



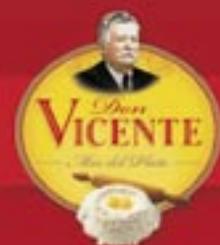
ASTRONOMÍA

EL COMIENZO DE LAS ESTACIONES





HOY PASTAS!



Año XXXVIII
SEPTIEMBRE 2011

#310

familia
COOPERATIVA

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

Reg. Propiedad Intelectual
Nro. 873.968

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.

LA ECONOMÍA DEL SIGLO XXI

En lo que va del presente siglo el mundo viene sufriendo recurrentes crisis que han puesto en alerta a la dirigencia política de los distintos países, mientras se suceden los reclamos populares protagonizados por importantes sectores que aún en naciones altamente desarrolladas sufren desocupación o precarización laboral.

Por otra parte, la creciente desigualdad en la distribución de la riqueza y la situación de hambre que hoy padecen unos mil millones de millones de personas en todo el planeta, son fenómenos que amenazan extenderse si no se adoptan medidas efectivas al menos para paliarlos.

Todas estas cuestiones se ven a su vez agravadas por el cambio climático y sus consecuencias ambientales, lo que ha llevado al cooperativismo de nuestro continente a proponer a la Alianza Cooperativa Internacional que incorpore la protección del medioambiente dentro de los principios rectores del movimiento que integran la Declaración de Identidad Cooperativa.

Hace catorce años, Bernard Thiry –destacado economista belga y director del CIRIEC– señaló en ocasión de su visita a Bahía Blanca: “Tal vez no podamos decir que el siglo XXI será el siglo de la economía social, pero de algo estoy seguro: en el siglo XXI la economía social tendrá un papel preponderante”.

Mucho más cerca en el tiempo, dos años atrás, un estudio encomendado por la Organización Internacional del Trabajo reconoce que “cada vez más personas están eligiendo el modelo cooperativo de empresa para responder a las nuevas realidades económicas” y que “las empresas basadas en valores éticos pueden tener éxito y contribuir a la recuperación económica sostenible”.

Es que en una economía en crisis la contribución del cooperativismo a la cohesión del tejido social se hace más evidente, lo que ha llevado a las Naciones Unidas a instituir el 2012 como “Año Internacional de las Cooperativas”, estimulando a todos los gobiernos para que promuevan las empresas cooperativas por su aporte a la construcción de un mundo mejor.

Cooperativa Obrera Ltda.

Consejo de Administración: **Presidente:** Cr. Rubén A. Fillottrani; **Vicepresidente:** Cra. Mónica E. Giambelluca; **Secretario:** Cr. Raúl O. Gouarnalusse; **Prosecretario:** Cr. Luis E. Ortis; **Tesorero:** Cr. Néstor H. Usunoff; **Protesorera:** María del R. Leyes; **Vocales Titulares:** Dra. María I. Casas, María de los A. Celani, Julia Gómez Fontán, José L. Ibaldi; Ricardo S. Lejarraga e Irma B. Palandri. **Vocales Suplentes:** Marta C. Maronna, Arturo J. Stockman, Omar M. Arrobbio y Aldo A. Emparán. **Sindicatura:** **Síndico Titular:** Cr. Vicente Chinestra; **Síndico Suplente:** Cra. María S. García. **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 /// Av. Colón 120, 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): Charlone 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): Tie. 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 LA REGIÓN

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. (0231) 442-0566
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
MAR DEL PLATA (92): Av. Fortunato de la Plaza 3471, Tel. (0223) 484-1800
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
NECOCHEA: (38) Av. 59 N° 1202, Tel. (02262) 43-7900 /// (39) Av. 58 N° 3059,

Tel. 42-6256 /// (57) Av. 75 N° 1302, Tel. 43-4262
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
TRES ARROYOS: (27) Av. Moreno 745, Tel. (02983) 43-0749 /// (30) Colón 33, Tel. 43-2005 /// (45) Av. Belgrano 838, Tel. 42-1010
TORNQUIST (41): España 144, Tel. (0291) 494-0739
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. (02941) 45-1766 /// (80) Av. Roca 585, Tel. 45-3434
CHOELE CHOEL (66): Avellaneda 872, Tel. (02946) 44-3434
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. (02941) 42-7547 /// (61) Tucumán 330, Tel. 42-9294 /// (62) Av. La Plata 402, Tel. 42-8645
INGENIERO HUERGO (74): Av. Colón 928, Tel. (02941) 48-1605
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. (02941) 46-2222 /// (64) Las Heras 295, Tel. 46-5488
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
NEUQUÉN (84): O. y Gasset 4215, Tel. (0299) 445-3776

EL 21 DE SEPTIEMBRE NO COMIENZA LA PRIMAVERA

Pese a la costumbre de tomar como comienzo de las cuatro estaciones del año los días 21 de marzo, junio, septiembre y diciembre, realmente la fecha de inicio varía por diversos factores, lo que hace que la duración de cada una de ellas no sea de exactamente tres meses. **Pág. 6-8**



ATENCIÓN AL CONSUMIDOR

TELEFONO: 0800-333-3443

E-MAIL: holacooperativa@cooperativaobrera.com.ar



MERCEDES SAHORES: LA NEUQUINA QUE LLEGÓ MÁS ALTO EN EL MUNDO

En la mañana del 19 de mayo de 2009, Mercedes Sahores se convirtió en la primera mujer argentina que –en plena cordillera del Himalaya– conquistó la cumbre más elevada del mundo: el monte Everest (8.848 mts.).

Pág. 24-25

El 21 de septiembre no comienza la primavera

6-8

Errores: no negarlos, sino aprender de ellos

10

Compradores compulsivos, adictos no convencionales

12

La miel, de la abeja a la mesa

14

Nuestro sistema inmunológico a veces puede jugar en contra

16

Tortillas: tradicionales, pero muy ricas

18-20

Cómo ahorrar agua en el baño

22

Mercedes Sahores: la neuquina que llegó más alto en el mundo

24-25

Noticias de la Cooperativa

26-29

Escobar y su Fiesta Nacional de la Flor

30

Don Angel Pilotti: vivió para servir

32

Coopegrilla y Humor

34



EL 21 DE SEPTIEMBRE
NO COMIENZA LA
PRIMAVERA

Pese a la costumbre de tomar como comienzo de las cuatro estaciones del año los días 21 de marzo, junio, septiembre y diciembre, realmente la fecha de inicio varía por diversos factores, lo que hace que la duración de cada una de ellas no sea de exactamente tres meses.



Desde pequeños sabemos que las estaciones del año son cuatro: verano, otoño, invierno y primavera. También cuáles son las condiciones climáticas que caracterizan a cada uno de esos períodos y que ellos duran tres meses. Aunque en realidad, entre el ecuador (paralelo 00) y el paralelo 07, las estaciones son sólo dos (la seca y la lluviosa) y están determinadas por la variación drástica del régimen de lluvias, pero no por el cambio temperatura.

Por otra parte, conocemos que cuando en el hemisferio sur es invierno, en el norte es verano, y que si en uno está la primavera, en el otro el otoño, del mismo modo que estamos al tanto de que el verano y la primavera componen el medio año en que los días duran más que las noches, mientras que en las otras dos estaciones las noches son más largas que los días.

Además nos han enseñado que las estaciones comienzan el día 21 de los meses de marzo, junio, septiembre y diciembre y que las diferencias térmicas que se producen durante cada una de ellas se debe al acercamiento o alejamiento de la Tierra con respecto al Sol, todo lo cual no es del todo cierto.

Algunos conceptos astronómicos

Antes de comenzar a analizar el por qué de lo aseverado en el párrafo anterior, resulta necesario repasar algunos conceptos, como por ejemplo que la Tierra se traslada alrededor del Sol, a una distancia media de unos 150 millones de kilómetros, describiendo una trayectoria elíptica que dura un año astronómico, o sea unas seis horas más que los 365 días del año civil, lo cual genera una diferencia que se compensa cada cuatro años con los denominados bisiestos (366 días).

Otro aspecto a tener en cuenta es la Eclíptica, o sea la línea por donde se “desplaza” el Sol en su aparente movimiento alrededor de la Tierra. Esa línea define un plano imaginario llamado Plano de la Eclíptica o Plano de la Órbita Terrestre, que forma un ángulo de $23^{\circ} 27'$ con el plano definido por la línea del ecuador

Finalmente es indispensable refrescar el significado de otros términos astronómicos que nos ayudarán a comprender esta cuestión: equinoccio, solsticio, precesión y nutación.

El Equinoccio, palabra que proviene del latín (equi: igual; nocte: noche), define el momento del año en que el día tiene igual duración que la noche en todos los puntos de la Tierra, excepto en los polos. Se da dos veces al año (marzo y septiembre), cuando ambos polos se encuentran a igual distancia del Sol.

Solsticio define los dos puntos en los que la órbita de la Tierra se encuentra más inclinada respecto a los rayos solares, alcanzando el Sol su máxima declinación norte ($+23^{\circ} 27'$) o su máxima declinación sur ($-23^{\circ} 27'$) con respecto al ecuador. Durante los solsticios, los días y las noches son de duración extrema: el día más largo del año ocurre durante el solsticio de verano, mientras que en el solsticio de invierno tiene lugar la noche más prolongada.

La Precesión está referida al lentísimo balanceo que en su movimiento de traslación experimenta la Tierra, que es un globo elipsoide de forma irregular aplastado por los polos y deformado por la atracción gravitacional del Sol, la Luna y, en menor medida, el resto de los planetas.

Por último, existe otro movimiento que se superpone con el anterior: la Nutación, es decir el también leve balanceo que afecta el movimiento de la Tierra a causa de la atracción gravitacional que ejerce la Luna sobre el abultamiento ecuatorial de nuestro planeta.

El comienzo de las estaciones

Las estaciones son divisiones que se hacen del período de tiempo que llamamos año, esto es del tiempo que demora la Tierra en dar una órbita completa alrededor del Sol. Estas divisiones están basadas en las condiciones imperantes del clima, además de las horas de luz natural y otros factores.

Suele decirse erróneamente que las

EL COMIENZO DE LAS ESTACIONES EN LA REPÚBLICA ARGENTINA

AÑO	OTOÑO		INVIERNO		PRIMAVERA		VERANO	
2011	20 de marzo	20:21	21 de junio	14:16	23 de septiembre	6:04	22 de diciembre	2:30
2012	20 de marzo	2:14	20 de junio	20:08	22 de septiembre	11:49	21 de diciembre	8:12
2013	20 de marzo	8:02	21 de junio	2:04	22 de septiembre	17:44	21 de diciembre	14:11
2014	20 de marzo	13:57	21 de junio	7:52	22 de septiembre	23:29	21 de diciembre	20:03
2015	20 de marzo	19:45	21 de junio	13:38	23 de septiembre	5:21	22 de diciembre	1:48
2016	20 de marzo	1:30	20 de junio	19:35	22 de septiembre	11:21	21 de diciembre	7:44
2017	20 de marzo	7:29	21 de junio	1:24	22 de septiembre	17:02	21 de diciembre	13:28
2018	20 de marzo	13:15	21 de junio	7:07	22 de septiembre	22:54	21 de diciembre	19:22
2019	20 de marzo	18:59	21 de junio	12:54	23 de septiembre	4:50	22 de diciembre	1:19

variaciones del clima se deben al alejamiento que nuestro planeta tiene respecto al Sol en su movimiento de traslación, pero en realidad están originadas por la inclinación del eje de la Tierra respecto a su órbita, lo que va determinando un ángulo diferente de incidencia del Sol. El método astronómico o tradicional que se utiliza para dividir el año en cuatro estaciones se basa en el momento en que se producen los dos equinoccios y los dos solsticios, cuyas fechas oscilan en función de que la Tierra, en su movimiento de rotación, no insume 24 horas sino 23 horas, 56 minutos y 4 segundos para dar una vuelta completa sobre su eje.

Por tal circunstancia, el comienzo real de las estaciones no se da el día 21 de los meses de marzo, junio, septiembre y diciembre, sino que puede variar hasta más de un día respecto a esas fechas.

Podemos tener una idea de estas variaciones ingresando en la página web www.timeanddate.com/calendar/seasons.html, donde se accede a un calculador del comienzo de cada estación sobre la base del momento en que se produjeron o se producirán cada año (desde el año 1 hasta el 2099) los equinoccios



ESTE AÑO, EN NUESTRO PAÍS, LA ESTACIÓN PRIMAVERAL COMENZARÁ CUATRO MINUTOS DESPUÉS DE LAS 6 DE LA MAÑANA DEL 23 DE SEPTIEMBRE.

de marzo y septiembre y los solsticios de junio y diciembre.

En el cuadro que figura en la parte superior podemos apreciar el momento exacto en que, durante la actual década, comenzarán -desde el punto de vista de la astronomía- el otoño, el invierno, la primavera y el verano en nuestro país.

ilolay

*Lo bueno de
ser Natural*

Leche
entera

CONT.
NETO 1L
INDUSTRIA
ARGENTINA



*Con toda la pureza de su origen
En el mejor envase | Sin conservantes*

Aprender

APRENDER

Aún en las mejores condiciones de crianza, la realidad, con sus limitaciones, se irá imponiendo sobre esa omnipotencia, egocentrismo y narcisismo que nos protegen en el inicio de la vida. Y con el tiempo aquello que deseamos o que pensamos como verdades absolutas irá camino de una necesaria desidealización.

Aprenderemos, a veces con dolor, que existen personas distintas y con otras ideas. Aprenderemos a renunciar, a postergar, a cambiar las metas, a progresar y a acrecentar las ideas a través de un proceso permanente basado en las propias experiencias.

Sin embargo este trayecto, que no es fácil, suele en algunos casos toparse con un mecanismo llamado "negación", que aparece cuando alguien no admite ser frustrado en su postura.

Entonces su omnipotencia lo protege de la perturbación de otras opiniones. Y así aparecen arrebatos de furia, odios, resentimientos y desconfianzas que cubren los sentimientos, junto con el temor a ser juzgados y condenados.

A pesar de sentirse dueños de la verdad, son individuos que sufren porque están al borde de una ruptura, siempre inminente. Es algo que pasa en todas las esferas de la vida, en los vínculos, en las relaciones, en los encuentros.

Recién cuando una persona comienza a dudar acerca de sus verdades absolutas, podríamos decir que intenta ir hacia una relación más sana, que le enseñará a reconocer al otro como un semejante.

Lic. Marta Craichik

ERRORES: NO NEGARLOS, SINO APRENDER DE ELLOS

Si bien todos nos equivocamos alguna vez, son muchos los que no pueden asimilar esa situación, negándose la posibilidad de adquirir nuevos conocimientos y crecer como personas.



Existe en la mayoría de los seres humanos una tendencia casi natural que los lleva a intentar disimular u ocultar sus errores. Esto se debe a que, quienes incurrir en ellos, sienten que si los demás se enteran pueden llegar a considerarlos incapaces de desarrollar sus tareas y colocarlos en un plano de inferioridad.

Pese a esta creencia, es necesario saber que la aceptación de las propias equivocaciones proporciona la oportunidad de realizar una reflexión y aprender de esa manera algo nuevo. Desarrollar la facultad de reconocer los desaciertos amplía la forma de ver la realidad, brinda impulso para asumir responsabilidades y enseña también a comprender a aquellas personas afectadas por las consecuencias de ese accionar.

Al mismo tiempo, revisar los efectos de las cosas que se llevan a cabo permite pensar qué se hará en el futuro para evitar nuevos errores y caer en situaciones de parálisis frente a la posibilidad de equivocarse nuevamente.

Por esta causa, es importante comenzar a desmitificar los errores, tomándolos como algo normal, ya que nadie está exento de cometerlos. De hecho, una de las maneras de obtener nuevos conocimientos y de madurar se basa en el método de "prueba y error", evaluando los resultados que se logran a partir de cada una de las opciones que se toman.

Equivocarse, por lo tanto, no es un fracaso sino una herramienta ventajosa que permite aprender, crecer, efectuar cambios, crear hábitos y vencer las limitaciones.

Nuevo

**Herbal
essences®**



Con exóticos ingredientes

para nutrir tu pelo

COMPRADORES COMPULSIVOS, ADICTOS NO CONVENCIONALES

El ansia por comprar puede convertirse en una pesadilla cuando se transforma en adicción, ya que lleva a adquirir cosas innecesarias y genera un gasto excesivo que termina repercutiendo negativamente en la economía familiar.

Según la Organización Mundial de la Salud, una adicción es una enfermedad física y psicoemocional que se caracteriza la dependencia hacia una sustancia, actividad o relación, que conduce a la persona que la sufre a alejarse de todo lo que lo rodea. Configura una sumisión que suele tener consecuencias muy graves, ya que deteriora la salud física y mental y afecta negativamente las relaciones personales.

El adicto se distingue por poseer un deseo incontrolable para llevar adelante determinada conducta, es incapaz de controlar ese sentimiento, sufre malestar cuando no puede concretarla y persiste en ella aun sabiendo que le está produciendo consecuencias muy perniciosas.

Cuando se habla de adicciones, existe una tendencia generalizada a pensar en la dependencia a productos tóxicos como las drogas, el tabaco y el alcohol. Pero este sometimiento puede estar también ligado a determinadas actividades como el trabajo, el juego, el robo o la adquisición

de elementos innecesarios o que exceden el poder adquisitivo del individuo.

La compra irracional

El trastorno que lleva a una persona a realizar compras compulsivas,

también llamado trastorno de adquisición anormal, consiste en un impulso irresistible de adquirir de manera frecuente artículos innecesarios o que cuestan más de lo que sus ingresos le permiten gastar.

Se trata de una adic-

ción psicológica que es más común de lo que se supone y que, como toda conducta compulsiva, produce un alivio inmediato, ocasionando en el mediano plazo situaciones conflictivas: endeudamiento, pérdida del equilibrio personal,

ruptura de las relaciones familiares y crisis de pánico.

Si bien no se conocen plenamente las causas que llevan al dispendio insensato, puede sostenerse que el aburrimiento, la tristeza, la falta de sentido de la vida son factores determinantes. A su vez influyen la ausencia de actitud crítica y un alto grado de credulidad respecto a la publicidad comercial que identifica la felicidad con el consumo.

Para esta enfermedad, que suele darse más frecuentemente en las mujeres que en los hombres y que tiene a los jóvenes como grupo de riesgo, existen tratamientos psicológicos efectivos. En líneas generales, se recomienda a quienes la padecen que en los momentos de euforia eviten los grandes centros comerciales y que elaboren una lista de compras a la cual ceñirse.

Por otra parte, es conveniente no salir de compras sin compañía y tratar de pagar en efectivo, no llevando la tarjeta de crédito, un instrumento que puede llevar al adicto a realizar gastos descontrolados.



La evolución de la experiencia.



Cumplimos más de 115 cosechas, nos respalda una historia, pero nos mueve el futuro. En todo este tiempo nuestra pasión, la naturaleza y las nuevas tecnologías nos permitieron crear vinos que hoy se reconocen y disfrutan en Argentina y en más de 60 países del mundo. Norton Roble es prueba de nuestro éxito, con un soberbio equilibrio entre fruta y madera.

Es tiempo de disfrutar.

BODEGA
NORTON



www.norton.com.ar

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

LA MIEL, DE LA ABEJA A LA MESA



La miel de abeja es un fluido dulce y viscoso que ha sido utilizado como alimento en todas las épocas y culturas, no solamente por su delicioso sabor, sino por las numerosas propiedades nutricionales y terapéuticas que la caracterizan.

La miel constituye un alimento producido por las abejas de la especie denominada melífera, que son criadas por el hombre en colmenas donde tiene lugar un proceso que causa asombro apenas nos introducimos en el maravilloso mundo de estos insectos.

Existen distintos tipos de miel, cuyas propiedades dependen tanto de las flores de cuyo néctar se alimentan las abejas como del clima. Por ejemplo, en zonas secas se suele cosechar miel más concentrada y más dulce pero en menor cantidad; en lugares húmedos, en cambio, aumenta el volumen y se pierde calidad. La miel que proviene de sitios donde abundan el lapacho y el jacarandá es casi incolora, mientras que la recogida en los lugares en que predominan la alfalfa y el trébol tiene un color ligeramente ambarino. La acacia, la flor morada y el cardo originan una miel más amarilla y la proveniente de zonas montañosas suele ser más oscura, con una tonalidad rojiza o violácea.

Para obtener un buen producto es preciso cosechar únicamente la miel de los panales de la colmena que se encuentren totalmente operculados (sellados con una capa de cera). Después de quitar la cera de ambas caras, los panales son llevados a la centrifugadora que filtra la miel eliminando impurezas. Luego el producto es almacenado en depósitos apropiados para que madure durante unos quince días, cuidando de mantener siempre la máxima higiene, para finalmente colocarlo en envases previamente esterilizados.

Propiedades benéficas

Además del placer que produce consumirla debido a su dulzura y su sabor, la miel posee un gran valor nutritivo, ya que está compuesta por agua, hidratos de carbono de fácil asimilación por ser de cadenas cortas, diversas sales minerales y pequeñas dosis de vitaminas A, C, D, E, K y las del grupo B, que —a diferencia de las que contienen las frutas y verduras— se conservan durante largo tiempo.

Por otra parte, la miel tiene usos medicinales porque facilita la digestión, es considerada un laxante suave, inviste propiedades sedantes, mejora el rendimiento físico y estimula la formación de glóbulos rojos por la presencia de ácido fólico y de anticuerpos derivados de su contenido de ácido ascórbico, magnesio, cobre y zinc.

También se la utiliza para el tratamiento de faringitis, laringitis, rinitis, gripes, estados depresivos menores, úlceras, gastritis, quemaduras, estados de cansancio (astenia) y desintoxicación de alcohólicos. Además, a partir de ella se elaboran cremas y productos que ayudan a cicatrizar y humectar la piel.

Sin embargo, el consumo de miel no es recomendable para personas que deseen bajar de peso y se lo desaconseja en niños menores de un año, en este caso por la presencia de esporas que el sistema digestivo de los bebés no puede destruir.

Nuevo

Ser

plus
B - Purinas
%
Grasa y
Colesterol

CALCI+

mini



EN UN ABRIR Y CERRAR DE OJOS

50% DEL CALCIO
DIARIO RECOMENDADO*

* 1000 MG DE CALCIO EN MUJERES ENTRE 19 Y 50 AÑOS; EMBARAZO: 1200 MG DE CALCIO, SEGÚN CÓDIGO ALIMENTARIO ARGENTINO.

Inmunidad

INMUNIDAD

La inmunidad **innata** es la capacidad de cada organismo de defenderse de las diferentes agresiones externas. Está presente en el individuo por sus condiciones particulares.

Pero además existe una inmunidad **adquirida**, que se logra en forma *natural* a través de la placenta y la leche materna, o por haber quedado expuestos a diferentes infecciones.

También podemos adquirir inmunidad de manera *artificial* mediante las vacunas, que formarán las defensas para varias enfermedades que en otras épocas originaban gran mortalidad sobre todo en los niños, o por la transferencia de anticuerpos. El sistema inmunitario tiene "memoria", lo que le permite actuar eficazmente –si se repite la agresión– apelando a los anticuerpos creados oportunamente.

En muchas ocasiones la capacidad de este gran sistema defensivo se altera por razones no muy definidas hasta el presente y "ataca" a las propias células del organismo, considerándolas nocivas.

Este es el origen de una considerable cantidad de enfermedades englobadas bajo la denominación de **autoinmunes** y contra las cuales, a la fecha, la mayoría de los tratamientos están destinados sólo a combatir los síntomas para mejorar la calidad de vida de los afectados.

La investigación científica en materia de inmunología es permanente, por lo cual siempre existen esperanzas de descubrir tratamientos más exitosos.

Dra. María Isabel Casas

NUESTRO SISTEMA INMUNOLOGICO A VECES PUEDE JUGAR EN CONTRA



El cuerpo humano posee un sistema inmunitario destinado a enfrentar las sustancias extrañas que pueden afectarlo, pero, si funciona mal, se vuelve en contra del propio cuerpo y genera enfermedades

Compuesto por una gran cantidad de tejidos y órganos que tienen como finalidad la defensa natural de nuestro organismo contra las infecciones, el sistema inmunológico cumple con dos funciones principales: reconocer sustancias extrañas al cuerpo y reaccionar contra ellas. Estos elementos extraños, también llamados antígenos, pueden ser virus, bacterias u hongos que causan enfermedades, tumores que se forman en el cuerpo y también órganos o tejidos transplantados desde otra persona.

El sistema inmunitario comprende las amígdalas, las adenoides, los ganglios linfáticos, el timo, la médula ósea, los glóbulos blancos, otras células provenientes de los vasos sanguíneos, el bazo, la circulación linfática, la piel y los trozos de tejido linfóide del tracto intestinal.

En algunas ocasiones este sistema no funciona bien y puede volverse en contra del organismo. En estas circunstancias se ve impedido de diferenciar las células propias de las ajenas y, en lugar de luchar contra antígenos externos, destruye los tejidos propios.

Ese proceso se denomina trastorno autoinmunitario y contribuye a la generación de enfermedades como la artritis reumatoide, la diabetes tipo I, el celiaquismo, el hipertiroidismo, la esclerosis múltiple, el lupus, la psoriasis y la miastenia grave, entre otras.

Si bien se desconocen las causas de esas enfermedades autoinmunes, se considera que existen varios factores que las provocan, principalmente la herencia genética, la mala alimentación, la contaminación ambiental y el consumo excesivo de medicamentos y drogas.

Procenex

INVIERNO PATAGÓNICO
Limpieza diaria



¡Nueva Fragancia Estacional!

Procenex

¿SEGUÍS CUIDÁNDOTE EN ESTE INVIERNO?



Procenex
Original
Blanco
x1800ml



Procenex
Desinfectante
x900ml

Elimina el 99,9% de Bacterias* que pueden estar presentes en su hogar*

*Salmonella Choleraesuis - Escherichia coli *Procenex Original



NUESTRAS MANOS SON LA PRINCIPAL
VÍA DE CONTAGIO DE ENFERMEDADES
ELIMINA EL 99,9% DE LOS GÉRMENES*

Para Jabón Líquido Bacterias Testeadas: Staphylococcus aureus, Escherichia coli, Corynebacterium jeikeium. *Producto sin acción terapéutica.

TORTILLAS TRADICIONALES, PERO MUY RICAS

La tortilla constituye una preparación culinaria muy tradicional que, sobre la base de huevos batidos a los que se agregan otros ingredientes, da paso a la creatividad en la cocina y permite lograr una variedad infinita de propuestas.

Por Ignacio Gerbino
y Lorena Pereyra



Instituto de formación
D. y T Dr. Pedro Goyena

(Instituto de formación docente y técnica Doctor Pedro Goyena)

Nivel Técnico

- Analista en Servicios Gastronómicos / Chef Internacional
- Técnico Superior en Recursos Humanos
- Técnico Superior en Administración General
- Técnico Superior en Hotelería
- Técnico Superior en Administración Agropecuaria
- Técnico Superior en Comercio Exterior

Nivel Pedagógico

- Profesor en Educación Física con Especialización en Fitness
- Profesor en Educación Especial, Modalidad Discapacidad Intelectual

Nuevo Curso 2011

Curso de Maridaje

INFORMES E INSCRIPCIONES:

Av. Colón 247, Bahía Blanca - Horario: 14 a 22 hs.

Tel: (0291)454-7511 E-mail: info@institutogoyena.com.ar



Tortilla de zapallitos

Ingredientes:

- 5 zapallitos
- 2 cebollas
- 8 huevos
- 1 pote de queso crema chico
- 150 gr de queso parmesano
- Aceite
- Sal y pimienta



Procedimiento: Pelar y cortar los zapallitos a la mitad y luego en rodajas finas.

En una sartén caliente colocar las cebollas picadas finamente, revolver un momento y agregar los zapallitos. Salpimentar y cocinar a fuego moderado, hasta que los zapallitos estén tiernos.

En un bol, mezclar los huevos con el queso crema y el queso parmesano. Agregar la mezcla con los zapallitos y salpimentar.

Llevar a una sartén bien caliente. Bajar el fuego y seguir cocinando hasta que la tortilla se dore y el huevo coagule.

Cuando ya se note dorada, darla vuelta (utilizando una superficie plana, como un plato playo o la tapa de una cacerola) para que se cocine del otro lado.

Dejar reposar unos minutos y servir tibia.

Tortilla de papas

Ingredientes:

6 papas
2 cebollas
6 huevos
Aceite
Sal y pimienta

Procedimiento: Cortar las papas en finas rodajas y freírlas en abundante aceite hasta que estén doradas.

Por otra parte, cortar finamente la cebolla en rodajas y saltearla.

Colocar los huevos en un bol y agregar las papas y la cebolla, mezclar bien y salpimentar.

Llevar la preparación a una sartén bien caliente, bajando el fuego y dejándola unos minutos hasta que se cocine el huevo que está en contacto con la sartén.

Darla vuelta y cocinar del otro lado hasta que esté dorada.

Dejar reposar unos minutos y servir tibia.



Tortilla de espinaca

Ingredientes:

200 gr de panceta ahumada
1 cebolla grande
1 lata de champiñones
1 atado de espinaca
6 huevos
Aceite
Nuez moscada
Sal y pimienta

Procedimiento: En una sartén bien caliente colocar la panceta cortada en cubos pequeños.

Una vez dorada, incorporar la cebolla cortada finamente, los champiñones fileteados y las hojas de espinaca picadas. Cocinar por 10 minutos.

En un bol, colocar los huevos y agregar la preparación anterior. Adicionar nuez moscada a gusto y salpimentar.

Llevar a una sartén bien caliente. Bajar el fuego y dejar unos minutos hasta que se cocine el huevo que está en contacto con la sartén.

Cuando la tortilla ya se note dorada, darla vuelta para que se cocine del otro lado.

Dejar reposar unos minutos y servir tibia.



Tortilla vasca

Ingredientes:

2 morrones verdes
1 cebolla
1 diente de ajo
2 tomates
6 huevos
2 cucharadas de perejil
Aceite de oliva
Sal y pimienta

Procedimiento: Cortar en rodajas los morrones y la cebolla.

En una sartén, saltar el ajo finamente picado con los morrones, la cebolla y los tomates sin la piel y las semillas, cocinando por 10 minutos.

En un bol, colocar los huevos, el perejil y el resto de los ingredientes salteados. Salpimentar.

Llevar la mezcla a una sartén bien caliente. Bajar el fuego y cocinar por 15 minutos.

Dar vuelta la tortilla y cocinar durante otros 15 minutos.

Dejar reposar unos minutos y servir tibia.

YO



Nuevo SanCor Mendicrim Cremoso.



CÓMO AHORRAR AGUA EN EL BAÑO



De todas las dependencias del hogar, el baño es el lugar en que más se dilapida el agua, por lo que deberían tomarse algunos recaudos para evitar el derroche de un recurso natural cada día más escaso.

El agua potable es un recurso natural escaso, que seguirá disminuyendo con el correr de los años y afectando cada vez a más países. En la actualidad, según datos de Naciones Unidas, mueren por día unas 25 mil personas como consecuencia de una mala gestión de tan vital elemento.

Los hábitos insostenibles de consumo y de producción, el aumento de la población mundial, el cambio climático, los vertidos industriales y el despilfarro, entre otros factores, afectan la calidad de las fuentes de agua, tanto las superficiales como las subterráneas.

Frente a los crecientes problemas de abastecimiento de agua potable, no sólo los gobiernos sino también todos los habitantes deben tomar conciencia de la gravedad de esta situación, adoptando hábitos de uso racional.

Por esta causa, resulta importante remarcar que en una casa –si no tiene jardín– el sitio donde más se utiliza el agua es el baño, al que se debe prestar más atención, comenzando por inspeccionar todas las canillas y el inodoro para corroborar que no tengan pérdidas, ya que un grifo que gotea desperdicia unos treinta litros diarios.

Consejos para no malgastar

Las recomendaciones más básicas consisten en no dejar correr el agua mientras se lavan los dientes, las manos o la cara y optar por la ducha en vez del baño de inmersión.

En este último caso, además, se aconseja colocar un balde, mientras se espera que el agua salga caliente, para recuperar la que sale fría al principio y que posteriormente podrá ser destinada a otros usos. También sería importante instalar en las canillas dispositivos reductores de caudal, que disminuyen el flujo pero mantienen la presión.

Por otra parte, resulta fundamental tomar medidas con el inodoro, teniendo en cuenta que, después de la ducha, es el artefacto que genera el mayor gasto de agua: unos 10.800 litros por persona a lo largo de un año.

En los inodoros con mochila es posible instalar un sistema de doble descarga o uno de interrupción de descarga. El primero permite que el usuario elija entre dos volúmenes diferentes (6/9 litros o 3/4 litros) oprimiendo distintos botones; con el segundo, se puede detener voluntariamente la salida de agua al volver a pulsar el botón.

De no estar en condiciones de adquirir alguno de esos sistemas, una medida casera consiste en llenar una botella plástica de dos litros y colocarla en el depósito de agua para obtener en cada descarga un ahorro equivalente al contenido de la botella. Y si en principio no funciona, será necesario intentarlo con un recipiente de tamaño menor.

GAMMA[®]

Mucho más que máquinas.

Seguridad y confiabilidad para tus proyectos.

www.gammaherramientas.com.ar





MERCEDES SAHORES: LA NEUQUINA QUE LLEGÓ MÁS ALTO EN EL MUNDO

En la mañana del 19 de mayo de 2009, Mercedes Sahores se convirtió en la primera mujer argentina que –en plena cordillera del Himalaya– conquistó la cumbre más elevada del mundo: el monte Everest (8.848 mts.).

Conversar con Mercedes “Tety” Sahores es una experiencia por demás interesante. Su cordialidad, su espontaneidad y el entusiasmo contagioso que desborda, nos permite adentrarnos en muchos aspectos de la vida de esta joven que hace poco más de dos años se hizo famosa por ser la primera argentina que escaló el monte Everest y pudo llegar a su cima, la más elevada del mundo, a 8.848 metros sobre el nivel del mar.

Modelo de moderna heroína, nació en la ciudad de Neuquén el 24 de septiembre de 1974. De allí proviene su nombre, pues ese día se conmemora la festividad de Nuestra Señora de la Merced, patrona de Bahía Blanca, ciudad en la que su padre (el ingeniero Luis María) residió durante largos años cursando sus estudios primarios, secundarios y universitarios.

Tanto él como su esposa –Martha Rosauer, nativa de Cipolletti– son amantes de los deportes, una inclinación que transmitieron a sus cuatro hijos: Luis María (fallecido a los 20 años por leucemia), María Martha (quien reside actualmente en los Estados Unidos), Alfonso y Mercedes Sahores Rosauer.

–¿A qué edad comenzaste a practicar deportes?

–A los cuatro años ya esquiaba, pero a lo que más me dedicaba de chica era a la equitación. Montaba en un club que hoy se ha convertido en country y allí viven mi padres y mi hermano con su familia. También en la época del secundario jugaba al tenis.

–A propósito, ¿en qué colegios cursaste tus estudios primarios y secundarios?

–La primaria en el Colegio San Martín y la secundaria en el Instituto María Auxiliadora. Después me fui a Buenos Aires a estudiar Ciencias Biológicas en la Universidad CAECE.

–¿Por qué elegiste esa carrera?

–Siendo chiquita me impactó mucho ver por televisión una ballena varada en la costa y me dije “cuando sea grande tengo que dedicarme a salvarlas”. Sin embargo, una vez obtenido el título de licenciada, me enganché con un programa del Jardín Zoológico de Buenos Aires para preservar el cóndor andino a partir de la incubación y desarrollo de pichones en cautiverio. Cuando en 1997 se decidió liberar a 5 de ellos en Bariloche, me radiqué allí para realizar su seguimiento durante dos años. También en el 2001 hice una pasantía en el centro de aves de la universidad canadiense de Montreal e integré a partir del 2002 el grupo de fauna silvestre del INTA estudiando los guanacos.

–¿Pero los deportes de aventura le ganaron a la biología?

–Pareciera... Aunque realmente la biología me

gusta mucho.

-¿Cuáles fueron tus carreras de aventura preferidas y por qué?

-De las que más recuerdo tengo son: la EMA (Expedição Mata Atlântica) de Brasil, porque fue la primera de carácter internacional y correr con tanto calor y en el mar resultó algo totalmente nuevo para mí; el Eco Challenge en Nueva Zelanda, pues es tan increíble cómo esa isla se asemeja a Bariloche que me parecía estar aquí; la Patagonian Expedition Race, una expedición de siete días en la Patagonia chilena con un cruce en kayak del Canal de Beagle totalmente planchado; y el Raid World Championship en San Martín de los Andes, porque además de estar tan cerca de casa, fue mi participación final en las carreras de aventura.

-¿Pero seguís practicando deportes de aventura?

-Mi deporte del momento es el esquí de travesía. Me encanta subir un cerro y después bajarlo esquiando. ¡Es muy lindo! También me gusta escalar, subir cerros, andar en bici, remar y en general todo deporte que sea al aire libre.

-¿Cómo surgió la idea de escalar el Everest?

-Damián Benegas, quien iba a guiar a los estadounidenses Eugene Rehfeld y Johny Collinson, me invitó a subir hasta el tercer campamento y le dije que no. Diez días antes de la expedición surgió la posibilidad de llegar a la cumbre y decidí ir. Así que manos a la obra con tan poco tiempo de anticipación...

-¿Qué sentiste al llegar a la cumbre más alta del mundo y cuál es la mayor experiencia que te dejó tremenda hazaña?

-En primer lugar me relajé y disfrute mucho el lugar. La vista era increíble. Los glaciares fantásticos. Miles de cerros que algunos había visto de abajo, sabía que eran enormes y ahí estaban, éstos y miles más detrás. En cuanto a experiencia, pude comprobar que cuando te proponés algo, tarde o temprano lo conseguís.

-¿Cuáles son tus próximos desafíos?

-Acabo de regresar de Estados Unidos, donde pude cumplir dos sueños: esquiar en Alaska y escalar en Yosemite. Ahora estoy tranquila trabajando de instructora de esquí en el Catedral y disfrutando de toda mi familia que se ha reunido en Bariloche. Aunque siempre hay ideas en la cabeza y los programas se van armando...

-La última pregunta es para la instructora de esquí: ¿es posible aprender en el corto período de unas vacaciones de invierno? : ¿Hay límite de edad?

-¡Seguro! Lo importante es tener ganas y un buen estado físico, lo que ayuda un montón. A partir de los tres años ya ves a los chicos dando vueltas por el cerro y respecto a los mayores, cuanto antes mejor. ¡Ánimo, que nunca es tarde!



24º EDICIÓN DEL CERTAMEN ESCOLAR

La vigésima cuarta edición del certamen escolar que anualmente organiza el departamento educativo y cultural de la Cooperativa Obrera propone en esta oportunidad trabajar acerca de los bosques y su importancia para la vida, con el propósito de estimular en los niños la conciencia ambiental.

El reglamento establece que podrán participar de este concurso alumnos que cursan el segundo ciclo (4º, 5º y 6º años) de la enseñanza primaria en los establecimientos educativos oficiales y privados de todas las jurisdicciones donde funcionan supermercados de la entidad, de acuerdo al siguiente detalle:

Partidos de la provincia de Buenos Aires: Azul, Bahía Blanca, Benito Juárez, Bolívar, Coronel Dorrego, Coronel Pringles, Coronel Rosales, Coronel Suárez, General La Madrid, General Pueyrredón, General

Villegas, Monte Hermoso, Necochea, Olavarría, Patagones, Puan, Saavedra-Pigüé, Tornquist, Tres Arroyos y Villarino.

Municipios de la provincia de La Pampa: General Acha, General Pico, Guatraché y Santa Rosa.

Municipios de la provincia de Neuquén: Centenario y Neuquén.

Municipios de la provincia de Río Negro: Allen, Choele Choel, Cinco Saltos, Cipolletti, General Fernández Oro, General Roca, Ingeniero Luis A. Huergo, Río Colorado, Viedma y Villa Regina.

Requisitos

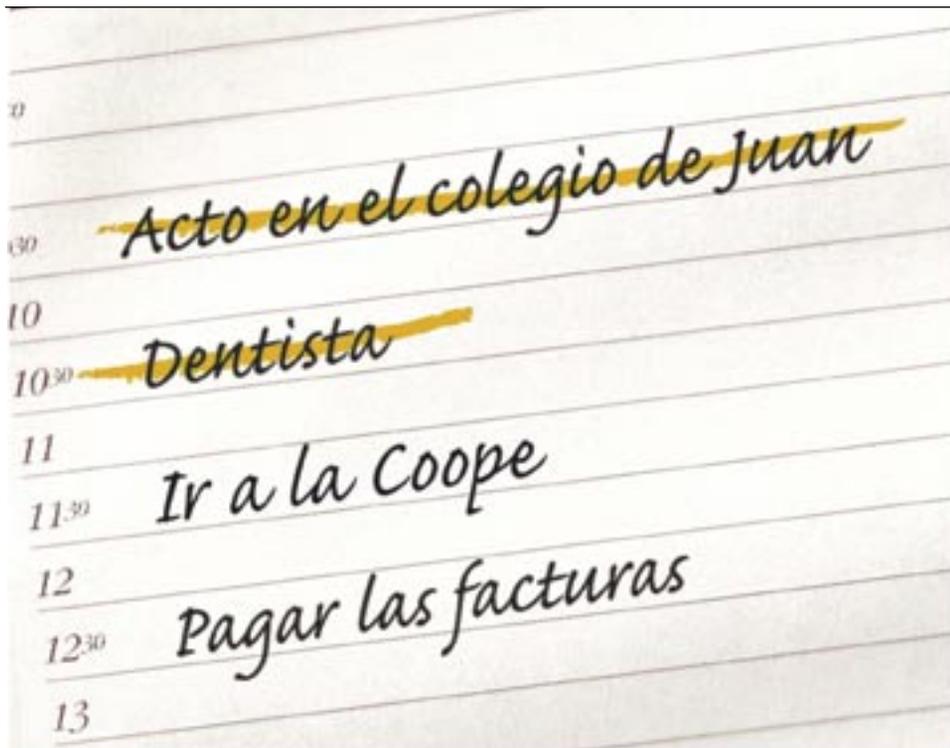
Los trabajos, que deben ser individuales, responderán a la temática propuesta por el certamen y su extensión no será superior a las dos carillas, presentándose redactados en forma manuscrita o utilizando la computadora.

También tendrán que ser firmados por el autor, con aclaración de sus nombres y apellidos, número de documento nacional de identidad, año que cursa y domicilio particular, además de señalar quién fue el docente-guía.

En el sobre dentro del cual se entreguen los trabajos deberá indicarse el número del establecimiento educativo, el teléfono fijo o celular con el que se pueda tomar contacto, la dirección de correo electrónico y el distrito escolar del que depende.

Plazo

Los trabajos podrán entregarse hasta el 30 de septiembre en cualquiera de las 92 sucursales de la Cooperativa Obrera o de lunes a viernes de 9 a 18 hs. en la Gerencia de Cultura y Acción Comunitaria de la entidad, ubicada en calle Zelarrayán 560,



Juntos para que
puedas hacer
**TODO EN UN
SOLO LUGAR**

Provincia Pagos 

0800-800-PAGOS (72467)



Bahía Blanca, dirección ésta en la que también se recibirán vía postal.

El jurado del certamen –coordinado por la docente Julia M. Rossignol de

Girón– discernirá los premios instituidos por la Cooperativa, que consisten en material escolar para los autores de los mejores trabajos de cada partido o municipio y

sus docentes-guías, así como un aporte para la asociación cooperadora de los establecimientos educativos a los que pertenezcan los alumnos distinguidos.

Tiernitos SELECCIÓN
Menú variedad de carnes

Tiernitos SELECCIÓN
Menú carne y vegetales

Tiernitos SELECCIÓN Cachorros
Menú carne y leche, fortificado con calcio

EL PRODUCTO DE
GEPSA PET FOODS

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

Exposición

EXPOSICIÓN

En el Salón de Usos Múltiples del Bahía Blanca Plaza Shopping serán exhibidas del 12 al 25 de septiembre, en el horario de 10 a 22 horas, todas las obras seleccionadas por el jurado del Segundo Salón Anual de Pintura y Escultura organizado en forma conjunta por la Cooperativa Obrera y el BBPS.

Al cierre de esta edición, los tres miembros del Jurado ya estaban analizando las obras recibidas para seleccionar las que serán expuestas y otorgar los premios y menciones instituidos para las categorías pintura y escultura.

NUEVO CURSO EN LA UNS



Magister Regina Durán, Directora-Decana del Departamento de Ciencias de la Administración.

Por tercer año consecutivo y merced a un acuerdo entre la Asociación Intercooperativa Regional y la Universidad Nacional del Sur, se pondrá en marcha el 8 de septiembre un nuevo curso de especialización y perfeccionamiento destinado a graduados universitarios y funcionarios de cooperativas.

Su dictado, a cargo del Departamento de Ciencias de la Administración de esa Universidad, tendrá como profesores en sus distintos módulos a los doctores Dante Cracogna, Alejandro D. Marinello y Jorge A. Vallati y a los contadores Juan J. Carrizo y Rubén A. Masón.

Cabe mencionar que la UNS se destaca entre las universidades argentinas por haber introducido hace casi medio siglo la enseñanza a nivel superior de la temática vinculada con cooperativas, mutuales y otras entidades de la economía social. Actualmente, los planes de estudio de sus carreras de grado de Contador Público y Licenciado en Administración cuentan con sendas asignaturas obligatorias referidas específicamente a la organización y funcionamiento de tales instituciones.

LA CUENTA ES CLARA

+ LU2 RADIO BAHÍA BLANCA
FM CIUDAD 94.7

= PODER DE VENTA

• Radios: AM y FM, todos los días, todos los segmentos horarios, ambos sexos, todas las edades y todos los segmentos socioeconómicos.



MEDICIÓN DE AUDIENCIA RADIAL AGOSTO 2010
CIUDAD DE BAHÍA BLANCA

Fuente: UNIVERSIDAD NACIONAL DEL SUR,
Ministerio de Educación Ciencia y Tecnología,
Departamento de Economía, Instituto de Economía.



DOS RADIOS. TODAS LAS GENERACIONES.





OBSEQUIOS EN EL DÍA DEL NIÑO

Este año la tradicional celebración del Día de Niño debió trasladarse por excepción al tercer domingo de agosto, teniendo en cuenta que el día 14 se llevaron a cabo las elecciones primarias abiertas simultáneas y obligatorias en todo el territorio nacional.

Y una vez más la Cooperativa Obrera decidió acompañar a sus empleados en una jornada tan especial, entregándoles distintos obsequios –fundamentalmente juegos de carácter didáctico– con destino a sus hijos de hasta 12 años de edad.

De esta forma, nuestra entidad llegó con sus presentes a más de 2.000 chicos vinculados no solamente con su personal directo sino también con el de sus empresas vinculadas, habiendo recibido la colaboración de un grupo importante de empleados que se encargaron de empaquetar los regalos y distribuirlos en los distintos lugares de trabajo.

Sucursal 93
SUCURSAL 93

A buen ritmo avanzan en el terreno de avenida Constitución al 6.500, esquina Montes Carballo, los trabajos de construcción del edificio de la sucursal 93 de la Cooperativa Obrera, que será la segunda en la ciudad de Mar del Plata.

Allí funcionará un supermercado con 600 m². de área de ventas –dimensión máxima permitida por el municipio– y un local contiguo destinado a artículos para el hogar, poniendo al alcance de los vecinos de los barrios de la zona norte marplatense toda la gama de productos que ofrece nuestra entidad.

VEA EL MUNDO EN UNA NUEVA LUZ **OSRAM** OSRAM

**DULUXSTAR®
MINI TWIST®**

Máximo ahorro, mínimo tamaño.
La fórmula ideal.

ESCOBAR Y SU FIESTA NACIONAL DE LA FLOR

Ubicada a pocos kilómetros de la Capital Federal, la ciudad de Belén de Escobar posee diversos atractivos turísticos entre los que se destaca la Fiesta Nacional de la Flor, una celebración que tuvo su origen en 1964.

La ciudad de Belén de Escobar, un lugar caracterizado por sus espacios verdes que encierran diversos puntos que vale la pena descubrir, está situada a 53 kilómetros de la Capital Federal y puede llegarse a ella a través del Acceso Norte (Ruta Nacional n° 9). Si al dejar la autopista se dobla a la izquierda, transitando un pequeño tramo por la avenida Sarmiento el visitante se encuentra con Temaikén, el bioparque cuyos atractivos fueron descriptos por Familia Cooperativa en noviembre de 2007.

En cambio, si toma hacia la derecha por la avenida 25 de Mayo hasta su intersección con la calle Mateo Gelves y dobla por ésta a la izquierda, se enfrentará –a dos kilómetros y medio de la autopista– con el predio de 12 hectáreas que es sede de la Fiesta Nacional de la Flor.

Organizada por un grupo de entidades vinculadas a la floricultura, esta celebración se realiza anualmente en las jornadas iniciales de la primavera y constituye una de las mayores atracciones de la zona.

El predio cuenta con un anfiteatro, un lago, parques y jardines ornamentados



por paisajistas de renombre y distintos pabellones donde se presentan variedades de flores de todo el país y se enseñan nuevas técnicas florales.

Este año la muestra quedará inaugurada el viernes 23 de septiembre a las 18 hs. y permanecerá abierta al público desde las 9

de la mañana del sábado 24 hasta el lunes 10 de octubre (feriado nacional), alcanzando sus momentos de mayor esplendor con el desfile de carrozas, previsto para el sábado 1º, y la elección de la 48º Reina Nacional de la Flor, a llevarse cabo el día siguiente.

 <p>CIRCUITO NORTEÑO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Salidas: 16 y 27 de septiembre • 10 días y 7 noches • Bus semicama • Hoteles 3* con media pensión • Recorrido: Tucumán (2 noches), Calayate (1 noche), Salta (4 noches) • Desde \$2.599 • o 12 cuotas de \$216.58 <p>12 CUOTAS sin interés</p> <p><small>Costo Financiero Total (C.F.T.): 0% Costo Nominal Anual (C.N.A.): 0% y Tasa Efectiva Anual (T.E.A.): 0%</small></p>	 <p>MERLO</p> <ul style="list-style-type: none"> • Salidas: 10 de septiembre, 13 de octubre, 25 de noviembre y 14 de diciembre • 6 días y 4 noches • Bus semicama • Hotel 3* • Pensión completa • Excursiones: City Tour por Merlo • Desde \$970 • o 12 cuotas de \$80.83 	 <p>FIESTA DE LA FLOR</p> <ul style="list-style-type: none"> • Salida: 29 de septiembre • 3 días y 2 noches • Bus semicama • Hotel 3* con desayuno • Excursiones: traslado y entrada al predio de Escobar • Desde \$1.110 • o 12 cuotas de \$92.50
<p><small>Precios en pesos por persona en base doble. No incluyen: excursiones opcionales, comidas y bebidas en ruta, bebidas en destino, ni entradas a Parques Nacionales, reservas, ni mazes.</small></p>		
<p>Hasta 18 cuotas fijas con todas las tarjetas de crédito Consulta por otras formas de pago</p>	<p>www.nikantour.com</p>	<p>Todos los días, de 10 a 22 hs. 0810-222-0654</p>
<p><small>Casa Central: Av. Colón 177 - Tel.: (0211) 456-5402 / Sucursal Baha Blanca Plaza Shopping, Sarmiento 2103 - Local 124 - Tel.: (0290) 409-4165 - Bahía Blanca</small></p>		

Gancia

DRINKS

Beber con moderación. Prohibida su venta a menores de 18 años.



DON ANGEL PILOTTI: VIVIÓ PARA SERVIR

Teresa de Calcuta, la monja de origen albanés que dedicó su vida a atender a pobres, enfermos, huérfanos y moribundos en la India, solía expresar que “quien no vive para servir, no sirve para vivir”. Y don Angel Pilotti (14-05-1919-/16-07-2011), pese a su condición de agnóstico, siguió al pie de la letra esa frase mucho antes que fuera pronunciada.

Nacido en un paraje rural del sur bonaerense (Monte La Plata, partido de Villarino), ya de muy joven manifestó su vocación de servicio, cuando formó parte en Algarrobo del pequeño grupo fundador del club “Juventud Agraria Deportiva”, una institución que en plena lozanía se encamina hacia la celebración de sus bodas de brillante.

Afincado en Bahía Blanca, decidió organizar a sus vecinos para luchar por el mejoramiento edilicio de un sector de la ciudad que pese a estar a muy escasas cuadras del centro se convertía en intransitable cada vez que llovía. Así nació en 1946 la Sociedad de Fomento del Barrio Napostá, un verdadero modelo en su género que desde hace medio siglo desarrolla paralelamente una intensa actividad cultural a través de su importante Biblioteca “Roberto J. Payró”.

También gracias al tesón de don Angel, líder indiscutido de esta entidad fomentista, pudo lograrse el entubamiento del arroyo Napostá, terminando así



con los graves problemas de insalubridad que generaba ese curso de agua y haciendo posible que sobre él se construyera uno de los espacios recreativos más emblemáticos de los bahienses: el Paseo de las Esculturas.

Por ello no fue de extrañar ver su nombre entre los primeros vecinos que la Municipalidad local decidió incluir en su programa “200 ejemplos” en ocasión de celebrarse el Bicentenario de

la Revolución de Mayo.

En el cooperativismo

Su trayectoria en el movimiento cooperativo abarcó casi cinco décadas dejando huellas imborrables, como las 350 calles que pavimentó, otras 250 a las que dotó de cordón cuneta y las 670 viviendas que conforman los barrios Cooperación I y II, obras que fueron posibles gracias a la Cooperativa de

Pavimentación fundada en 1963 y de la que fue su verdadera alma máter.

Durante treinta años presidió la Asociación Intercooperativa Regional y cuando decidió dar un paso al costado por razones de edad, esa federación de cooperativas lo designó presidente honorario, lugar desde el cual continuó no obstante concurriendo con constancia sarmientina a todas las reuniones de su Consejo de Administración.

No menos importante resultó su labor en la Cooperativa Obrera, primero como delegado a la asamblea general y luego como miembro del órgano de conducción, al que presidió durante tres períodos anuales, además de integrar la mesa directiva en numerosas oportunidades. Aquí, como en las demás instituciones a las que siempre aportó su esfuerzo en forma honoraria, no se cansaba de señalar que su principal mérito consistía en apoyar la labor de la gente capaz que lo rodeaba.

La “Declaración de Identidad Cooperativa” aprobada en 1995 por la Alianza Cooperativa Internacional señala que en el credo de un cooperativista deben estar presentes los valores de honestidad, transparencia, responsabilidad social y preocupación por los demás. ¡Qué formidablemente los encarnó don Angel Pilotti!

Rubén A. Masón

NUEVO

Cañuelas

ACEITE DE OLIVA

EXTRA VIRGEN

• ENVASADO EN ORIGEN •



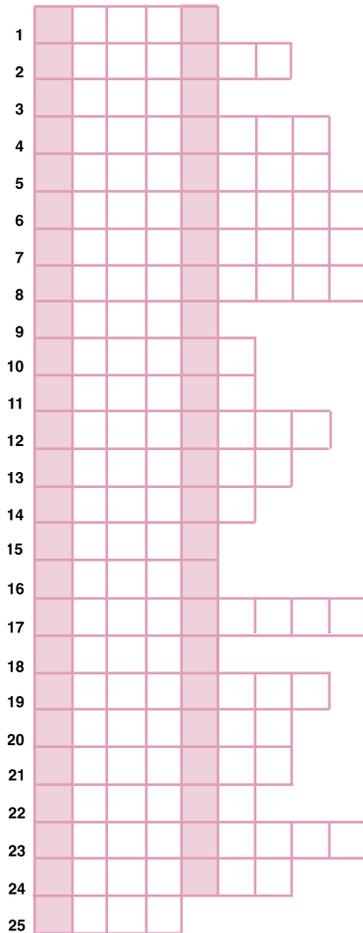
OBTENIDO DE OLIVAS
CUIDADOSAMENTE SELECCIONADAS
NATURAL, LIVIANO Y DE SABOR SUAVE

EL COMPLEMENTO IDEAL
PARA UNA SANA ALIMENTACIÓN



www.molinocanuelas.com

Encuentre las respuestas y ubique cada palabra en la fila correspondiente. Luego, recorriendo en forma vertical las columnas coloreadas, podrá leer una frase de José Manuel Estrada (1842-1894), abogado, docente, escritor y político argentino en cuya memoria fue establecido en nuestro país el 17 de septiembre como Día del Profesor.



- (... Verde Cooperativo) Acuerdo por el cual las cooperativas de nuestro continente se comprometen a la preservación del planeta.
- Denominación de la principal entidad de integración del movimiento cooperativo a nivel internacional.
- Individuo cuyo color de cabello es claro y parecido al oro.
- Persona que realiza ejercicios de destreza y agilidad.
- Que tiene buen gusto y distinción para vestir..
- Estado en que se encuentra quien carece de las cosas imprescindibles para vivir.
- Juego de cartas en el que participa un solo jugador.
- Actividad que, junto a la capacitación y la información, integra el quinto principio cooperativo.
- Que tienen su nariz corta y aplastada.
- Reverenciar a un ser u objeto que se considera divino.
- Desafiaba, provocaba a duelo, lucha u otra competencia.
- Dar alojamiento a un huésped.
- Ver o considerar a alguien con especial estima o agrado.
- Payaso, en el vesre y el lunfardo rioplatense.
- Acción de quejarse.
- Tramar, preparar algo en secreto.
- Persona versada en estrategia.
- Cantidad de los principios que constituyen las líneas directrices del cooperativismo.
- Condición de una cooperativa que expresa su capacidad de ser administrada por sus propios asociados.
- Músico que toca el bajo.
- Uso de algo por primera vez.
- Resumen de una obra literaria o científica.
- Conjunto de habitantes de un país.
- Aplicar cera a alguna cosa.
- (General ...) Ciudad rionegrina donde funcionan tres sucursales de la Cooperativa Obrera.

A - A - A - AD - AU - BA - BA - BA - BIO - BLA - CA - CA - CE - CE - CION - CION - CRO - DAD - DAR - DIR - DO - DU - E - E - EN - ES - ES - GA - GAN - HOS - JA - JIS - LE - LI - LIAN - MA - MI - NE - NO - NO - ÑA - ÑA - PA - PAC - PE - PO - QUE - RAR - RAR - RAR - RE - RE - RIO - RO - RU - SA - SE - SI - SIE - SO - TA - TA - TA - TA - TE - TE - TE - TO - TO - TOS - TRA - TRE - UR - YO - ZA

SOLUCIÓN

1. PACTO - 2. ALIANZA - 3. RUBIO - 4. ACROBATA - 5. ELEGANTE - 6. ESTRENO - 7. SOLITARIO - 8. EDUCACION - 9. NATOS - 10. ADORAR - 11. RETABA - 12. HOSPEDAR - 13. ADMIRAR - 14. YOSAPA - 15. QUEJA - 16. URDIR - 17. ESTRATEGIA - 18. SIETE - 19. AUTONOMA - 20. BAJISTA - 21. QUEJA - 22. RESEÑA - 23. POBLACION - 24. ENCFERAR - 25. ROCA.

Humor

HUMOR

• Por Zanotta-Haus



¿HOY **CUCHAREASTE** TU MERMELADA LA CAMPAGNOLA?



SEI CAMPO / NALCA S&S

La Campagnola te invita a cucharear sus mermeladas, porque son más ricas, más sanas y tienen trozos grandes de frutas. ¿Cuántas frutas? Depende del tamaño de la cuchara.





Momentos Mágicos