

familia
COOPERATIVA

AÑO XLVI
ABRIL 2020

#413

10ª EDICIÓN DE LA CAMPAÑA DE UNICEF
MUCHAS MANOS
POR LOS CHICOS



CAMPAÑA

SUME MOS
MUCHAS MANOS
POR LOS
CHICOS

10ª EDICIÓN

Como desde hace 10 años,
te invitamos a contribuir con los Programas que
promueve en nuestro país.

unicef 

L40ope
AÑOS



¡Llegó Natural Break!

Una tendencia en el mundo, a la que nos subimos,
siendo pioneros en el país



ENERGÍA

CUPOS DE SANHANA - PASOS DE UVA
MANÍ TOSTADO - SEMILLAS DE GIRASOL
PELADOS



NUTRITIVO

MANÍ SECO - SEMILLAS DE GIRASOL
COSTRIBOS DE ORO - ALMENDRAS



LIVIANO

TRIGO AFLORO - MANDARINA
DESIGRATADA - PASOS DE UVA
- ALMENDRAS

Nueva línea
Natural break

* Porción justa
y equilibrada

* Mixes 100%
naturales

* RECOMENDACIÓN POR
SAN@
SOCIEDAD ARGENTINA
DE NUTRICIÓN



Año XLVI
ABRIL 2020

#413

familia
COOPERATIVA

La revista de la
Cooperativa Obrera

familiacooperativa@cooperativaobrera.coop
www.cooperativaobrera.coop

Reg. Propiedad Intelectual
79.979.585

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

Director:
Héctor Jacquet

Redacción:
Sergio G. Alcalá

Diseño y diagramación:
Nelson R. Huivan

Impresión:
Oportunidades S.A.
C. Federal, Argentina

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

Tirada mensual:
80.000 Ejemplares

Auditado por:



INSTITUTO VERIFICADOR
DE CIRCULACIONES

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

EL LEGADO DE MARIO BUNGE

Las Universidades públicas argentinas, pese a las restricciones económicas y políticas sufridas, han ofrecido a nuestra sociedad y al mundo la formación de notables estudiosos en las más variadas disciplinas.

Tal es el caso de Mario Bunge, quien al concluir recientemente en Montreal su centenaria vida se había convertido en uno de los científicos y filósofos de habla hispana más citados del mundo. Sus más de cien libros y centenares de artículos le valieron premios y distinciones honoris causa y profesorado honorarios de universidades tanto americanas como europeas.

Nacido el 21 de septiembre de 1919 en Buenos Aires, estudió física en la Universidad Nacional de La Plata y ya a sus 19 años, como modo de retribuir al pueblo que pagaba sus estudios, fundó la Universidad Obrera Argentina que alcanzó a funcionar seis años hasta ser clausurada por el gobierno militar surgido del golpe revolucionario de 1943.

Su afición por la filosofía le llevó a impulsar la revista "Minerva", juvenil esfuerzo que mucho después culminó en sus famosos ocho tomos del "Tratado de filosofía básica", ya ejerciendo la docencia en la Universidad McGill, de Canadá, país donde vivió junto a su esposa durante más de medio siglo.

La que ha sido calificada como "monumental obra intelectual" fue producto de un trabajo diario de siete horas todos los días de la semana, complementado con invitaciones para congresos y conferencias en todo el mundo.

En el último capítulo de otro voluminoso libro, "Filosofía Política. Solidaridad, cooperación y democracia integral" (2009), advierte que "la humanidad enfrenta un monstruoso paquete de problemas globales, todos ellos sociales y, por ende, con un componente moral".

Pero Bunge sostiene que "hay, sin embargo, una vía de salida posible: multiplicar el número de firmas cooperativas, reforzar la cooperación entre ellas y luchar para que la legislación las proteja".

Por ello, demócrata convencido, confiaba en que "una sociedad más justa pueda emerger de la conjunción de las empresas cooperativas y el debate democrático". ■

Cooperativa Obrera Ltda.

Consejo de Administración: Presidenta: Cra. Mónica E. Giambelluca; Vicepresidente: Cr. Luis E. Ortis; Secretario: Cr. Rubén A. Filottrani; Prosecretario: Cr. Carlos A. Castaño; Tesorero: Cr. Raúl O. Gouarnalusse; Protesorera: Cra. María Susana García; Consejeros Titulares: Mario A. Caraffini, María de los Ángeles Celani, José L. Ibaldi, María del Rosario Leyes, Irma Beatriz Palandri y Laura Marisa Pilotti; Consejeros Suplentes: Luis Mariano Abitante, María G. García Merino, Alicia Ester Roca y Dra. María I. Casas. **Sindicatura:** Síndico Titular: Cr. Vicente Chínestra Tárrega; Síndico Suplente: Cr. Daniel G. Potenar. **Gerente General:** Héctor Jacquet. **Subgerente General:** Pablo N. Barbieri. **Auditor Externo:** Cr. Martín De la Dehesa.

ADMINISTRACIÓN

CENTRAL: Paraguay 445, Bahía Blanca, Tel. (0291) 403-9000
DELEGACIONES EN BAHÍA BLANCA: Belgrano 45, Tel. 403-9014 /// Donado 320, Tel. 455-6867
DELEGACIÓN EN PUNTA ALTA: Brown 128, Tel. (02932) 43-2284

CULTURA Y ACCIÓN COMUNITARIA

CENTRAL: Zelarrayán 560, Bahía Blanca, Tel. (0291) 403-9010



CONTACTO

TELÉFONO: 0800-333-3443 (Atención al Consumidor)
E-MAIL: holacooperativa@cooperativaobrera.coop

SUCURSALES EN PROVINCIA DE BUENOS AIRES

BAHIA BLANCA

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

ALSINA (15): Alsina 645, Tel. 455-6964

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

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

Bº UNIVERSITARIO (12): Paraguay 445, Tel. 451-0107

CENTRO (5): Belgrano 45, Tel. 456-0101

ESPAÑA (10): España 737, Tel. 455-6965

GENERAL PAZ (51): Gral. Paz 249, Tel. 456-5969

ROCA (18): Roca 34, Tel. 455-7968

YRIGOYEN (53): H. Yrigoyen 343, Tel. 455-3264

ZELARRAYÁN (128): Zelarrayán 201, Tel. 450-0361

ALEM (110): Av. Alem 3170, Tel. 488-2188

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

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

Bº PACÍFICO (35): Chartone 253, Tel. 455-3360

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

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

Bº RICCHIERI (46): Almafuerde 2544, Tel. 488-6002

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

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

Bº SAN ROQUE (24): Vieytes 2139, Tel. 488-5022

BELLA VISTA (50): Av. Pringles 50, Tel. 456-1929

SÓCRATES (13): Sócrates 2642, Tel. 481-2300

VILLA LIBRE (44): Láinez 2251, Tel. 481-0111

VILLA MITRE (2): Washington 437, Tel. 481-6672

VILLA RESSIA (49): Tte. Farías 1283, Tel. 456-5336

VILLA ROSAS (11): Perito Moreno 2132, Tel. 455-0785

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

GENERAL DANIEL CERRI (3): Saavedra 462, Tel. 484-6161

INGENIERO WHITE (1): Av. San Martín 3634, Tel. 457-0131

OTRAS LOCALIDADES DE LA PROVINCIA

9 DE JULIO (111): Av. Mitre 2537, Tel. (02317) 52-4469

AZUL (20): Av. Piazza 1101, Tel. (02281) 43-3933 /// (56) Av. 25 de Mayo 1272, Tel. 43-2276

BATÁN (115): Calle 35 y Av. Mar del Plata, Tel. (0223) 464-3506

BENITO JUÁREZ (40): Av. Mitre 87, Tel. (02292) 45-2480

BOLIVAR (91): Av. Gral. Paz 98, Tel. (02314) 42-0566

CASBAS (73): Avda. Caride y Sarmiento, Tel. (2929) 48-1000

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

LOBERIA (112): Av. San Martín 143, Tel. (02261) 44-0810

MAR DEL PLATA (92): Av. Fortunato de la Plaza 3471, Tel. (0223) 484-1800 /// (93) Av. Constitución 6563/81, Tel. 479-6621 /// (125) Alberti 1842, Tel. 494-2946

MAYOR BURATOVICH (88): Sarmiento 942, Tel. (0291) 491-7688

MEDANOS (89): Bustamante 403, Tel. (02927) 43-3150

MONTE HERMOSO (85): Av. Patagonia 145, Tel. (02921) 48-2308 /// (98) Av. Majluf 798, Tel. 48-2255

NECOCHEA (38): Av. 59 Nº 1202, Tel. (02262) 43-7900 /// (39) Av. 58 Nº 3059, Tel. 42-6256 /// (134) Av. 59 Nº 1885, Tel. 43-9494

OLAVARRIA (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 Nº 1031, Tel. (02928) 42-0118

PEHUAJÓ (106): Alsina 253, Tel. (02396) 47-0833 /// (109) Av. San Martín 105, Tel. 47-3220

PIGUÉ (21): Belgrano y Humberto 1º, Tel. (02923) 47-5680

PUAN (31): H. Yrigoyen 491, Tel. (02923) 49-9070

PUERTO BELGRANO (68): Av. a la Estación s/n, Tel. (02932) 43-2709

PUNTA ALTA (17): Sáenz Peña 467, Tel. (02932) 42-1000 /// (19) Brown 128, Tel. 42-5052 /// (34) Roca 2475, Tel. 43-5526 /// (57) Saavedra 55, Tel. 42-3825

QUEQUÉN (72): Calle 550 Nº 892, Tel. (02262) 45-0288

SAAVEDRA (8): 25 de Mayo e Independencia, Tel. (02923) 49-7131

SAN NICOLÁS (126): Avda. Perón 1028, Tel. (0336) 444-0326

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

VILLA GESELL (130): Boulevard Silvio Gesell y Paseo 113 bis, Tel. (02255) 46-3583

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 Oeste nº 698, Tel. (02302) 42-1816

GUATRACHÉ (16): Av. Goudge y Pringles, Tel. (02924) 49-2037

SANTA ROSA (67): Trenel 1735, Tel. (02954) 42-7979 /// (76) Roque Sáenz Peña 899, Tel. 42-6244

PROVINCIA DE RÍO NEGRO

ALLEN (79): San Martín 454, Tel. (0298) 445-1766 /// (80) Av. Roca 585, Tel. 445-3434 /// (107) Jujuy 8, Tel. 445-0208

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

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

CHOELE CHOEL (66): Avellaneda 872, Tel. (02946) 44-3434 /// (101) Avellaneda 962, Tel. 44-3400

CINCO SALTOS (58): Av. Roca 998, Tel. (0299) 498-2817 /// (83) Av. Cipolletti 210, Tel. 498-2799 /// (116) Rivadavia 350, Tel. 498-4217

CIPOLLETTI (65): Brentana 621, Tel. (0299) 477-5494 /// (121) Av. Mengelle 1060, Tel. 477-0603

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 /// (120) Periodistas Argentinos 322, Tel. 42-2724

VILLA REGINA (63): Av. Rivadavia 150, Tel. (0298) 446-2222 /// (64) Las Heras 295, Tel. 446-5488

PROVINCIA DEL NEUQUÉN

ANDACOLLO (117): Av. Cordillera del Viento 330, Tel. (02948) 49-4431

CENTENARIO (69): Honduras 1111, Tel. (0299) 489-1829 /// (70) Ing. Ballester 740, Tel. 489-1495 /// (71) San Martín 245, Tel. 489-0747 /// (95) Canadá 835, Tel. 489-8887 /// (96) Ing. Ballester 383, Tel. 489-4710

CHOS MALAL (131): Sarmiento 390, Tel. (02948) 42-2760

CUTRAL CO (114): Maipú 1363, Tel. (0299) 486-9091 /// (127) Los Copihues 889, Tel. 486-4422

LAS LAJAS (129): Saavedra 360, Tel. (02942) 49-9593

LONCOPIÚ (118): Av. San Martín y Sarmiento, Tel. (02948) 49-8509

NEUQUÉN (84): Piuquén 1780, Tel. (0299) 433-0955 /// (113) Chocón 644, Tel. 442-4172 /// (124) Dr. Ramón 3952, Tel. 445-1121

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

JUNIN DE LOS ANDES (133): J.A. Roca 1284, Tel. (02972) 49-2492

SAN MARTÍN DE LOS ANDES (119): Gral. Villegas 950, Tel. (02972) 42-2737 /// (122) Pje. Las Islitas 26, Tel. 42-0420 /// (123) Av. Los Lagos 1692, Tel. 42-2393

ZAPALA (108): Av. Avellaneda 720, Tel. (02972) 42-7289

*Los asociados
de La Coope
sumaron manos
por los chicos*

6-8



*La importancia
de saber
pedir perdón*

10

*En tiempo
de coronavirus
es sano
mantener distancia*

12

*¿Qué es la
enfermedad
de Lyme?*

14

*A 500 años de la
muerte de Rafael
Sanzio, el genio
del Renacimiento*

16

*Terrinas:
síntesis ideal
de sabores*

18-20



*Natty Petrosino
y su gran
obra de amor*

22-23

*Vietnan, el país
que se transformó
para crecer*

30

*La competición
de las
verduras*

32



Los asociados de La Coope sumaron manos por los CHICOS

Una vez más, los consumidores y la Cooperativa Obrera estrecharon lazos para contribuir y alcanzar un nuevo récord en la campaña solidaria “Sumemos muchas manos por los chicos”, a beneficio de Unicef Argentina, que llegó a su 10° edición.

“**Junto a Unicef Argentina** nos habíamos planteado, durante el lanzamiento de esta nueva edición, el objetivo de alcanzar una recaudación que se aproximara al millón de pesos. Finalmente, gracias a 886.703 aportes solidarios de nuestros asociados y al compromiso de las cajas y cajeros de las 134 sucursales de la Cooperativa Obrera logramos recaudar \$1.209.201,57”.

De tal manera, Mónica Giambelluca, presidenta de la Cooperativa Obrera, reflejó el marcado éxito que alcanzó la 10° edición de la campaña solidaria “Sumemos muchas manos por los chicos”, a beneficio de Unicef Argentina, agradeciendo especialmente a los consumidores y colaboradores de La Coope que hicieron posible tamaño logro.

“Esta campaña en favor de los distintos programas que establece Unicef está instalada en nuestros asociados y va a seguir siendo un gran éxito con el transcurrir del tiempo, especialmente por el vínculo directo que establecen con los cajeros, en quienes depositan su confianza”, añadió Giambelluca.

Desde 1985, Unicef trabaja para garantizar el cumplimiento de los derechos de los niños, niñas y adolescentes en Argentina, promoviendo su

bienestar.

En tal sentido, la organización realiza y apoya proyectos para promover educación, salud, inclusión, protección y participación para cada niño, niña y adolescente en nuestro país.

Artistas, deportistas, actores y músicos, entre otras personas reconocidas, que usan su talento y su exposición para promover la recaudación de fondos y abogar por los derechos de los niños son Embajadores de Buena Voluntad de Unicef a nivel mundial.

Uno de dichos embajadores para el ámbito nacional es, desde 1992, el actor y conductor de televisión Julián Weich, quien desde su exitosa carrera y a la par de su accionar solidario, se ha convertido hoy en uno de los referentes comunicacionales de Unicef Argentina.

“Es una sorpresa y una alegría el monto que se logró. Cuando la gente se propone un objetivo y sabe que hay un bien común, las cosas suceden”, destacó.

“Haber alcanzado semejante cifra no solo implica el compromiso de los cajeros de la Cooperativa Obrera sino también de los asociados, que a la hora de pagar su cuenta pensaron en los chicos, porque saben que a través de Unicef se pueden cambiar muchas realidades en nuestro

país”, añadió.

Para Weich, “la Cooperativa Obrera en sí representa una manera de ayudar a la gente, y en este caso Unicef es el vehículo para hacer llegar esa ayuda a quienes lo necesitan y por eso la campaña funciona”.

“Es muy bueno que el vínculo entre Unicef y La Coope se mantenga, porque le permite al asociado vincularse, averiguar qué hacen las fundaciones con el dinero y cómo trabajan. Es un círculo virtuoso”, resaltó.

A su criterio, “todos aquellos que alguna vez recibieron ayuda en su vida saben también lo que es brindarla. Ayudar al otro es una manera linda de vivir y por eso esto nunca se termina. Cuando se entiende qué es ayudar y ponerse en el lugar del otro, la cosa no tiene vuelta atrás, porque lo querés seguir haciendo siempre”.

“Más allá de esta campaña es bueno que la gente se movilice y colabore con alguien. En forma particular, personal, familiar o a través de una institución. La primera ong es nuestro hogar, la segunda es el trabajo y la tercera es la que está lejos de casa. Si como sociedades estamos en alguna de estas tres instancias, entonces estamos haciendo las cosas





bien”, sostuvo.

¿Qué es Unicef?

Creado en 1946, el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (Unicef, por sus siglas en inglés) trabaja con énfasis en 190 países y territorios, procurando llegar a los niños más vulnerables y excluidos.

Las acciones de la organización se guían por la Convención sobre los Derechos del Niño, que reconoce como niño a todo individuo menor de 18 años y establece el marco fundamental a partir del cual los gobiernos que la suscriben deben desarrollar sus políticas para la niñez y la adolescencia.

Para llevar adelante su misión, brinda asistencia técnica y financiera a los países con fondos provenientes de los gobiernos que integran el Sistema de Naciones Unidas y otras donaciones.

Por otra parte, su accionar se centra en el mandato de promover la protección de los derechos del niño, ayudar a satisfacer sus necesidades básicas y aumentar las oportunidades que se les

ofrecen para que alcancen plenamente sus potencialidades, atributos que contribuyeron a que Unicef recibiera en 1965 el Premio Nobel de la Paz.

El plan de trabajo de la entidad en la Argentina se inserta en el Marco Estratégico de Cooperación de las Naciones Unidas para el desarrollo, programa que se vincula con 9 de los 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible establecidos como metas globales por la ONU.

Estos tienen que ver con la eliminación de la pobreza, la reducción del hambre, la salud y el bienestar, la educación de calidad, la igualdad de género, el trabajo decente, la reducción de las desigualdades, el fomento de la paz, la justicia y las instituciones sólidas, y las alianzas para lograr el conjunto de objetivos.

Derechos que no se cumplen

El propio Julián Weich hizo hincapié en que “para poder ser educados, los niños tienen que estar alimentados. Tenemos que trabajar para eso y Unicef lo hace, defendiendo los derechos que

les corresponden”.

Al respecto, dijo que “hay un montón de derechos básicos que, desde hace mucho tiempo, no se cumplen en la Argentina, donde la mitad de los chicos son pobres y la mitad de los pobres son chicos. Parece mentira, pero hay muchos niños que todavía no tienen el DNI, algo básico y tan necesario que sin él no pueden, por ejemplo, ser atendidos en un hospital”.

“Los adultos y las empresas debemos ocuparnos de los ellos, a través de organizaciones como Unicef y de las tantas ong’s que hay diseminadas en nuestro país tratando de ayudarlos. Ser solidario es brindarle al otro lo que necesita, y para eso debemos conocer sus necesidades. La mejor manera de canalizar esa ayuda es a través de una institución, porque cuenta con las herramientas necesarias para hacerla llegar”, manifestó.

“Unicef trabaja desde muchos lugares para defenderlos con empresas como la Cooperativa Obrera, que genera confianza en sus asociados y establece el vínculo necesario como para concretar objetivos a largo plazo”, concluyó. ■

ilolay



Lo bueno de ser Natural

www.ilolay.com.ar

Williner

CUANDO SE SIENTE CULPA

Pedir perdón a la persona que se le hizo un daño es una disposición emocional exclusivamente humana, bajo una cierta circunstancia que debe darse primero: el sentimiento de culpa.

La culpa y el perdón dejan en evidencia que somos vulnerables ante nuestras posibles agresiones, dando lugar a la reflexión y la noción de los propios actos.

Nuestras emociones pueden ser muy crueles, evidenciando odio, violencia, desvalorización, indiferencia en la búsqueda de anular al otro.

Y en el contexto de una sociedad que exige leyes de convivencia como forma de controlar agresiones, el freno es el reconocimiento del dolor realizado al semejante.

Por otra parte, la culpa y el posterior pedido de perdón revelan que se discrimina lo bueno y lo malo de las propias acciones, surgiendo además cómo intervinieron la educación y los modelos formativos desde la cuna.

La función de la familia comprende un largo camino que intervendrá profundamente en la creación de la moral y la ética del ser humano, ya que el modelo del comportamiento de los padres en sus propias vidas le brindará al niño un parámetro acerca de cómo relacionarse con otra persona.

En tal sentido, hay que siempre presente que el núcleo familiar representa el origen de lo que seremos como personas.

Lic. Marta Craichik

LA IMPORTANCIA DE SABER PEDIR PERDÓN

Cuando tomamos conciencia de que hemos cometido un error, solemos sentir el impulso de pedir perdón. Sin embargo, un hecho que puede parecer tan sencillo suele representar algo extremadamente difícil para algunas personas.



Disculparse frente a un error cometido es un ejercicio que denota madurez y valentía. Pero para que un perdón sea realmente sincero debe asumirse lo realizado, porque una disculpa que no es plena no sirve de nada.

En este sentido, un pedido de perdón que no denote sinceridad suele empeorar la situación, consiguiendo aumentar más la desconfianza y la distancia, sobre todo cuando la persona ante la que se debe pedir disculpas pertenece al círculo más cercano.

Para que un perdón sea válido y no un mero trámite es necesario mostrarse realmente arrepentido por lo sucedido. Abrir nuestro corazón, desprender sinceridad y pedir disculpas constituye una acción de responsabilidad y respeto hacia uno mismo y hacia la otra persona, que requiere de coraje, humildad y entereza.

Normalmente, las personas a las que más les cuesta reconocer sus errores y asumir responsabilidades son aquellas que tienen baja empatía y escasas habilidades emocionales, por lo que suelen esconder

sentimientos de rencor o ira.

Sin embargo, tras dar el paso y trabajar la capacidad del perdón, se experimenta una larga lista de sensaciones positivas. Aumenta la autoestima y especialmente disminuyen el estrés, la ansiedad, el malestar y la tristeza que generan este tipo de situaciones.

De todas maneras y aunque es fundamental para alcanzar el equilibrio emocional y anímico, perdonar suele ser algo mucho más complicado que pedir perdón, porque requiere de un gran ejercicio de empatía, es decir, de ponerse en la situación del otro.

Conseguir perdonar implica liberar el dolor y el sentimiento de impotencia y de malestar que se puede albergar en el interior, recuperando la confianza y la tranquilidad.

Al igual que ocurre al pedir disculpas, de nada sirve que este acto no se haga desde el corazón. Aceptar una disculpa de una forma no sincera solo provocará tener en mente el recuerdo de lo ocurrido, más allá de no asumir plenamente la responsabilidad de nuestros actos. ■



MENDOZA



CERVEZA
MENDOCINA
DE ORIGEN



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

EN TIEMPO DE CORONAVIRUS ES SANO MANTENER DISTANCIA

El mundo libra una dura batalla contra la pandemia del coronavirus Covid-19. Derrotar la enfermedad representa una tarea extremadamente compleja, pero una de las armas más poderosas que tenemos para enfrentarla, además de la higiene frecuente de manos, es mantenernos alejados los unos de los otros.

Aunque la tasa de mortalidad que ha mostrado el coronavirus Covid-19 no ha llegado todavía a cifras alarmantes, lo que más temen las autoridades sanitarias es que haya un repentino aumento de pacientes de gravedad que necesiten cuidados intensivos, un hecho que implica una carga inmensa sobre el sistema sanitario al punto de ponerlo en riesgo de colapsar.

Durante los últimos días, autoridades y expertos en epidemiología han insistido en la necesidad de establecer un distanciamiento social, práctica que durante otras pandemias ha demostrado ser efectiva para disminuir la velocidad de propagación del virus.

“El distanciamiento social es la frase clave en estos días y semanas”, resaltó recientemente el médico Jeff Martin, profesor de epidemiología en la Universidad de California en San Francisco en un artículo publicado por esa institución.

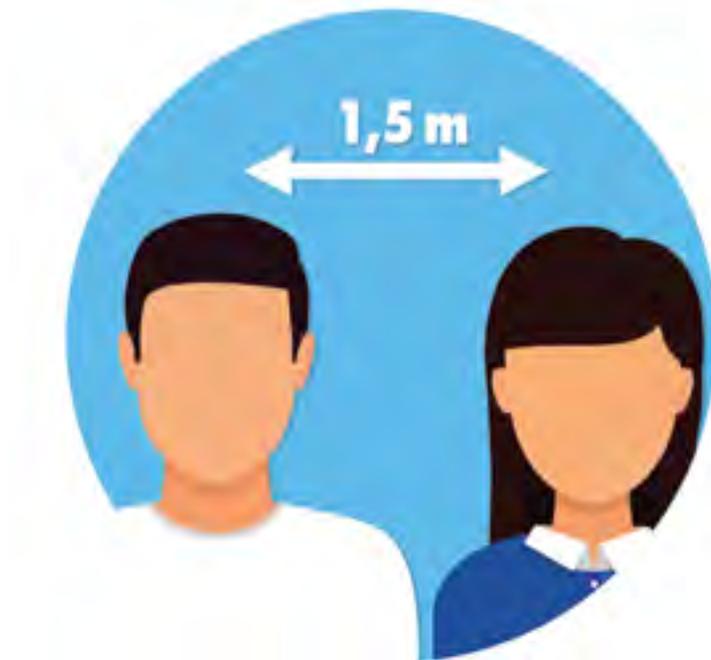
“Procurar no establecer contacto cercano con otras personas para evitar contagiarse del virus representa el factor más importante que podemos realizar para controlar el brote del Covid-19”, añadió.

La propagación de un virus depende de factores como qué tan contagioso es y qué tan susceptibles son las personas a las infecciones, además del número y la duración de los contactos que se establezcan.

“No estamos en la etapa de poder modificar el comportamiento biológico del virus o la susceptibilidad de los individuos. Pero cada uno de nosotros puede disminuir el número y la duración de nuestros contactos con otros”, destacó Martin.

Para el especialista, el distanciamiento social “es un gran llamado al altruismo, no solo para proteger a la gente sino para cuidar a los más susceptibles”.

En esta misma línea, el diario “The Washington Post” hizo hincapié en que después de los primeros casos registrados en los Estados Unidos, el goteo se



convirtió en una corriente constante, determinando una curva exponencial que preocupa a los expertos.

Por tal motivo, el periódico realizó una simulación para demostrar que si el número de casos continúa duplicándose cada tres días, en mayo habría cerca de cien millones de infectados en los Estados Unidos, casi un tercio de la población de ese país.

“Esto son solamente matemáticas, no profecías”, aclaró el diario, resaltando que la propagación puede ralentizarse si la gente implementa a rajatabla el distanciamiento social, evitando los lugares públicos y, en general, limitando sus movimientos.

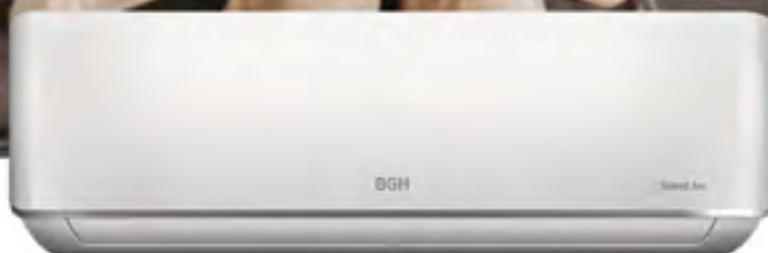
Acciones de La Coope

En relación a la situación actual que vive nuestro país respecto del coronavirus Covid-19, la Cooperativa Obrera viene desarrollando y mejorando a diario acciones tendientes a prevenir su propagación.

Por ese motivo dispuso que en todas sus sucursales se atendiera, de 8 a 9, solo a personas mayores de 60 años, no permitiendo el ingreso al resto de los asociados, quienes pueden concurrir de las 9 en adelante.

Por otra parte, todos los locales de La Coope administran un cupo máximo de consumidores que pueden estar en el interior, a la vez que para disminuir la cantidad de personas dentro de las sucursales se solicitó que asista una persona por hogar, con miras a lograr cumplir con las distancias mínimas entre consumidores. Al respecto se hizo hincapié en mantener una distancia mínima de un metro y medio a la hora de esperar la atención en un mostrador o en la fila de la caja, respetando la posición marcada con cinta en el piso. Asimismo, el personal de todas las sucursales está aplicando procesos reforzados para cumplir con estrictas prácticas de saneamiento, limpieza y desinfección, y poniendo a disposición de los consumidores baños en perfecto estado para que puedan higienizarse las manos. ■

BGH



Silent Air



TV 4K ULTRA HD



Quick Chef

INNOVACIÓN QUE TRANSFORMA TU HOGAR

store.bgh.com.ar

f BGHsa t BGH_SA @BGHoficial

Datos de importancia

En esta enfermedad, reportada por primera vez en 1977 en un pueblo de los Estados Unidos llamado Old Lyme, en Connecticut, existen tres etapas:

En la etapa 1, temprana y localizada, la bacteria aún no se ha propagado por todo el cuerpo.

Durante la etapa 2, de diseminación temprana, la bacteria comienza a propagarse por todo el cuerpo.

Finalmente, en la etapa 3, de diseminación tardía, la bacteria se ha diseminado por todo el cuerpo.

Entre los factores de riesgo de contraer la enfermedad de Lyme están:

- Realizar actividades al aire libre que incrementen la exposición a las garrapatas, en un área en donde se sabe que la enfermedad puede estar presente.
- Tener una mascota que pueda llevar garrapatas a la casa.
- Caminar en pastizales altos.

Acerca de las picaduras

Una garrapata tiene que permanecer adherida al cuerpo de una persona durante 24 a 36 horas para transmitir la bacteria a la sangre.

Las garrapatas de patas negras pueden ser tan pequeñas que es casi imposible verlas. Muchas personas con la enfermedad de Lyme ni siquiera ven ni sienten una garrapata en el cuerpo.

La mayoría de las personas que son picadas por una garrapata no contraen la enfermedad de Lyme. ■

¿QUÉ ES LA ENFERMEDAD DE LYME?

A partir de que el reconocido cantante canadiense Justin Bieber revelara que luchaba contra esta infección bacteriana que se contrae a través de la picadura de un determinado tipo de garrapata y que también padecen su compatriota Avril Lavigne y la estrella mexicana Thalía, la enfermedad de Lyme cobró notoria repercusión en la consideración mundial.



“**Hansido un par** de años difíciles, pero (estoy) recibiendo el tratamiento correcto que ayudará a tratar esta enfermedad. Estaré de regreso mejor que nunca”.

La publicación en Instagram que tiempo atrás realizara el astro pop Justin Bieber sirvió como detonante para que muchos escucharan hablar por primera vez de la enfermedad de Lyme, transmitida por la garrapata de los ciervos o garrapata de patas negras.

Esta afección, también conocida como borreliosis de Lyme y endémica en los Estados Unidos y en Europa, es causada por la bacteria llamada *Borrelia burgdorferi*, que suele ser portada por el mencionado tipo de garrapata, que a su vez la adquiere cuando pica a ratones o venados infectados con dicha bacteria.

Si bien no todas las personas lo presentan, usualmente el primer síntoma es un sarpullido que puede verse como una escarapela. A medida que la infección se disemina pueden sobrevenir fiebre, dolores de corporales y de cabeza, rigidez de cuello y cansancio.

La enfermedad de Lyme puede ser difícil de diagnosticar porque muchos de sus síntomas son parecidos a la gripe u otras dolencias. Además, las pruebas de laboratorio no siempre entregan una respuesta clara hasta que la infección se prolongue al menos un par de semanas.

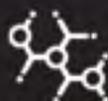
Los pacientes tratados con antibióticos en las etapas tempranas de la infección suelen recuperarse rápidamente y por completo. En tanto, la mayoría de aquellos que reciben el tratamiento en etapas más tardías de la enfermedad también responden bien a los antibióticos, aunque algunos ya podrían haber sufrido daños de larga duración en el sistema nervioso o en las articulaciones.

Por otra parte, puede suceder que los pacientes que reciban la terapia recomendada de 2 a 4 semanas de antibióticos para hacer frente a la enfermedad tengan síntomas de cansancio, así como dolores persistentes en el cuerpo o musculares o en las articulaciones cuando terminen el tratamiento. Estos síntomas no se pueden curar con mayores tandas de antibióticos, pero generalmente mejoran por sí solos con el tiempo. ■

YoPRO

15^g

PROTEÍNA



ALTO EN
PROTEÍNA



SIN AZÚCAR
AGREGADA



BAJO
EN GRASAS

DESAFIÁ TU POTENCIAL

www.yopro.com.ar

 [@yopro.org](https://www.instagram.com/yopro.org)

LECHE UAT SELECCIONADA CHOCOLATADA PARCIALMENTE DESCREMADA DIETÉTICA
HOMOGENEIZADA FORTIFICADA CON PROTEÍNAS REDUCIDA EN LACTOSA LIBRE DE GLUTEN



A 500 AÑOS DE LA MUERTE DE RAFAEL SANZIO, EL GENIO DEL RENACIMIENTO

Además de ser dibujante, arquitecto, arqueólogo y poeta, Rafael Sanzio de Urbino fue esencialmente uno de los más grandes pintores de la historia del arte europeo, al punto que junto con Leonardo da Vinci y Miguel Ángel Buonarroti conforman el triunvirato del Cinquecento italiano.

Nacido en Urbino en 1483 y criado por un tío tras perder a temprana edad a sus progenitores, Rafael Sanzio evidenció todo su talento a lo largo de los 37 años que duró su vertiginosa vida, dejando una extensa obra cuya mayor parte se encuentra en los museos del Vaticano

Hasta los inicios del siglo XVI, Rafael dibujó y pintó en el estilo de la Escuela de Umbría, y después se trasladó a Florencia para estudiar las obras de Leonardo da Vinci y Miguel Ángel, ganándose reputación de retratista, pintor de retablos y especialmente madonnas, que llevaron su propio sello y que plasmó en innumerables variaciones sobre madera, lienzo y escayola.

A fines de 1508, fue convocado a Roma para que participara en la decoración pictórica de los aposentos papales. Fascinado por la representación que Rafael hizo de la “Disputa” en la conocida como Sala de la Signatura, el Papa Julio II le confió la responsabilidad de ocuparse de todas las estancias.

Cuando regresó a Florencia, Rafael era el líder indiscutible de pintores, arquitectos y conservadores de la Ciudad Eterna y realizó obras maestras que lo hicieron pasar a la posteridad, creando no sólo retratos de amigos y patrones ricos, sino diseñando famosos tapices para la Capilla Sixtina.

Lamentablemente tamaña capacidad se apagó muy pronto, porque Rafael murió de manera repentina el 6 de abril de 1520, por causas desconocidas aún por los expertos. Ese mismo día de su muerte comenzó el culto por su figura y, durante siglos, el arte rafaelita fue modelo de generaciones.

Un merecido homenaje

Al cumplirse 500 años del fallecimiento del autor de la célebre “Escuela de Atenas”, las obras de Rafael pueden apreciarse en galerías de distintas capitales europeas y en el propio Vaticano, que volvió a exhibir dentro de la Capilla Sixtina (durante algunos días, ya que fue

cerrada al público a pedido del gobierno italiano por el brote de coronavirus) diez tapices hechos por el artista.

Las piezas, de cinco metros de largo y tres de ancho, fueron realizadas entre 1515 y 1516, y representan los Hechos de los Apóstoles San Pablo y San Pedro.

Así, la monumental sala decorada por Miguel Ángel se vistió de gala con lo que fue su idea original y que el propio Rafael no llegó a ver nunca ya que murió cuando los últimos tres tapices no habían sido emplazados aún.

A inicios de este año, el Papa Francisco le dedicó un homenaje al artista en su discurso al cuerpo diplomático.

“A Rafael le debemos un inmenso patrimonio de inestimable belleza”, planteó entonces el pontífice.

La Capilla Sixtina, por la que pasan a diario entre 27 y 30 mil visitantes, solo había albergado a los tapices de Rafael en su conjunto en 1983, para conmemorar entonces los 500 años del nacimiento del genio del Renacimiento, como también se lo denominó. ■

alimentos
CormilloT

DULCOR

NUEVAS Mermeladas Light Fuente de Fibra



- ✓ Poseen 55% menos calorías que una mermelada común.
- ✓ Son Fuente de Fibra.
- ✓ Son aptas para Celíacos.
- ✓ Son bajas en Sodio.
- ✓ Pueden utilizarse en postres fríos, como un Cheesecake.
- ✓ Ideales para acompañar un buen desayuno o merienda.
- ✓ No son aptas para cocción.



Por Ignacio Gerbino

TERRINAS:

síntesis ideal de sabores

Las terrinas constituyen una forma muy original de preparar carnes, verduras y hasta frutas variadas de manera fácil y rápida. Tentadoras como pocas, representan para el paladar una buena aventura gastronómica en formato gourmet.



TERRINA DE REMOLACHAS Y ZANAHORIAS

Ingredientes:

4 remolachas
2 zanahorias
3 huevos
300 gr de queso crema
150 gr de queso de rallar

Preparación: Cortar en rodajas las remolachas y las zanahorias. Blanquear (pasar las verduras por agua hirviendo durante unos 15 minutos) y reservar.

En un bol colocar los huevos, el queso crema y el queso de rallar. Mezclar y reservar.

Colocar las remolachas y las zanahorias intercalando en un molde tipo terrina, luego el ligue y por último llevar a horno medio a 180° C durante 40 minutos aproximadamente. Servirla caliente o tibia. ■

TERRINA DE POLLO Y CHAMPIÑONES



Ingredientes:

1 pata muslo
2 pechugas
200 gr de champiñones
1 morrón asado
2 cebollas moradas
70 gr de almendras
2 huevos
Sal y pimienta
100 gr de panceta

Preparación: Colocar en la procesadora el pollo, los champiñones, el morrón asado, las cebollas, las almendras y los huevos. Procesar y salpimentar. Forrar la parte interna del molde para terrina con la panceta y colocar encima el relleno. Llevar al horno y cocinar a baño María a 180° C aproximadamente una hora. ■

TERRINA DE MERLUZA



Ingredientes:

4 filetes de merluza
1 diente de ajo
1 cucharadita de jengibre
4 huevos
Sal y pimienta
Jugo de un limón

Preparación: Colocar en la procesadora la merluza, junto con el ajo, el jengibre y los huevos. Procesar hasta conseguir una masa homogénea, salpimentar y agregar el jugo de un limón. Colocar la preparación en un molde de terrina y cocinar aproximadamente unos 30 minutos en el horno a 180° C. Servirla caliente o fría. ■

TERRINA DE PAPAS

Ingredientes:

500 gr de papas
300 gr de queso crema
2 cebollas de verdeo
150 gr de queso rallado
3 huevos
Sal y pimienta

Preparación: Cortar las papas en rodajas y reservar. En un bol colocar el queso crema, las cebollas de verdeo previamente picadas, el queso rallado y los tres huevos. Batir hasta que la preparación quede bien integrada. Salpimentar.

Colocar las rodajas de papa en un molde para terrina y agregar el ligue. Llevar al horno a 180° C aproximadamente unos 30 minutos. ■



Nuestras Carreras:

- Tecnicatura Superior en Servicios Gastronómicos / Chef
- Tecnicatura Superior en Traducción Técnico Científico en Lengua Inglesa
- Tecnicatura Superior en Comunicación Social para el Desarrollo
- Tecnicatura Superior en Administración de Pymes
- Tecnicatura Superior en Régimen Aduanero y Comercio Exterior
- Tecnicatura Superior en Hotelería
- Tecnicatura Superior en Administración de Recursos Humanos
- Tecnicatura Superior en Administración Agropecuaria
- Profesorado de Educación Física
- Tramo de Formación Pedagógica para Nivel Medio y Superior


Goyena
Instituto Tecnológico

Abiertas las
INSCRIPCIONES
CICLO LECTIVO
2020



Av. Colón 446, Bahía Blanca

Tel: (0291) 454-7511 / 452-5613

consultas@institutogoyena.com.ar

www.institutogoyena.com.ar



NUEVO



DOLCELLA

La **combinación** perfecta de **Dulce de Leche** La Serenísima, **chocolate** y el mejor sabor de las **avellanas**.



- UNTAR
- RELLENAR
- CUCHAREAR





Natty Petrosino y su gran obra de **AMOR**

Reconocida no solo en nuestro país sino a nivel mundial, Natty Hollmann (o simplemente Natty Petrosino como expresa su apellido de casada) lleva más de 50 años al servicio de los más necesitados. Toda una vida dedicada al prójimo sin contar con bienes y sin haber conformado organización jurídica alguna.

“Era muy fácil vivir el Evangelio en el barrio Palihue: tenía la mucama, el jardinero que nos ayudaba con la gente y todo para dar. La providencia era fácil”, explica Natty Petrosino.

Sin embargo, después de la muerte clínica que tuvo a sus 27 años durante una cirugía por un cáncer de oído, su vida cambió por completo.

Lejos de las preocupaciones por mantener su bronceado de verano y tener quién lave los platos, empezó a recibir personas de la calle para atenderlas en su casa. Todo marchaba sobre rieles hasta que la situación no dio para más: su familia necesitaba espacio y muchos vecinos estaban descontentos con la continua llegada de indigentes.

Fue así como decidió dejar todo, “como pide Jesús en el Evangelio”, subraya. Pasó entonces del barrio más acomodado de Bahía Blanca a una casa prestada de los ferrocarriles y con 10

personas que atender.

Natty recuerda que no tenían absolutamente nada. Por esa razón concurrió al diario de la ciudad para contar la situación y las donaciones comenzaron a llegar al día siguiente, aunque seguía faltando qué comer. Fue así que a la hora del almuerzo, una de las colaboradoras le preguntó qué hacer y ella le respondió: “Poné la olla, vamos a hacer arroz”.

Había solo un kilo, pero Natty insistió con que ponga la olla. En ese momento llegó un camión de la Cooperativa Obrera con 300 kilos de arroz. Para muchos fue casualidad; para ella, la mano de Dios.

“Los milagros que Él hace son así: el arroz llega porque alguien vibra en una frecuencia positiva, se suma y aparece; como la Cooperativa Obrera, que está conmigo hace 40 años y jamás me dejó de lado. Nunca le importó si la ayuda quedaba en Bahía o si iba a Goya (Corrientes), Formosa, el sur, Mendoza

y nunca me pidieron una rendición. ¡Es una maravilla!”.

Sentada sobre un sillón y rodeada de numerosas macetas en la entrada de la vieja escuela abandonada que hoy la cobija cuando visita Bahía Blanca, hace un repaso de todos los lugares en los que trabajó desde que decidió entregarse por completo a Dios.

En Bahía, a la que cataloga como “ciudad bendecida” por su espíritu solidario, llegó a darles de comer a 7.000 personas entre chicos y grandes en las famosas ollas populares. Y después empezó a recorrer el país: pasó por el sur, por Mendoza, por Chaco, pero una de sus misiones más importantes fue y continúa siendo en Formosa, donde irrumpió en la vida de los pueblos originarios.

La pobreza extrema argentina

A paso lento y con una cruz colgando

sobre su pecho, Natty atraviesa dos puertas y llega a un cuarto repleto de casetes y papeles. Se sienta, enciende el televisor y le pide a uno de sus colaboradores que ponga “el video de Timotea”.

La videocasetera tarda unos minutos en cargar el material y al fin se ve a Natty unas décadas atrás sentada junto a la mujer aborigen y uno de sus hijos. Timotea apenas mira a la cámara mientras amamanta a un pequeño. Y Natty, con el tono de voz dulce y pausado que aún mantiene, dice que no es necesario ir al sur de África para ver la pobreza más extrema, porque también la tenemos acá.

Termina la grabación y Natty, emocionada, reconoce que lo hecho en Formosa con los pueblos originarios no es obra suya.

“Me quedé del otro lado de ese ser que ustedes conocían cuando tuve la muerte clínica. Yo soy solamente un recipiente, un instrumento de Dios. ¿Y por qué me eligió a mí? Porque era lo peor, para que se den cuenta de que era obra de Él”.

Sacar piojos. Curar a leprosos y gente

con sarna. Vivir en una carpa. Vacunar a personas y animales. Convivir con culturas muy diferentes y aceptar esas diferencias.

Lo que para muchos representa una utopía o algo imposible de lograr, para Natty es facilísimo. Para ella, la tarea más difícil la tiene el resto, que tiene que luchar por hacer las cosas bien en un mundo cada vez más complejo.

Dice que ella, en cambio, ya no pertenece a este mundo desde aquella experiencia en el quirófano. Se lanzó al vacío y al lanzarse ya no necesitó nada.

“Jesús te lo dice en el Evangelio: ‘Busca el reino de Dios y su justicia, y todo se te dará por añadidura’. Y la añadidura son los pobres, la gente que me critica, la gente que me ama, la gente que no entiende, todos. Tenés que vivir con esa añadidura y saber que todo te lo va a dar”.

A sus poco más de 80 años, Natty sigue manejando su camioneta y recorriendo el país. Pasa la mayor parte del tiempo en Formosa, donde levantó el

barrio Bahía Blanca; pero también visita otros puntos remotos de la Argentina y ayuda a personas de las comunidades originarias que, por cuestiones de salud, tienen que viajar a Buenos Aires y no saben cómo hacerlo.

Sigue acompañada de su equipo de siempre, encabezado por Zulema, Silvina y Florencia, y algunos más que se suman en el camino.

A otro ritmo pero con constancia, Natty sigue yendo a los lugares más inhóspitos con las mismas ganas y con más experiencia. Entiende que se trata de ir y amar a la gente por sobre todas las cosas, aceptando las diferencias que puedan aparecer.

“No se trata de querer que quieran lo que vos querés, sino de ir despacio, haciéndolos sentir personas. Es una tarea que va más allá que darles de comer. Poder brindarles un mimo, una caricia, es muy reconfortante. Entonces, no importa que no logres éxitos desde lo terrenal, como que todos vayan a la escuela; importa que sean felices”. ■

The advertisement is set against a vibrant yellow background. In the center, a woman with dark curly hair, wearing a purple shirt and a brown backpack with a yellow Lays bag, is talking to another woman in a blue and white striped shirt. Behind them, large white letters 'L' and 'S' are visible on a red background. The word 'Disfrutá' is written in large yellow letters at the bottom left. At the bottom, a row of various snack bags is displayed, including Lays, Doritos, Cheetos, and others. On the right side, there are two colored panels: a green one at the top with the word 'Compartí' in yellow, and a purple one at the bottom with the word 'Invitá' in yellow. Each panel has a small row of snack bags below the text.



RUBÉN ALFREDO MASÓN:

“LA COOPERATIVA ESTÁ ATRAVESANDO UNA DE SUS ETAPAS MÁS FECUNDAS”

Desarrollar una trayectoria centenaria que ha convertido a la Cooperativa Obrera en la principal organización de consumidores del país y con un importante reconocimiento nacional e internacional ha sido responsabilidad de dirigentes y empleados, cuya capacidad y esfuerzo no hubiera resultado suficiente sin el masivo respaldo de los consumidores.

Entre quienes contribuyeron al engrandecimiento de La Coope respetando los objetivos e ideales fijados por los fundadores y asumiéndolos como un verdadero compromiso está el contador Rubén Alfredo Masón (79), actual consultor institucional de la Cooperativa Obrera y la persona con más dilatada trayectoria en la entidad. Fundador en 1974 de “Familia Cooperativa”, revista de la cual fue su director durante 44 años.

-¿Cuándo se vinculó con la Cooperativa Obrera?

-En diciembre de 1961, pocas semanas después de recibirme de contador público y transitando los últimos días del servicio militar, los contadores Américo Malla y Francisco Muñiz, ex presidentes de la Cooperativa, me contactaron para ofrecerme el cargo de auditor externo, una función que merced a su iniciativa acababa de incorporarse al estatuto social. No dudé un instante en aceptar, ya que nací en una familia devota de La Coope, a la que desde muy chico mi madre me llevaba a hacer las compras. Comencé mi tarea profesional el 1º de febrero de 1962, desempeñándome como auditor-asesor durante más de 42 años y desde el 1º de noviembre de 2004 soy el consultor institucional. En resumen, he vivido muy de cerca casi seis de las diez décadas que se apresta a cumplir nuestra institución y hasta tuve la suerte de departir con varios de los visionarios

que el 31 de octubre de 1920 decidieron crearla, canalizando la preocupación de los consumidores por el precio abusivo de un elemento entonces tan vital para la mesa familiar como era el pan.

-¿Cuáles fueron los acontecimientos más importantes que lo tuvieron como uno de sus principales protagonistas?

-Realmente fueron muchos, pero citaré los más trascendentes: la inauguración en 1965 del primer supermercado con autoservicio del sur argentino; el diseño de un ambicioso plan de desarrollo en 1974; la apertura del primer hipermercado bahiense en 1996 y dos años más tarde del shopping que es orgullo de la ciudad; la devolución a sus asociados en moneda de origen de las deudas que la Cooperativa tenía en dólares en 2002, pese a la pesificación de obligaciones dispuesta legalmente; el reconocimiento tributario de la naturaleza del acto cooperativo a partir de 2005 en la provincia de Buenos Aires. También mi actuación en la entidad me permitió fundar y presidir la Asociación Intercooperativa Regional y durante varias décadas conducir la Federación Argentina de Cooperativas de Consumo y representarla en el seno de la Confederación Cooperativa de la República Argentina. También mi vocación cooperativista me llevó a ser profesor titular de las dos cátedras obligatorias sobre Economía Social que se dictan en la Universidad Nacional del Sur y a dar conferencias, cursos y seminarios en el país y en el extranjero. Y en el plano estrictamente personal, fue en la Cooperativa Obrera donde conocí a Mabel, con quien llevamos 53 años de matrimonio.

-¿Por qué considera que la Cooperativa

Obrera es una empresa exitosa?

-Porque sus dirigentes y funcionarios han demostrado a lo largo de toda su historia gran dosis de eficiencia, creatividad, innovación, adaptación y anticipación a los cambios, además de un enorme apego a los valores y principios de la doctrina cooperativista inspirada en las ideas de los Pioneros de Rochdale, fundadores de la célebre cooperativa de consumo inglesa. En este año de su centenario, la Cooperativa está atravesando una de las etapas más fecundas de su devenir histórico: su participación de mercado continúa creciendo mes a mes, sus resultados económicos están posibilitando devolver a cientos de miles de asociados muy interesantes retornos y su situación financiera luce más sólida que nunca.

-¿Cómo visualiza a La Coope en los próximos años?

-Seguramente su cadena de supermercados cooperativos seguirá expandiéndose geográficamente, para lo cual deberá estar siempre alerta evitando los peligros que puede implicar un superdesarrollo empresario. Y en lo institucional ese crecimiento hará necesario con el tiempo un esquema de regionalización que le permita llevar a cabo en cada territorio en los que preste sus servicios un accionar social y cultural similar al que en Bahía Blanca y otras ciudades le ha permitido convertirse en verdadero patrimonio de la comunidad. ■



Palmesano



www.palmesano.com

DESCUENTOS A BENEFICIARIOS DE LA TARJETA ALIMENTAR

Con la premisa de continuar brindando ayuda solidaria a las personas que más lo necesitan, la Cooperativa Obrera sumó su aporte a la política de complemento integral alimentario instrumentada por el gobierno nacional a través de la Tarjeta Alimentar, otorgando a los beneficiarios un 10 por ciento de descuento en la compra de una gran variedad de productos de la canasta familiar y un 15 por ciento en frutas y hortalizas.

Desde hace varios años la Cooperativa Obrera viene implementando esta política solidaria, por ende ya se están aplicando a todas las tarjetas sociales que recibe la entidad (Visa Alimentos, Visa Alimentar, Visa Anses, Mastercard Alimentaria, Cabal Incluir, Cabal 24 Anses, Plan Nacional de Seguridad Alimentaria, Confiable Alimentarias y Solidaria).

El descuento previsto para los citados artículos se instrumenta a medida que el gobierno vaya entregando las tarjetas en las distintas ciudades de toda la amplia región en la que La Coope cuenta con sucursales.

Los artículos comprendidos en el 10 por ciento de descuento que efectúa la



Cooperativa Obrera son los siguientes:

Azúcar, arroz, bebidas sin alcohol, aceite, conservas (frutas, hortalizas y legumbres), harinas de maíz y trigo, alimentos para celíacos, galletitas dulces y saladas, leche, yogur, manteca, panificados, pastas secas y frescas, yerba, café, té, mate cocido y productos secos de almacén.

Asimismo, se instrumenta idéntico descuento en todos los alimentos y bebidas sin alcohol de las marcas propias Cooperativa, Ecoop, Sombra de Toro y Primer Precio.

Están excluidos de los descuentos los productos comprendidos en Precios Cuidados y en La Canasta de La Coope,

así como tampoco aplican sobre carnes y pescados.

La Tarjeta Alimentar, que es entregada por el gobierno nacional por etapas en cada una de las provincias argentinas, está destinada a personas que cobran la Asignación Universal con hijas e hijos de hasta 6 años inclusive, embarazadas a partir de los 3 meses que cobren la Asignación por Embarazo para Protección Social y personas con discapacidad que perciban la Asignación Universal por Hijo, sin límite de edad.

La implementación de la tarjeta depende del Ministerio de Desarrollo Social de la Nación, dentro del marco del Plan Argentina contra el Hambre, apunta a representar un complemento integral alimentario y no suplanta a la Asignación Universal por Hijo ni a ninguna política existente.

El gobierno nacional la recarga el tercer viernes de cada mes y no sirve para extraer dinero en efectivo, ya que solo puede ser usada para la compra de alimentos de la canasta básica, excluyendo bebidas alcohólicas. ■

ASAMBLEAS EN 39 DISTRITOS

A partir del miércoles 1 de este mes comenzarán a celebrarse las asambleas que deben elegir a los 120 delegados titulares y otros tantos suplentes que participarán el sábado 27 de junio de la asamblea ordinaria de la Cooperativa Obrera.

El Consejo de Administración convocó a los asociados de la entidad a estas asambleas, cuyo detalle y condiciones pueden consultarse en los anuncios colocados en todos los supermercados y en las distintas oficinas administrativas de la entidad.

A continuación anticipamos el cronograma de las asambleas de distrito previstas para los meses de abril y mayo.

• **Miércoles 1 de abril, a las 16:** Azul

y Villa Regina.

• **Viernes 3 de abril, a las 15:** Zapala.

• **Martes 7 de abril, a las 16:** Pedro Luro, Olavarría, Mar del Plata y Choele Choel.

• **Miércoles 8 de abril, a las 16:** Lobería y Necochea.

• **Jueves 16 de abril, a las 16:** Allen, Coronel Dorrego y General Roca.

• **Viernes 17 de abril, a las 16:** Coronel Pringles.

• **Miércoles 22 de abril, a las 16:** General Pico y Tornquist.

• **Jueves 23 de abril, a las 16:** Santa Rosa y Benito Juárez.

• **Viernes 24 de abril, a las 14:** Viedma. **A las 16:** Bolívar.

• **Martes 28 de abril, a las 16:** 9 de Julio.

• **Jueves 30 de abril, a las 16:** General

La Madrid, Trenque Lauquen y Coronel Suárez.

• **Jueves 7 de mayo, a las 16:** Neuquén.

• **Viernes 8 de mayo, a las 16:** Cutral Có y Guatraché.

• **Sábado 9 de mayo, a las 15:** Punta Alta.

• **Jueves 14 de mayo, a las 16:** Cipolletti y Plottier.

• **Viernes 15 de mayo, a las 16:** Tres Arroyos, Pehuajó y General Villegas.

• **Jueves 21 de mayo, a las 16:** Río Colorado, Pigüé y Laprida.

• **Viernes 22 de mayo, a las 15:** Monte Hermoso. **A las 16:** General Acha y Cinco Saltos.

• **Sábado 30 de mayo, a las 14:** Bahía Blanca. ■

NUEVA

Imperial
Especialidades

AMBER LAGER

— LATA —



SABER TIENE SU RECOMPENSA

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

NUEVA SUCURSAL DE LA COOPE EN CHOS MALAL

El pasado 18 de marzo quedó inaugurada en Chos Malal la sucursal 132 de la Cooperativa Obrera, el segundo local que la entidad abre en pocos meses en la citada ciudad neuquina.

La nueva boca de expendio está ubicada en General Paz 365 y cuenta con una superficie de 608 metros cuadrados, con atención personalizada en las áreas de carnicería y hogar (línea blanca y colchones).

Cuenta con una dotación de 23 personas y estará abierta de lunes a viernes de 9 a 13 y de 17 a 21.30, y los sábados de 9 a 21.30, mientras que atenderá domingo por medio coordinando la actividad con la sucursal 131, inaugurada el 15 de noviembre del año pasado.

La apertura de las dos sucursales en Chos Malal permitió la continuidad laboral de 44 empleados que venían prestando servicios en el anterior supermercado, hecho que había sido destacado por el intendente municipal chosmalense Víctor Hugo Gutiérrez.

“La instalación de una empresa de la economía social significa crecimiento



para la comunidad. La Cooperativa Obrera no sólo brinda alternativas desde lo económico sino también en el aspecto social, por lo que es sumamente positivo

el hecho que una empresa diferente haya tomado la decisión de radicarse aquí”, sostuvo el jefe comunal. ■

CÍRCULO DE CONSUMIDORES

Conforme los hechos de público y notorio conocimiento, las recomendaciones de organismos internacionales en referencia al Coronavirus (COVID-19) y en el marco de las medidas preventivas emitidas por las autoridades del Ministerio de Salud de la Nación, la Cooperativa Obrera resolvió postergar el inicio de las reuniones previstas para este mes por el Círculo de Consumidores.

Dependiendo de la evolución de la problemática en el panorama local, regional y nacional, la entidad comunicará cómo y cuándo se efectuarán dichas actividades. ■

INTERVENCIÓN ARTÍSTICA EN AZUL

En el marco de V Jornadas “Mujeres en Acción”, organizadas por la Asociación Empleados de Comercio del Azul para conmemorar el Día Internacional de la Mujer, la artista azuleña Laura Paterno realizó una intervención en la sucursal 20 de la Cooperativa Obrera que consistió en una pintura en vivo.

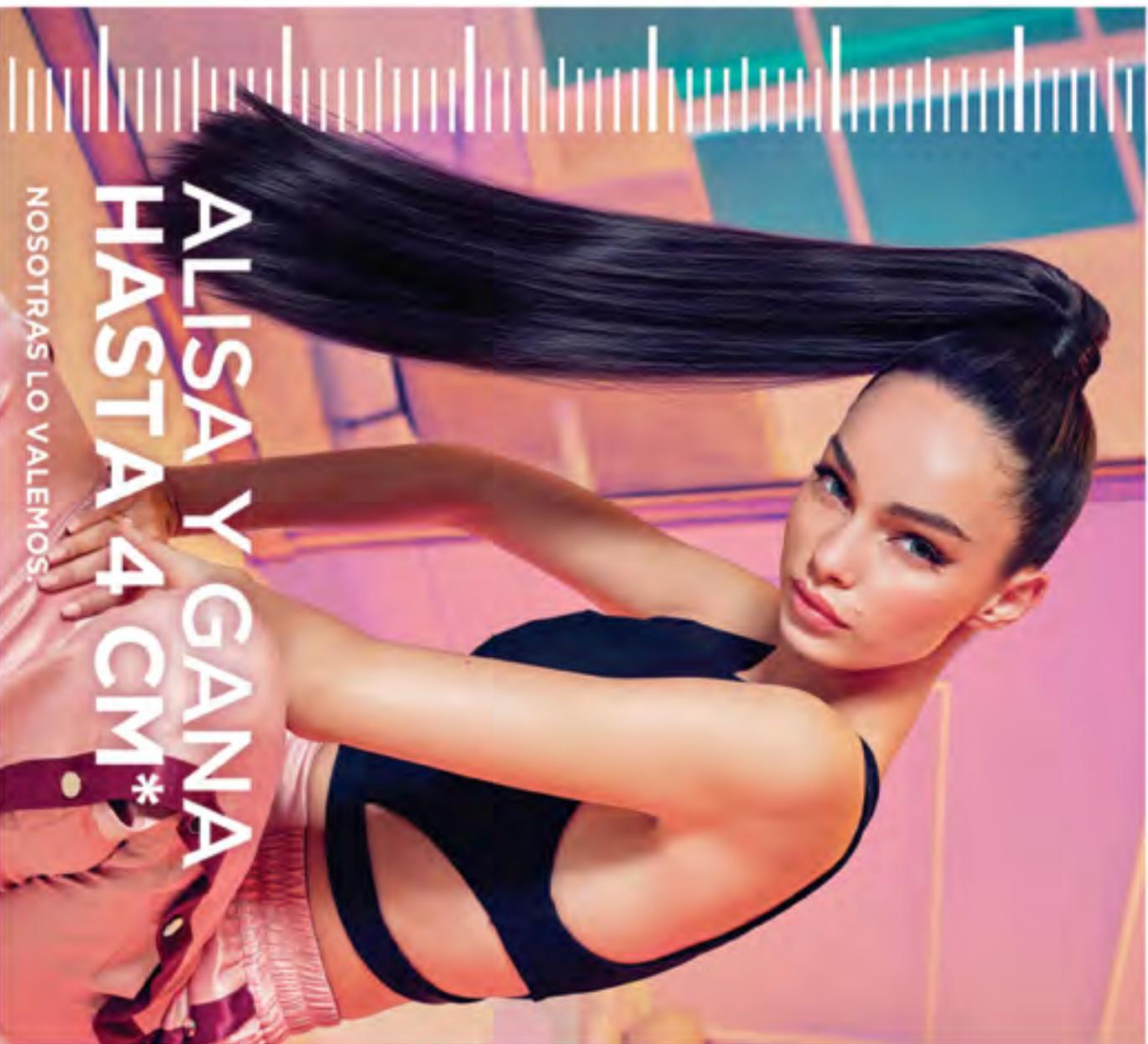
Sobre la obra, que es una ilustración basada en la canción Bird del grupo The Knife, la autora expresó que tiene como mensaje el hecho de que “no hay que perder la emoción de seguir volando siempre, aunque las cosas vayan mal. Si se pierde eso, se pierde todo”.

Cabe señalar que Laura Paterno es una artista que se mueve en diferentes planos de la creación como dibujo, pintura, maquillaje, vestuario, fotografía, realización de cortometrajes, animaciones, obras de teatro, entre otras.

El cuadro se expuso en el mencionado local de la Cooperativa Obrera, ubicado

en avenida Piazza entre Constitución e Islas Malvinas y cuyo encargado es Carlos Hansen, donde se instaló una urna para que los consumidores depositaran sus cupones para participar del sorteo de la obra. ■





ALISA Y GANA
HASTA 4 CM*

NOSOTRAS LO VALEMOS.

L'ORÉAL
PARIS

ELVIVE

*Dream long
Liss*

FRIZZ CONTROLADO
HASTA POR 72 HS*



*Test instrumental usando Shampoo + Acondicionador + Crema para peinar + Alisado con cepillado. Los resultados pueden variar de un individuo a otro.

VIETNAM, EL PAÍS QUE SE TRANSFORMÓ PARA CRECER

Situado en el sudeste asiático y con una población estimada en 90 millones de habitantes, Vietnam es el país que más conflictos bélicos vivió en la segunda mitad del siglo XX. Sin embargo, supo dejar atrás esa triste página de su historia y comenzó un rápido proceso de crecimiento que lo convirtió en una potencia económica regional.



Conocido por sus playas, ríos, pagodas budistas y ciudades desbordantes, Vietnam representa hoy uno de los países asiáticos más atractivos para el turismo mundial.

Desde la reunificación de Vietnam del Norte y Vietnam del Sur suscitada en 1976, su capital es Hanoi, ciudad que rinde homenaje al líder icónico de la época comunista de la nación, Ho Chi Minh, con un enorme mausoleo de mármol.

A la hora de recorrerla hay que incluir el caótico Barrio Antiguo, donde las calles estrechas apenas conservan el orden debido al comercio, templos como el Bach Ma, que honra a un caballo legendario, y el mercado Dong Xuan, que vende productos domésticos y comida callejera.

Otros sitios característicos incluyen la Pagoda del Pilar Único, un pequeño templo sobre un pilar de piedra, y el Templo de la Literatura del siglo XI, que alguna vez albergó una academia confuciana.



La ciudad de Ho Chi Minh (antiguamente Saigón) tiene sitios coloniales franceses, junto con museos de historia de la

Guerra de Vietnam y los túneles de Cu Chi, que se extienden por cientos de kilómetros y que no solo usaron los soldados del Viet Cong para ofrecer resistencia a la ofensiva de las tropas de Estados Unidos, sino que ayudaron al éxito militar vietnamita.

La flora y la fauna nativas se pueden observar en la Reserva de la Biosfera Can Gio, un bosque de mangles situado en la desembocadura del río Saigón mientras que resulta indispensable visitar la bahía de Ha-Long, en el noreste de Vietnam, conocida por sus aguas color esmeralda y sus miles de altas islas de piedra caliza con selvas tropicales en sus cimas.

Finalmente merece recorrerse Hoi An, ciudad costera conocida por su conservado centro antiguo y sus canales, cuya historia como crisol de culturas se ve reflejada en su arquitectura, una auténtica mezcla de eras y estilos. ■

PRIME®

Cumplí tus Fantasías



f /PrimeArgentina

t /PrimeArgentina

g+ /PrimeArgentina

www.prime.com.ar

Lee atentamente las instrucciones de uso. Ante la menor duda consulte a su médico.

UNA VENTANA A LA REALIDAD

PANORAMA

LUNES A VIERNES DE 6,30 A 10 HS.



CONDUCCIÓN:
JOSÉ MARÍA PAZ

Participan: Juan Ignacio Schwerdt
Romina Farias - Norman Fernandez
Rafael Emilio Santiago - Juan Pablo Gorbal
Moviles: Danilo Belloni - Pablo Pascual
Actualidad Internacional: Dr. Andrés Cisneros
Congreso: Sergio Crivelli
Legislatura bonaerense: Ricardo Salas
Economía: Lic Oscar Liberman - Lic Francisco Rinaldi
Deportes: Juan Carlos Meschini - Victor Hugo Zelaya



RADIO
BAHÍA
BLANCA
AM 840

LA COMPETICIÓN DE LAS VERDURAS

Una buena alimentación es imprescindible para que los niños/as crezcan sanos y fuertes, por lo que más allá de que a veces se cierran a comer un alimento, deben intentar al menos probarlo ya que para su organismo resultan necesarios. Este cuento corto de la escritora Irene Hernández intenta que comprendan, de manera divertida, lo importante que resulta comer frutas y verduras.

Tomatito y Zanahorio eran 2 amigos que siempre y en toda circunstancia estaban muy alegres y contentos.

Día tras día iban a casa de todos y cada uno de los pequeños a llevarles un montón de tomates y zanahorias, por el hecho de que les encantaba comérselos a cualquier hora del día.

Tomatito y Zanahorio eran la envidia de todas las otras verduras y hortalizas. Ninguna otra familia de verduras lograba que los pequeños se emocionasen tanto en el momento de comérselas.

—Miren, ahí van Tomatito y Zanahorio con sus carretas llenas de tomates y zanahorias para repartir. Ojalá los pequeños me hicieran tanto caso a mí y a mis espárragos, afirmó Don Espárrago.

Un día, mientras estaban un montón de verduras reunidas, apareció Doña Papa.

—¿Qué les pasa a todos? ¿A qué vienen esas caras tan tristes?, preguntó Doña Papa.

—Los pequeños no nos hacen caso. Cuando vamos a sus casas no nos quieren. Solo se alegran cuando Tomatito y Zanahorio les llevas sus ricos tomates y sus enormes zanahorias, respondieron las verduras.

Doña Papa, que era una señora muy mayor y también inteligente y a la que los pequeños respetaban mucho les dijo:

—¡Se me ocurrió una idea! Tengo un truco a fin de que se den cuenta de lo rico y bueno que son para su nutrición.

Entonces, Doña Papa puso manos a la obra y preparó una competición de verduras en la que todos probarían sus cualidades.

Todas y cada una de las verduras participaron: espárragos, brócolis, coliflores, arvejas, cebollas, calabazas, alcauciles y asimismo los tomates y las zanahorias.

La competición empezó y en ella todas y cada una de las verduras debían explicar a los pequeños cuáles eran las cosas buenas que lograrían si las comían.

—Yo llevo por nombre Brócoli y soy una verdura completísima, llena de vitaminas que les va a suministrar mucha energía para crecer y ser buenos estudiantes.

—Yo llevo por nombre Alcaucil y soy una verdura que va a hacer que sus corazones



resulten realmente fuertes y resistentes para ser buenos atletas.

Y de esta manera, todas y cada una de las verduras explicaron sus cualidades, aunque los pequeños chiflaron a todas y cada una de las verduras.

—¡¡Buuuuu!! ¡¡Buuuuu!! ¡Nosotros solo deseamos comer verduras ricas y ustedes no nos agradan nada!, chillaban los pequeños.

Pero Doña Papa, que era tan querida por todos, tenía un plan. Había preparado recetas muy ricas utilizando sus papitas y el resto de las verduras.

Por un lado, hizo un puré de papas con brócoli y zanahorias que estaba para chuparse los dedos; por otro, preparó un plato de espárragos con jamón, y también cocinó arroz con tomate y salchichas, una tortilla de calabaza, cebolla y papas, y un montón de cosas más.

Después les tapó los ojos a todos y cada uno de los pequeños y les dio a probar todos los platos.

—¡¡Uhhmm!! ¡Qué puré más rico! Creo que es de papa y zanahoria, pero tiene algo más que me agrada mucho, afirmó uno de los pequeños.

— ¡Esta tortilla está muy, muy rica!, señaló otro.

Todos y cada uno de los pequeños

probaron los platos que Doña Papa había preparado y debieron votar sus preferidos.

—¡Yo voto al puré! ¡Yo a la tortilla!, gritaban todos a la vez.

Cuando Doña Papa les enseñó qué era lo que habían probado, la mayor parte de los pequeños no lo podía creer.

—¡Eso es imposible! ¡Si odio el brócoli!, dijo un pequeño.

—¡Y los espárragos!, reconoció otro.

Y Doña Papa, que sabía que con su pequeño engaño les probaría que con imaginación todo era posible, les dijo:

—Es fundamental que coman todas y cada una de las verduras que puedan y no solo tomate, zanahoria o papa.

Hay mil formas de comerlas y siempre y en todo momento las pueden entremezclar con otras que les agraden más, para lograr sabores tan ricos como los que hayan probado el día de hoy.

¡Es solo cuestión de imaginación!

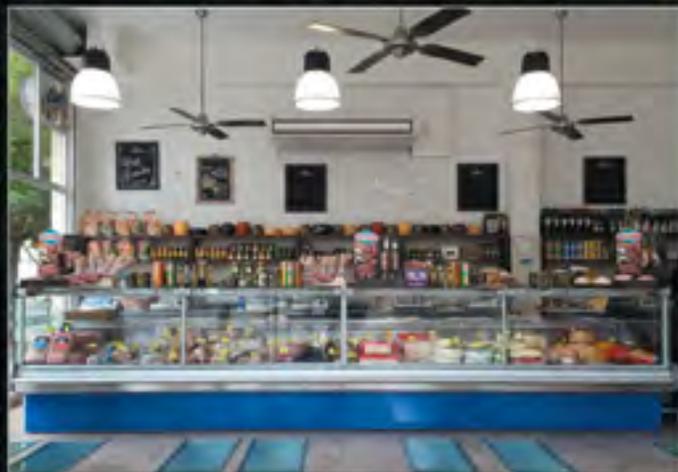
Desde ese día, los pequeños se animaron a probar otras cosas y Tomatito y Zanahorio llenaron sus carretillas con un montón de verduras de diferentes colores y sabores.

Todas y cada una de las verduras vivieron felices sabiendo que los pequeños se estaban nutriendo tan bien que crecerían realmente fuertes y también inteligentes. ■

Styling & Refrigeration

arneg

ARGENTINA S.A.



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



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

Colgate

Cuando me preguntan
por mi novia,
yo sonrío.

Sigue sonriendo

IDEAS EN ACCIÓN



Los experimentos y actividades científicas permiten a los niños y adolescentes desarrollar su creatividad e iniciativa, agudizar su sentido crítico y darle una mayor significación al aprendizaje de las ciencias naturales.

Por tal motivo, la intención es que a través de experiencias totalmente prácticas y mediante la utilización de materiales sencillos y sin riesgo

alguno de accidentes, afirmen y profundicen sus conocimientos teóricos.

Cabe destacar que más allá de que es recomendable la supervisión o ayuda de un adulto, las actividades se han programado de manera tal que los niños puedan realizarlas por sí mismos, adoptando las debidas precauciones de cada caso. ■

Evaporación por dentro y por fuera

Tema: Evaporación e insolación

NECESITAS:

- Dos platos iguales.
- 1/4 litro de agua.
- Una cuchara sopera.

1) Vacía dos cucharadas de agua en cada plato.

2) Exponé uno de los platos al sol.

3) Colocá el otro plato a la sombra.

4) Esperá una hora.



5) Observá los resultados.

QUÉ SUCEDIÓ

El agua en el plato al sol se evaporó más rápidamente que la protegida por la sombra. En una estación meteorológica hay evaporímetros o evaporógrafos, para medir y registrar cantidades de agua evaporada: Los que están expuestos directamente al sol (a la intemperie), registran más evaporación del agua que los instalados al abrigo meteorológico (a la sombra).

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

NUEVOS
SABORES

Disfrutá el placer
de lo natural



sin Conservantes
Fuente de
vitamina C
sin Azúcar



En cada familia, hay una jarra Arcor