Cel.: (0223) 156-806296 - 156-822096

(B7604GVL) Mar del Plata

e-mail: goldenfruit@speedy.com.ar

Website: www.goldenfruit.com.ar

Puestos:

Mercado PROCOSUD

Ruta 226 Km 7.5

Tel: (0223) 475-9339

Mercado ABASTO CENTRAL

Ruta 88 Km 5.5

Tel: (0223) 465-0065 Int. 158



SE AGRANDA LA FAMILIA POCHOCLERA

LLEGAN 2 NUEVOS SABORES
FRUTILLA Y CHOCOLATE
GUAL DE DEBARRÉS - GUAL DE HORNOSUAVES - GUAL DE PONDONES

POP KORN

Ahora, todos somos más pochocleros que nunca.

Tu perro merece lo mejor

Tiernitos
SELECCIÓN

GEPSA PET FOODS

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

RICARDO RAÚL BOSSIÉ

EL PINTOR DE LA RURALIDAD

Considerado uno de los mejores lápices argentinos contemporáneos, su formación autodidacta y su esfuerzo personal permitieron a "Calalo" –como todos los conocen en Trenque Lauquen– reflejar el quehacer rural en excelentes dibujos y pinturas.

Ricardo Raúl Bossié Trézèguet reconoce que a los 3 años, cuando ya montaba junto a su padre en el campo "El Pañuelito", dibujaba en los pizarrones del jardín de infantes a su animal preferido: el caballo.

Por entonces, aquellos bocetos dejaban entrever el enorme talento de este artista plástico costumbrista nacido el 3 de noviembre de 1943 en la localidad de 30 de Agosto y radicado desde hace muchos años en Trenque Lauquen, cuyas autoridades municipales acaban de declararlo Ciudadano Ilustre.

Casado con Susana Montanaro Tamagnone, quien siempre fue su "manager" en el plano artístico, padre de Ricardo (35 años), Eduardo (34) y Martín (33) y abuelo de Antua, lleva realizadas desde 1973 a la fecha más de 265 exposiciones, dentro y fuera del país.

"Desde chico fui resignando cosas por este amor a dibujar y pintar, aunque soy un agradecido a Dios por haberme permitido realizar lo que más me gusta", destaca.

Más allá de ser autodidacta, en la formación artística de "Calalo" ejerció notoria influencia el contacto que mantuvo, al estar radicado durante algunos años en la Capital Federal, con algunos de los mejores caballistas de esta parte del Río de la Plata.

De tal forma Bossié perteneció a dos grandes grupos: Trapalanda y Pegasus, donde compartió con destacados artistas como Eduardo Mareco,



Jorge Mayol, Olga Marelló, Julián Althave, Rodolfo Ramos, Bartolomé Vaccarezza, Inés Menéndez Betty, Bernardita Toffanelle, Marta Rivera, Toti Guix, Enrique Castro y Rodolfo Ramírez

Si bien asume que su primer contacto con el color se produjo recién a comienzo de la década del 90, Bossié no sólo maneja increíblemente bien los contrastes entre luces y sombras, sino que logra plasmar escenas campestres con toda su frescura, mediante cuadros tan fáciles de interpretar como dignos de ser admirados.

Su acabado conocimiento del paisaje campero y, fundamentalmente, de la morfología y los movimientos del caballo, lo han convertido en uno de los intérpretes costumbristas más considerados.

No sólo renombradas galerías de nuestro país exhibieron su arte, sino que varias de sus obras pudieron ser apreciadas en muestras realizadas más allá de las fronteras argentinas.

Reconocimientos

Una de sus satisfacciones más importantes la experimentó en la Sociedad Rural de Palermo, donde alcanzó el primer premio en la muestra de la Asociación Argentina de Criadores de Caballos Árabes organizada por la Galería Zurbarán, en la que fue considerado como uno de los mejores lápices de la Argentina.

También expuso en las asociaciones Criolla

Árabe, Cuarto de Milla, Propietarios de Caballos de Carrera y Pur Sang, así como en embajadas y cancillerías de distintos países, habiendo alcanzado el primer premio en la muestra organizada por el country Cantegril de Punta del Este, ciudad en la que pueden apreciarse sus obras "Gauchos Salteños" y "Yeguada Montaraz", comprados por el Museo Ralli.

Asimismo, sus trabajos fueron adquiridos por coleccionistas de Chile, Uruguay, Perú, Estados Unidos, Francia, Israel, Inglaterra, Alemania, Holanda, Irlanda, Sudáfrica, España y, obviamente, la Argentina.

Asiduo participante en fiestas nacionales, Bossié también estará presente en diciembre próximo en el programa de actos celebratorios de los 75 años del Hotel Llao Llao, en San Carlos de Bariloche, donde expondrá en el salón Ciprés.

Entre las numerosas distinciones que recibió merece destacarse el Timón al Mérito, del Círculo Bonaerense de Arte de la Provincia de Buenos Aires, y los primeros premios de la Asociación Argentina Criolla, "Fomento Equino", "Pur Sang", "Cuarto de Milla" y "Encuentro Argentino-Árabe".

Al cumplir 70 años, Bossié inaugurará el 3 de noviembre, en el parque de su casa, un gran mural de temática campestre titulado "Allá viene el Sofanor", y en la pared contraria una obra que exhibe una cabeza de caballo, denominada "Fuera del box".

"Yeguas preñadas",
"A preparar un
puchero" y
"Churrasqueando
en los caldenes",
tres de las obras del
pintor de las cosas
nuestras.



Jacquet, Vallati, Giambelluca y Marinello en la Conferencia Regional.



Las presidentas de la ACI y de la Coope en el Encuentro de Género.

PRESENCIA DE LA COOPERATIVA OBRERA EN LA XVIII CONFERENCIA REGIONAL DE ACI-AMÉRICAS

En la ciudad brasileña de Guarujá, ubicada sobre la costa atlántica y a unos cien kilómetros de San Pablo, se desarrolló del 8 al 11 de octubre la XVIII Conferencia Regional de la Alianza Cooperativa Internacional para las Américas.

Dentro de los más de mil participantes que llegaron desde casi todos los países americanos, la Cooperativa Obrera estuvo presente a través de cuatro representantes: Mónica Giambelluca, Héctor Jacquet, Jorge Vallati y Alejandro Marinello.

Este año el tradicional evento cooperativo, que es el más importante de los que se realizan en nuestro continente, tuvo por lema “La Década de las Cooperativas: escenarios y perspectivas”, contando con la presencia de la presidenta del órgano directivo mundial de la ACI, la británica Dame Paul Green.

En cuanto a la actuación de los representantes de la Coope, la presidenta Giambelluca

tomó parte del IX Encuentro de Equidad de Género, donde pudo comentar la importancia que asigna nuestra entidad a la participación de la mujer en sus órganos de gobierno, mientras que el subgerente general Jacquet expuso en el Seminario de Cooperativas de Consumo sobre la manera en que estamos cumpliendo los objetivos de la Década, especialmente en materia de participación de los asociados y fuentes fiables de capital.

Los doctores Vallati y Marinello concurren además al Congreso Continental de Derecho Cooperativo, que se lleva a cabo en forma paralela a la Conferencia Regional y en el cual presentaron varias ponencias, como ya lo habían hecho en el mes de septiembre en la Jornada de Derecho Cooperativo realizada en Buenos Aires tres semanas antes que el mencionado Congreso Continental, cuya comisión organizadora estuvo presidida por el Dr. Dante Cracogna, vicepresidente de la Federación

Argentina de Cooperativas de Consumo.

En Ciudad del Cabo

Del 1 al 5 de noviembre tendrá lugar en Ciudad del Cabo, capital legislativa de Sudáfrica, la Conferencia Global y Asamblea General de la Alianza Cooperativa Internacional, cuyo eje principal se centrará en el análisis de los distintos objetivos de la Década Cooperativa, habiendo comprometido su participación más de 2.000 cooperativistas provenientes de 80 países.

Dentro del programa está prevista la realización de diversos talleres temáticos, uno de los cuales abordará el tema de la seguridad alimentaria y las cadenas de suministro sustentable. Con el propósito de referirse en el mismo el rol de las cooperativas de consumo para garantizar la distribución de alimentos de un modo sustentable, la Cooperativa Obrera ha sido invitada a enviar un expositor.



Enrique Moreno.

COOPERATIVAS SIN FRONTERAS

El 24 de octubre tuvo lugar en San José, la capital costarricense, un foro internacional sobre la concentración en el mercado alimenticio convocado por la organización Cooperativas Sin Fronteras y las Confederaciones Nacionales de Cooperativas de Costa Rica y Honduras.

Especialmente invitado para comentar la experiencia de la Cooperativa Obrera en la materia, concurre a este foro el gerente de Cultura y Acción Comunitaria de la entidad, señor Enrique Moreno.

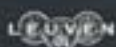
PRESENTAMOS

STELLA ARTOIS *Noire*

UN OSCURO MAS PROFUNDO



PRESENTAMOS **STELLA ARTOIS NOIRE**, UNA CERVEZA NEGRA QUE SE DISTINGUE POR SU ESPUMA CREMOSA, SU COLOR **NEGRO INTENSO** Y SU DELICADO AROMA A **MALTAS TOSTADAS**. EQUILIBRADA Y DE CUERPO JUSTO. CON EL **AMARGOR BALANCEADO** QUE CARACTERIZA A LA



1865 1966

CERVEZA PERFECTA.



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



BODAS DE PLATA LABORALES

Como ya es tradición, el aniversario fundacional de la Cooperativa Obrera constituye un momento propicio para brindar su reconocimiento a aquellos empleados que en el transcurso del año cumplen un cuarto de siglo de relación laboral con la entidad.

Con tal motivo, en el acto realizado el 31 de octubre recibieron el homenaje los colaboradores cuya nómina detallamos a continuación, ordenada por fecha de ingreso y con indicación de su actual lugar de trabajo: **Marcela Fabiana Ferreyra** (Sucursal 11, Bahía Blanca), **Rubén Omar Fuentes** (Sucursal 53, B.Bca.), **María Angélica Domenech** (Sucursal 28, B.Bca.), **Casimiro José Antunes** (Sucursal 17, Punta Alta), **Lidia Esther Álvarez** (Sucursal 9, B.Bca.), **Carmen Daniela Carrillo** (Sucursal 13, B.Bca.), **Gladys Norma Calla** (Sucursal 19, Punta Alta), **Mauricio Alejandro Cerda** (Sucursal 15, B.Bca.), **Claudia Fabiana López** (Gerencia de Compras, B.Bca.), **Daniel Javier Torres** (Sucursal 28, B.Bca.), **Luis Alberto López** (Sucursal 68, Puerto Belgrano), **Gustavo Adrián Díaz** (Sucursal 11, B.Bca.), **Oscar Alberto Alonso** (Sucursal 42, B.Bca.), **Jorge Vicente Andreu** (Planta Panificadora, B.Bca.), **Carlos Oscar Mustafá** (Planta Panificadora,

B.Bca.), **Gustavo Emilio Vallejos** (Planta Panificadora, B.Bca.), **Víctor Edison D'Albora** (Planta Panificadora, B.Bca.), **Carlos Alberto Gutiérrez** (Planta Panificadora, B.Bca.), **Néstor Osvaldo Ruiz** (Sucursal 14, Pedro Luro), **Adalberto Angel Cornachoni** (Suc. 49, B.Bca.), **Juan Jacinto González** (Planta Panificadora, B.Bca.), **Claudia Silvia González** (Suc. 1, Ing. White), **Nelson Alberto Marotto** (Suc. 88, Mayor Buratovich), **Sonia Ethel Keller** (Suc. 28, B.Bca.), **Pablo Daniel Damianovich** (Suc.39, Necochea), **Graciela Mabel Peralta** (Suc. 21, Pigüé), **Sandra Elisabet Beliu** (Suc. 15, B.Bca.), **Marcelo Martín Ceferino Barrera** (Suc. 101, Choele Choel), **Juan Carlos Sarrat** (Suc. 21, Pigüé), **Carlos Alfredo Monsalve** (Suc. 5, B.Bca.), **Carlos Gregorio Baritoli** (Auditoría Interna, B.Bca.), **Sandra Elisabet Gutiérrez** (Suc. 21, Pigüé), **Miguel Angel Machado** (Planta Panificadora, B.Bca.), **Roberto Francisco Ysaguirre** (Planta Panificadora, B.Bca.), **Juan Carlos Fábrega** (Suc. 49, B.Bca.), **José del Carmen Vallejos** (Suc. 15, B.Bca.), **Miriam Patricia Brandoni** (Fraccionamiento de Fiambreras y Lácteos, B.Bca.), **Ana María Graham** (Suc. 5, B.Bca.) y **Silvia Lilian Cárdenas** (Gerencia de Administración, B.Bca.).

BIZCOCHOS

9 DE ORO



Los más ricos siempre

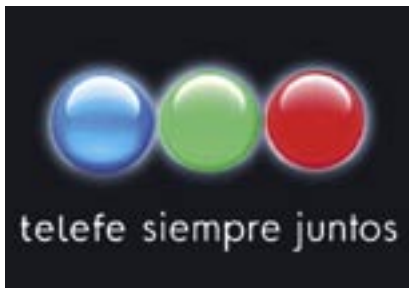


www.molinocanuelas.com

PRESENCIA EN TELEFÉ

Uno de los momentos más emotivos del programa de homenaje a Abel Pintos, emitido el sábado 12 de octubre en el ciclo "Gracias por venir, gracias por estar", que conducen Gerardo Rozin y Julieta Prandi, fue la presencia en vivo de los integrantes del Coro de Niños de la Cooperativa Obrera y de su fundador y director, el maestro Carmelo Fioriti.

Abel, muy emocionado, reconoció la importancia que tuvo en su iniciación musical su incorporación al Coro en el transcurso de los años 90.



ÁRBOLES DEL ALMA

Hasta el 21 de noviembre se podrá participar en una nueva edición del certamen organizado por la Cooperativa Obrera junto con la Asociación Civil Piedra Libre y la Organización para la Promoción de Ecoclubes.

Los alumnos primarios de 6 a 12 años pueden aspirar a una de las dos notebooks que se sortearán entre quienes resulten aprobados en el trabajo práctico indicado en la página web <http://www.cooperativaobrera.coop/la-coope-y-la-comunidad/certamen-arboles-del-alma>.

MUNDO SOLIDARIO

A partir de la segunda quincena del mes de septiembre, la radio Universidad AM 1240, onda que pertenece a la Universidad Nacional del Sur, ha comenzado a emitir –los días lunes, miércoles y viernes a las 10:45 – el micro "Mundo Solidario", un espacio de la Cooperativa Obrera dedicado a la economía social y su cultura.

El referido micro forma parte del programa "Agenda pública", que conduce la periodista Andrea Romero y se puede escuchar on line desde <http://www.radio.uns.edu.ar/>.



LA CUENTA ES CLARA

Medición de audiencia radial - Agosto 2012 - Ciudad de Bahía Blanca

Radios AM y FM

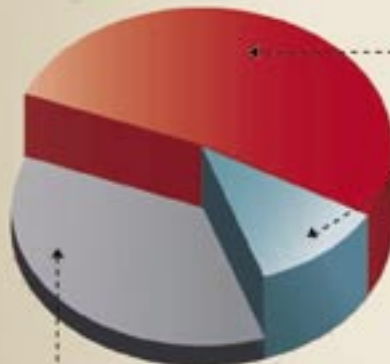
Lunes a viernes

6 a 12 hs

Ambos sexos

Todas las edades

Todos los N.S.E.



1º LU2 Radio Bahía Blanca 50,4%

2º FM Ciudad 94.7 10,9%

LU2 AM 840 + FM 94.7 61,3%



LU2 AM 840 + FM 94.7
PODER DE VENTA

Suma de 2 AM y más de 50 FM 38,7%

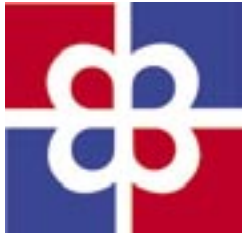


Dos radios, todas las generaciones.



Fuente: UNIVERSIDAD NACIONAL DEL SUR, Ministerio de Educación, Departamento de Economía.





QUINCE AÑOS DEL SHOPPING

El 18 de noviembre próximo se cumplirán 15 años de la inauguración del Bahía Blanca Plaza Shopping, el complejo comercial que constituye uno de los orgulllos de la ciudad y es actualmente propiedad exclusiva de la Cooperativa Obrera.

Para festejar el aniversario, todos los establecimientos que integran el referido complejo ofrecerán ofertas muy atractivas para agradecer el favor de los consumidores bahienses y de la zona que lo han elegido como su lugar preferido para compras y esparcimiento.

UN NUEVO ENJUAGUE BUCAL

La línea de productos de marca propia "Cooperativa" ha incorporado un enjuague sabor mentol, recomendado por odontólogos para mantener una adecuada higiene bucal y elaborado con ingredientes naturales que otorgan un agradable sabor y prolongan el aliento fresco en la boca.

Es fabricado en envases de 200 y 400 ml por la Cooperativa de Trabajo "Laboratorios Ion" Ltda. en el parque industrial Norte de la ciudad de San Luis, y contiene Xilitron, un edulcorante natural anticariogénico.



PRIMER SORTEO DE LA PROMO

El viernes 8 a las 19:00 se sortearán los primeros 5 ganadores de la promoción "De vacaciones con la Coope", cada uno de los cuales se hará acreedor a una orden de compra por \$ 30.000 para utilizarla en un viaje de vacaciones o, de preferirlo, en la renovación del equipamiento hogareño.

Los mencionados sorteos tendrán carácter regional y los lugares elegidos para realizarlo son sucursales de Bahía Blanca (42), Coronel Suárez (26), General Roca (60), Tres Arroyos (30) y Viedma (77).

TORTAS

Grace's Factory

Listas para servir!

ICE CREAM



LOS FIORDOS CHILENOS: UN PAISAJE DIGNO DE ADMIRACIÓN

El tercio austral del territorio de Chile constituye una zona de increíble belleza paisajística y de una inconmensurable potencialidad para el desarrollo económico y turístico del país trasandino.

Los fiordos son entradas angostas del mar, conformadas por la inundación de un valle excavado o parcialmente tallado debido a la acción de glaciares. Caracterizados por su forma de U, aunque la parte inferior no sea visible por estar situada debajo del nivel del mar, se destacan por sus grandes profundidades y de allí que no resulten extraños los 1.270 metros que alcanza el fiordo Canal Messier, en Chile.

Precisamente el territorio chileno comprende una de las más vastas extensiones de canales, fiordos senos y golfos interiores del

planeta, alcanzando una extensión de poco más mil kilómetros en línea recta. Pero si se suman los contornos de las más de 5.500 islas y penínsulas que la componen, posee una cantidad de costa que supera los 84 mil kilómetros lineales y conforma un paisaje espectacular.

Como consecuencia de la confluencia de las aguas saladas del Océano Pacífico y las dulces provenientes de ríos, glaciares y ventisqueros, en esa zona del país trasandino se formó un sistema de estuarios de gran magnitud, caracterizado por una gran variedad

biológica.

La mejor forma de admirar tan bello paisaje es mediante las embarcaciones que pasean por la región o a través de los cruceros. Una de las experiencias más formidables es admirar el Glaciar Amalia, cuya larga silueta que desciende desde la cordillera de los Andes ofrece un panorama que emociona con sus torres de hielo y el colorido contraste con el entorno.

Las ciudades más importantes, ubicadas en ambos extremos de esta parte de Chile, son Puerto Montt y Punta Arenas.

9 DE MAYO DE 2014

DISFRUTA CUBA COMO QUIERAS
SALIDA GRUPAL ACOMPAÑADA DESDE BAHÍA BLANCA*

OPCIÓN 1 | PLAYA Y CULTURA 7 noches en Cayo Santa María + 4 noches en Varadero con todo incluido + 2 noches en La Habana con desayuno. Excursión a Santa Clara + visita al Mausoleo del Che (con almuerzo) y City Tour en La Habana (con almuerzo).

OPCIÓN 2 | SÓLO PLAYA 7 noches en Cayo Santa María + 6 noches en Varadero con todo incluido. Excursión a Santa Clara (visita al Mausoleo del Che) con almuerzo.

\$ 21.711 (US\$ 3.228 + US\$ 421 IIG3450)

15 CUOTAS SIN INTERÉS**

Preço por persona en base a 02 de personas equivalentes a los dólares expresados entre paréntesis, pagadero al cambio oficial del día de pago US\$ 1 = \$ 5,95 al 15/10/2013. Incluye tour, BIC, IVA y IIG cubana. No incluye: pasaje aéreo. Incluye: protección IIG, AFP 34302011 publicación 16/05/2013. *Incorporación con un mínimo de 30 pasajeros. **Beneficio como para más viajes.

8º expo TURISMO
NIKANT TOUR 2013/2014

SÁBADO 9 Y DOMINGO 10 DE NOVIEMBRE
DE 17:30 A 21:30 HS.
BAHÍA BLANCA PLAZA SHOPPING

TODAS LAS PROPUESTAS PARA LAS VACACIONES 2014!

Cooperplus
BB's

12 cuotas sin interés en pesos en todos los destinos y servicios
(C.F.T.) 3,084%
Costo base de compra 4,711 | Límite de crédito en caso del pago de más de 12 cuotas

Casa Central: Av. Colón 177 - Tel.: (0291) 456-5402 | Soc. Bahía Blanca Plaza Shopping: Sarmiento 2153 - Local 124 - Tel.: (0291) 455-4165

www.nikantour.com

0810-222-0654
todos los días de 10 a 22hs.

Seguros en **GU**

Nikant Tour
Te Compaña en Mejores y Partidos

100 años de turismo

NUEVO

Desengrasa
Hasta
5X más*

**¡Y es más rápido
en remojo*!**

5
MINUTOS



OTRO*

MAGISTRAL
POWER CLEAN

MAGISTRAL
POWER CLEAN



*vs. otro detergente líquido con menor concentración de materia activa



**MEJOR REMOCIÓN
de manchas en
1 LAVADO***

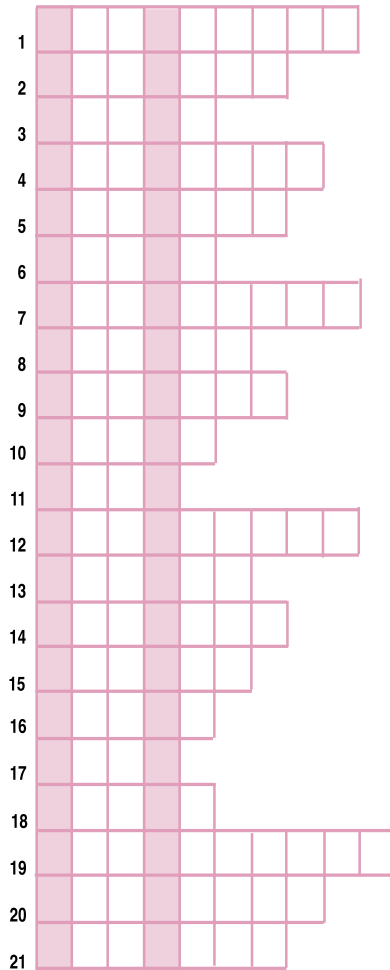


P&G • mayo 2013 • prueba de campo

Manchas de jugo de frutilla y vino en tela 100% algodón.

*vs. jabón en polvo, con pre-tratamiento. Basado en test con 18 manchas en tela 100% algodón.

Encuentre las respuestas y ubique cada palabra en la fila correspondiente. Luego, recorriendo en forma vertical las columnas coloreadas, podrá leer los nombres de los dos hermanos mellizos que donaron las tierras para que se pudiera levantar la estación ferroviaria, así como el futuro pueblo que recordaría la memoria de su padre –don Pedro Luro– y de cuya fecha de fundación oficial se cumplirán 100 años el próximo 20 de noviembre.



- Capacidad que tienen las cooperativas de autogobernarse y que está incluida en el cuarto principio cooperativo.
- Adjetivo con el que se califica al cielo despejado y sin nubes.
- Obra teatral escrita para ser cantada y representada con acompañamiento de música.
- Ciudad del Valle Medio del Río Negro donde funciona desde el 5 de octubre de 2012 la sucursal 102 de la Cooperativa Obrera.
- País europeo en el que tuvieron su origen las cooperativas de trabajo.
- Que no tiene brillo.
- Parte de la medicina que se ocupa del estudio y tratamiento de las enfermedades de la vejez.
- Que es adecuado o puede ser destinado tanto para hombres como para mujeres.
- Letra con la que se suele abreviar generalmente el segundo nombre de una persona.
- Fruto cítrico de forma ovoide y corteza amarilla, cuya pulpa está dividida en gajos jugosos y de sabor ácido.
- Que guarda fidelidad y es incapaz de traicionar.
- Denominación que se da a la reunión regional del Círculo de Consumidores que agrupa a numerosas sedes.
- Dicho popular que contiene un consejo o moraleja.
- Informe anual sobre las actividades de una cooperativa que eleva el Consejo de Administración a la Asamblea de Asociados.
- Cosa de poco valor y mucha apariencia.
- Error, fallo, desacierto.
- Apellido del militar argentino incluido en la denominación de la ciudad rionegrina con mayor cantidad de habitantes en el Alto Valle.
- Automóvil que no es 0 km.
- Entidad cooperativa integrada por cooperativas de primer grado.
- Método mecánico inventado por Gutenberg en 1440 para reproducir textos o imágenes sobre papel o materiales similares.
- Estuche con diversos objetos, especialmente para el aseo personal.

A – A – AL – AU – CA – CE – CIA – CIAL – CION – CO – CUEN – DE – DIA – DO – EN – FA – FE – FRAN – FRAN – GE – I – IM – LA – LE – LI – MAR – ME – MI – MO – MON – NE – NI – NI – NO – NO – O – O – O – PA – PE – PEL – PREN – QUE – RA – RA – RE – RIA – RIA – RO – RO – RRO – SA – SER – SEX – TA – TO – TRI – TRO – U – U – YE

SOLUCIÓN

1. AUTONOMIA – 2. DIAFANO – 3. OPERA – 4. LAMARQUE – 5. FRANCIA – 6. OPACO – 7. GERIATRIA – 8. UNISEX – 9. INICIAL – 10. LIMON – 11. LEAL – 12. ENCUENTRO – 13. REFRAN – 14. MEMORIA – 15. OROPEL – 16. YERRO – 17. ROCA – 18. USADO – 19. FEDERACION – 20. IMPRENTA – 21. NECESER

Humor

HUMOR

• Por Zanotta-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