

familia
COOPERATIVA

AÑO XL
DICIEMBRE 2013 #337

POR UNA VIDA MEJOR

LAS 7 REGLAS DE PARACELSO



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



Momentos Mágicos

Año XL
DICIEMBRE 2013
#337

familia
COOPERATIVA

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

Reg. Propiedad Intelectual
Nro. 5.072.505

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

Director:
Cr. Rubén A. Masón

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

**Preprensa
e Impresión:**
Artes Gráficas
Rioplantense S.A.

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

Tirada mensual:
70.000 Ejemplares



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

EL PAPA FRANCISCO CON LAS COOPERATIVAS

Distintas encíclicas vaticanas han hecho referencias expresas al cooperativismo y a las cooperativas, pero en esta oportunidad es destacable un par de recientes acontecimientos: la audiencia concedida por el Papa a las autoridades de la Alianza Cooperativa Internacional –gestionada por el movimiento cooperativo argentino– y el mensaje enviado, a través del presidente del Pontificio Consejo “Justicia y Paz”, a la Conferencia Global organizada por la ACI en Ciudad del Cabo.

En su anterior condición de arzobispo de Buenos Aires, el Papa Francisco subrayó reiteradamente la importancia de la solidaridad y expresó que la actividad económica “porque es humana, debe ser articulada e institucionalizada éticamente”. Y tanto en su visita de julio a Brasil como en el citado encuentro en Roma con la delegación cooperativista, el Sumo Pontífice puso de manifiesto su vocación de trabajar por la cultura de la solidaridad, la fraternidad y la justicia social.

El mensaje del cardenal Peter Turkson a quienes se congregaron en Sudáfrica remarcó “el especial interés que el Santo Padre Francisco experimenta por el trabajo de las cooperativas”, recordando “la simpatía con que la Iglesia católica ha siempre considerado el desarrollo del movimiento cooperativo”.

“El movimiento cooperativo –agrega– está particularmente dotado, por su naturaleza, para afrontar los diversos desafíos que la vida económica presenta a las personas y las comunidades. Se ha llegado incluso a señalar que la amplia difusión del modelo cooperativista, que siempre ha sabido reaccionar en los tiempos de crisis, debe ser incluido en esta fase de transición hacia un nuevo modelo social y de mercado que no sea dominado por la voraz búsqueda de la ganancia”.

En otro de sus sustanciales pasajes, el mensaje del cardenal Turkson expresa que la observancia de los principios cooperativos constituye “un valioso aporte a la construcción de la democracia, al favorecer de modo explícito el principio de la participación; una importante contribución a la superación de la pobreza, que identifica las necesidades más urgentes de las personas y las promueve como protagonistas de su propio desarrollo; y una invaluable contribución al establecimiento de la paz, al favorecer las relaciones de colaboración entre movimientos cooperativos en las distintas regiones”.

Cooperativa Obrera Ltda.

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

ADMINISTRACIÓN

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

SUCURSALES EN BAHIA BLANCA

HIPERMERCADOS

AGUADO (28): Guatemala 533,
Tel. 456-5565

SHOPPING (42):
Sarmiento 2153,
Tel. 456-6066

MACROCENTRO

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

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

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

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

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

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

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

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

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

BARRIOS Y VILLAS

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

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

B° PACÍFICO (35):
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):
Almafuerte 2544,
Tel. 488-6002

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

B° SAN MARTÍN (9):

Brickman 882, Tel. 455-9596

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

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

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

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

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

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

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

LOCALIDADES CERCANAS

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

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

SUCURSALES EN OTRAS CIUDADES

PROVINCIA DE BUENOS AIRES

AZUL: (20) Av. Piazza 1101,
Tel. (02281) 43-3933 ///

(56) Av. 25 de Mayo 1272,
Tel. 43-2276

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

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

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

491-8122

CORONEL DORREGO (22):
Av. San Martín 274, Tel. (02921)

45-3338

CORONEL PRINGLES:
(29) Pellegrini 771, Tel. (02922)

46-4812 /// **(47)** Av. 25 de
Mayo 1565, Tel. 46-3311 ///

(48) Mitre 999, Tel. 46-5294

CORONEL SUÁREZ: (26) Av.
Casey 1414, Tel. (02926)

42-2120 /// **(86)** Av. San Martín
477, Tel. 42-1428

GENERAL LA MADRID: (55)
Azcuénaga 638, Tel. (02286)

42-1140 /// **(87)** Mitre 551, Tel.
42-0531

GENERAL VILLEGAS (78):
Castelli 589, Tel. (03388)

42-4931

HENDERSON (94): Florida 537,
Tel. (02314) 45-1570

LAPRIDA (97): Av. San Martín
980, Tel. (02285) 42-1160

MAR DEL PLATA: (92) Av.
Fortunato de la Plaza 3471,
Tel. (0223) 484-1800 /// **(93)**

Av. Constitución 6563/81, Tel.
479-6621

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

491-7688

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

MONTA HERMOSO: (85) Av.
Patagonia 145, Tel. (02921)

48-2308 /// **(98)** Av. Majluf 798,
Tel. 48-2255

NECOCHEA: (38) Av. 59 N°
1202, Tel. (02262) 43-7900 ///

(39) Av. 58 N° 3059,
Tel. 42-6256

OLAVARRÍA: (36) Av. Pringles

4461, Tel. (02284) 42-4757

/// **(37)** Necochea 3203, Tel.

42-2287 /// **(59)** Rivadavia

1751, Tel. 42-4983

PEDRO LURO (14): Calle 1
N° 1031, Tel. (02928) 42-0118

PEHUAJÓ (106): Alsina 253,
Tel. (02396) 47-0833

PIGÜÉ (21): Belgrano y
Humberto 1°, Tel. (02923)

47-5680

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

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

43-2709

PUNTA ALTA: (17) Sáenz Peña
467, Tel. (02932) 42-1000 ///

(19) Brown 128, Tel. 42-5052 ///

(34) Roca 2475, Tel. 43-5526

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

49-7131

TORNQUIST (41): España 144,
Tel. (0291) 494-0739

TRENQUE LAUQUEN (104): Av.
Rgto. 3 de Caballería 829/853.

Tel. (02392) 41-5854/56

TRES ARROYOS: (27) Av. Moreno
745, Tel. (02983) 43-0749 ///

(30) Colón 33,
Tel. 43-2005 /// **(45)** Av.

Belgrano 838, Tel. 42-1010

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

42-2033

PROVINCIA DE LA PAMPA

GENERAL ACHA (52): Don
Bosco 582, Tel. (02952)

43-2152

GENERAL PICO (75): Calle 1
n° 698 (Oeste), Tel. (02302)

42-1816

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

SANTA ROSA: (67) Trenel 1735,
Tel. (02954) 42-7979 ///

(76) Roque Sáenz Peña 899,
Tel. 42-6244

PROVINCIA DE RÍO NEGRO

ALLEN: (79) San Martín 454,
Tel. (0298) 445-1766 /// **(80)**

Av. Roca 585, Tel. 445-3434 ///

(107) Jujuy 8, Tel. 445-3611

CATRIEL (105): Av. San Martín

516, Tel. (0299) 491-2131

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

CHOELE CHOEL: (66)
Avellaneda 872, Tel. (02946)

44-3434 /// **(101)** Avellaneda
962, Tel. 44-3400

CINCO SALTOS: (58) Av. Roca
998, Tel. (0299) 498-2817 ///

(83) Av. Cipolletti 210, Tel.
498-2799

CIPOLLETTI (65): Brentana 621,
Tel. (0299) 477-5494

GENERAL FERNÁNDEZ ORO:
(81) San Martín 22, Tel. (0299)

499-6197 /// **(82)** Mitre 419, Tel.
499-6348

GENERAL ROCA: (60) Tucumán
1330, Tel. (0298) 442-7547

/// **(61)** Tucumán 330, Tel.
442-9294 /// **(62)** Av. La Plata

402, Tel. 442-8645

INGENIERO HUERGO (74):
Av. Colón 928, Tel. (0298)

448-1605

LAMARQUE (102):
Rivadavia 412, Tel. (02946)

49-7597

LUIS BELTRÁN (103):
Avellaneda 710, Tel. (02946)

48-0094

RÍO COLORADO (43): Av. San
Martín 879, Tel. (02931)

43-0135

VIDEIA (77): Av. Saavedra
1455, Tel. (02920) 42-7466

VILLA REGINA: (63) Av.
Rivadavia 150, Tel. (0298)

446-2222 /// **(64)** Las Heras
295, Tel. 446-5488

PROVINCIA DEL NEUQUÉN

CENTENARIO: (69) Honduras
1111, Tel. (0299) 489-1829 ///

(70) Ing. Ballester 740, Tel.
489-1495 /// **(71)** San Martín

245, Tel. 489-0747 /// **(72)**
Perú 310, Tel. 489-1389 ///

(73) El Salvador 1607, Tel. 489-9040
/// **(95)** Canadá 835, Tel.

489-8887 /// **(96)** Ing. Ballester
383, Tel. 489-4710

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

PARACELSO: UN LEGADO CADA VEZ MÁS VIGENTE

Contemporáneo de Copérnico, Lutero y Leonardo da Vinci, también Paracelso (1493-1541) propició el salto de la Edad Media al mundo moderno. Su obra se expresa en siete reglas en las que no sólo hace hincapié en la necesidad de ser mejores personas, sino en el cuidado de la salud y en la confianza en la vida, así como en el valor de conectarse con el interior, de los pensamientos positivos, de la discreción y del silencio. **Pág. 6-8**



ATENCIÓN AL CONSUMIDOR

TELEFONO: 0800-333-3443

E-MAIL: holacooperativa@cooperativaobrero.com.ar



Paracelso: un legado
cada vez más vigente **6-8**

Los problemas
de pareja **10**

La margarita, entre el jardín
y las connotaciones amorosas **12**

TVP: el síndrome
de la clase turista **14**

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

Pan dulce: un clásico
navideño de origen milanés **18-20**

María Belén Kraser y su
amor por General Cerri **22-23**

Noticias de la Cooperativa **24-31**

Potrero de los Funes,
ideal para un
descanso reparador **32**

Coopegrilla
y Humor **34**

PAN DULCE: UN CLÁSICO NAVIDEÑO DE ORIGEN MILANÉS

Nacido hace más de seis siglos en Milán, donde se lo bautizó como panettone, el pan dulce –así denominado en los países de habla hispana– se ha constituido por tradición en habitual integrante de las mesas de Navidad y Año Nuevo. **Pág. 18-20**



MARÍA BELÉN KRASER Y SU AMOR POR GENERAL CERRI

Doctoranda en Geografía y poseedora de un currículum que no deja de sorprender, esta cerrense de 30 años que representa a nuestro país en la red de Jóvenes Líderes Iberoamericanos aboga porque la sociedad recupere valores y preserve su patrimonio histórico y cultural. **Pág. 22-23**

PARACELSO

UN LEGADO CADA VEZ MÁS VIGENTE



Contemporáneo de Copérnico, Lutero y Leonardo da Vinci, también Paracelso (1493-1541) propició el salto de la Edad Media al mundo moderno. Su obra se expresa en siete reglas en las que no sólo hace hincapié en la necesidad de ser mejores personas, sino en el cuidado de la salud y en la confianza en la vida, así como en el valor de conectarse con el interior, de los pensamientos positivos, de la discreción y del silencio.

Hace casi 500 años, Philippus Aureolus Theophrastus Bombastus von Hohenheim, o simplemente Paracelso, médico, alquimista y astrólogo suizo redactó siete reglas para disfrutar y poner en práctica, que resumen su vida, obra y pensamiento.

Hijo de un médico al que acompañaba en sus visitas a enfermos, tras estudiar artes liberales se tituló de doctor y, de acuerdo con las costumbres, latinizó su nombre utilizando Paracelso, o sea "similar a Celso", médico romano del siglo I.

Posteriormente llevó a cabo una larga peregrinación que duró 12 años, fundamentalmente por Europa, Asia Menor y Egipto, en la que expuso sus críticas a la creencias escolásticas acerca de que las enfermedades eran motivadas

por desequilibrios de los humores o de los fluidos corporales. Su teoría se centraba en que procedían del exterior, por lo que creó distintos medicamentos de origen mineral, con los que, según su opinión, el cuerpo podría defenderse.

A pesar de que logró identificar las características de enfermedades como el bocio y la sífilis, su continuo vagar le valió el mote de "médico maldito", debido a que no podía prolongar demasiado sus estancias en un lugar, porque una vez que se corría la voz de que un forastero apelaba a formas extrañas para curar, el rechazo de sus pares no se hacía esperar. Al recibir presiones de todo tipo, incluso físicas, no le quedó otra alternativa que desandar caminos en busca de nuevos horizontes y, de tal manera, volver a empezar una

y otra vez.

Pese a que vivió menos de 48 años, Paracelso se constituyó en una de las figuras más destacadas en la historia de la medicina, revelándose contra la observancia a ultranza de la autoridad tradicional. Ese cuestionamiento a los textos clásicos y a la rígida enseñanza de aquella época, lo expresó a través de una postura más experimental, teniendo en cuenta el saber popular.

Famoso por sus curas milagrosas, impulsó a sus muchos seguidores a centrar los tratamientos médicos en la acción libre de los procesos naturales y merced a su gran conocimiento de la química empírica, introdujo alternativas novedosas, basadas en sustancias como el plomo y el mercurio.



Pero más allá de que con su Gran Libro de la Cirugía cobrara aún mayor notoriedad, su legado más trascendente fueron las Siete Reglas, sencillas y fáciles de seguir, aunque no por eso exentas de una innegable sabiduría.

Las 7 Reglas de Paracelso

1ª. Lo primero es mejorar la salud. Para ello hay que respirar con la mayor frecuencia posible, honda y rítmica, llenando bien los pulmones, al aire libre o asomado a una ventana. Beber diariamente, en pequeños sorbos, dos litros de agua, comer muchas frutas, masticar los alimentos del modo más perfecto posible, evitar el alcohol, el tabaco y las medicinas, a menos que estuvieras por alguna causa

grave sometido a un tratamiento. Bañarte diariamente es un hábito que debes a tu propia dignidad.

2ª. Desterrar absolutamente de tu ánimo, por más motivos que existan, toda idea de pesimismo, rencor, odio, tedio, tristeza, venganza y pobreza. Huir como de la peste de toda ocasión de tratar a personas maldicientes, viciosas, ruines, murmuradoras, indolentes, chismosas, vanidosas o vulgares e inferiores por natural bajeza de entendimiento o por tópicos sensualistas que forman la base de sus discursos u ocupaciones. La observancia de esta regla es de importancia decisiva: se trata de cambiar la espiritual textura de tu alma. Es el único medio de cambiar tu destino, pues éste depende de nuestros actos y pensamientos. El azar no existe.

3ª. Haz todo el bien posible. Auxilia a todo desgraciado siempre que puedas, pero jamás tengas debilidades por ninguna persona. Debes cuidar tus propias energías y huir de todo sentimentalismo.

4ª. Hay que olvidar toda ofensa, más aún: esfuérzate por pensar bien del mayor enemigo. Tu alma es un templo que no debe ser jamás profanado por el odio. Todos los grandes seres se han dejado guiar por esa suave voz interior, pero no te hablará así de pronto, tienes que prepararte por un tiempo; destruir las superpuestas capas de viejos hábitos, pensamientos y errores que pesan sobre tu espíritu, que es divino y perfecto en sí, pero impotente por lo imperfecto del vehículo que le ofreces hoy para manifestarse, la carne flaca.

5ª. Debes recogerte todos los días en



No son pocos los que afirman que el emblemático número 7 simboliza el estado de totalidad, mientras la Biblia lo considera "el número perfecto".

Además de las Reglas de Paracelso, siete son los días de la semana, los sacramentos, la cantidad de mares, los días que Dios tardó para hacer el mundo,

los planetas antiguos, las maravillas del mundo, los colores del prisma y del arco iris, las notas musicales, las virtudes, las vidas de los gatos, las bienaventuranzas, los pecados capitales, las leyes espirituales del éxito, los dioses de la fortuna y los enanitos de Blancanieves, por citar sólo algunos ejemplos.

donde nadie pueda turbarte, siquiera por media hora, sentarte lo más cómodamente posible con los ojos medio entornados y no pensar en nada. Esto fortifica enérgicamente el cerebro y el espíritu y te pondrá en contacto con las buenas influencias. En este estado de recogimiento y silencio, suelen ocurrirnos a veces luminosas ideas, susceptibles de cambiar toda una existencia. Con el tiempo todos los problemas que se presentan serán resueltos victoriosamente por una voz interior que te guiará en tales instantes de silencio, a solas con tu conciencia. Ese es el daimón del que habla Sócrates.

6ª. Debes guardar absoluto silencio de todos tus asuntos personales. Abstenerse, como si hubieras hecho juramento solemne, de referir a los demás, aún a tus

más íntimos, todo cuanto pienses, oigas, sepas, aprendas, sospeches o descubras. Por un largo tiempo, al menos, debes ser como casa tapiada o jardín sellado. Es regla de suma importancia.

7ª. Jamás temas a los hombres ni te inspire sobresalto el día de mañana. Ten tu alma fuerte y limpia y todo te saldrá bien. Jamás te creas solo ni débil, porque hay detrás de ti ejércitos poderosos, que no concibes ni en sueños. Si elevas tu espíritu no habrá mal que pueda tocarte. El único enemigo a quien debes temer es a ti mismo. El miedo y desconfianza en el futuro son madres funestas de todos los fracasos, atraen las malas influencias y con ellas el desastre.

Si estudias atentamente a las personas de buena suerte, verás que intuitivamente

observan gran parte de las reglas que anteceden. Muchas de las que allegan gran riqueza, muy cierto es que no son del todo buenas personas, en el sentido recto, pero poseen muchas virtudes que arriba se mencionan. Por otra parte, la riqueza no es sinónimo de dicha. Puede ser uno de los factores que a ella conduce, por el poder que nos da para ejercer grandes y nobles obras; pero la dicha más duradera sólo se consigue por otros caminos; allí donde nunca impera el antiguo Satán de la leyenda, cuyo verdadero nombre es el egoísmo. Jamás te quejes de nada, domina tus sentidos; huye tanto de la humildad como de la vanidad. La humildad te sustraerá fuerzas y la vanidad es tan nociva, que es como si dijéramos: pecado mortal contra el Espíritu Santo.

ilolay

Lo bueno de ser Natural



NUEVO!

YOGUR

Colchón

CON TROZOS DE
PERA-MANZANA



www.ilolay.com.ar

Desafío

DESAFÍO

En toda pareja siempre existe una suerte de contrato para regular el manejo del dinero, del tiempo libre y de trabajo de cada uno, de los deberes y derechos hacia los hijos. Sin embargo, a ese pacto implícito un cúmulo de exigencias lo hace vulnerable cuando el amor y la comprensión se desmenuzan en tramas de celos, violencia o desvalorizaciones.

Una "buena pareja", cuyos integrantes necesitan escucharse en toda su singularidad, en lo consciente y en lo que no se sabe, puede reconocerse en la alegría de estar juntos, en el respeto por las diferencias, en la admiración por la forma de encarar la vida, en amar lo que da y en aceptar lo que se siente como carencia.

El amor, como dijera un poeta, consiste en dos personas solas que se protegen, respetan y admiran. Y aunque amar es difícil, resulta no sólo una prueba y un examen ante la vida, sino un trabajo ante el cual todos los demás trabajos no son más que mera preparación.

La búsqueda del amor conyugal constituye todo un desafío, porque en la vida en pareja se puede crecer, evolucionar y enriquecerse, o –todo lo contrario– degradarse y perderse como sujeto.

Lic. Marta Craichik



LOS PROBLEMAS DE PAREJA

Estar en pareja implica enfrentar inconvenientes comunes a todas las relaciones. Lo importante, más allá de las discusiones, es saber detectarlos y resolverlos de manera adecuada, para que el vínculo gane en fortaleza.

Si bien el conocimiento mutuo resulta vital para la sana convivencia de una pareja, nada garantiza el éxito de la relación, ya que existen variadas razones por las que el amor y la armonía pueden deteriorarse.

Algunos psicólogos sostienen que podrían establecerse diez principales razones que –aunque no resultan muy difíciles de resolver– son capaces de llevar a la ruptura de la pareja:

1. Las pequeñas diferencias que suelen derivar en sucesivos conflictos. Aún cuando habitualmente cada miembro de la pareja pretende una suerte de liderazgo, lo deseable sería establecer un equilibrio.

2. Un embarazo que puede generar disgustos y decepciones. Especialmente si ese embarazo no fue deseado o impide que se cumplan los objetivos previstos.

3. La insatisfacción sexual. Por lo general es un tema no comentado en el seno de la pareja y tampoco sus miembros recurren a ayuda profesional para afrontarla.

4. La falta de un diálogo fluido. Una condición necesaria para tratar todo tipo de problemas, aún

los más complejos.

5. El decaimiento de la etapa pasional. Esta circunstancia puede dar lugar a que cada integrante de la pareja comience a pensar por sí en nuevas metas.

6. La distribución de las tareas hogareñas. Casi siempre es motivo de conflictos, máxime en el entorno de una sociedad en que las mujeres demandan mayor igualdad.

7. La intromisión de las familias. Los parientes muchas veces se entrometen en cuestiones que deberían ser privativas de la pareja.

8. La infidelidad y los celos. Tanto una como otros provocan marcados resentimientos en el miembro afectado, lesionando seriamente el sentimiento amoroso.

9. Adicciones, amistades no convenientes, traspasos y diferencias sociales. Son problemáticas que causan un notable deterioro a la convivencia de la pareja.

10. Los inconvenientes económicos. Un factor que también puede horadar esa concordia tan necesaria para llevar una armoniosa vida en pareja.

NUEVA

UN SABOR DIFERENTE EN LA FAMILIA QUILMES. DESCUBRILO

A FINES DEL SIGLO XIX, CERVECERÍA
QUILMES DESARROLLABA RECETAS
ESPECIALES PARA CELEBRACIONES.
HOY RETOMAMOS UNA DE
ESAS RECETAS Y LE
RENDIMOS TRIBUTO.

PRESENTAMOS QUILMES
1890, UNA CERVEZA RUBIA
DE COLOR DORADO,
CUERPO Y DELICIOSO
SABOR INTENSO.

COLOR DORADO, CUERPO
Y DELICIOSO, SABOR INTENSO

INDUSTRIA | 355CM³ | ARGENTINA
CONT. NETO

EL SABOR DEL ENCUENTRO

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



LA MARGARITA, ENTRE EL JARDÍN Y LAS CONNOTACIONES AMOROSAS

Pocas flores han alcanzado la notoriedad de la margarita, al punto que está ligada a un nombre de mujer, a un tipo de pizza, a un cóctel, a un mineral, a una isla, a ciudades de distintos países y hasta a un asteroide. Eso sin tener en cuenta que, en los temas del corazón, quién no las ha deshojado alguna vez en su vida...

Ampliamente conocida, la margarita es en realidad un conjunto de una docena de especies que comparten determinadas características. Por tal motivo, si bien la más común es la denominada *bellis perennis*, en general se la menciona como una única especie.

Aunque lo normal es que alcance unos 70 centímetros, la altura de esta planta semiarbustiva, vivaz y perenne varía entre 30 centímetros y un metro. De tallos herbáceos, crece en forma de roseta, posee raíces cilíndricas y rastreras y es resistente a plagas y enfermedades.

Si bien parece una flor simple, generalmente blanca con un centro amarillo, está compuesta por diferentes partes unidas. La central alberga el disco ligulado, mientras que

los pétalos son denominados rayos.

De forma acampanada, las flores pueden ser muy abundantes y alcanzar, en ocasiones, un gran tamaño, mientras que las hojas de la margarita suelen ser lisas o velludas, dependiendo de la variedad.

Todas las especies de esta planta requieren de abundante riego en época de crecimiento y conviene situarlas en lugares expuestos a la luz solar, porque es en un clima templado (entre 15 y 25 grados centígrados) donde mejor se desarrollan.

No obstante adaptarse a casi todo tipo de suelos, la tierra arcillosa es la más adecuada para su cultivo. Exigente no sólo en materia de agua sino también de nutrientes, el abono favorecerá tanto el crecimiento como la floración con colores

más intensos.

Además de resultar una planta decorativa, adecuada para conformar macizos como única especie, la flor de la margarita es muy apreciada porque una vez cortada, se conserva durante un tiempo relativamente largo.

En la cocina

Debido a sus propiedades culinarias y a que se le atribuyen características curativas, la margarita, más allá de su belleza y su resistencia, tiene un lugar destacado dentro de la botánica.

En materia gastronómica, el sabor dulzón de las hojas las hace aptas para el consumo en ensaladas, mientras que con las flores (de ser posible, secas) se pueden preparar infusiones. La manera de realizarlas es colocar

agua a calentar y agregar una o dos cucharadas de flores por cada taza. Luego de que hierva durante tres minutos, se retira el agua del fuego y se la deja reposar durante otros tres minutos. Finalmente, se cuele y se bebe.

A la margarita también se le atribuyen propiedades digestivas, así como diuréticas y laxantes.

Y como dato curioso puede mencionarse que a fines del siglo XVIII se emitió en Alemania un decreto gubernamental tendiente al exterminio de la margarita, en razón de considerarla una planta abortiva. De todas maneras, como la ciencia no pudo comprobar con certeza toxicidad alguna, el mencionado exterminio, obvia y felizmente, no se llevó a cabo.

Queso Semiduro

Chubut

VAUUU!!



EL QUESO
QUE VA A HACER
QUE TE GUSTE MÁS EL QUESO



Prevención

PREVENCIÓN

Cuando queda obstruida la luz de una vena por la formación de un coágulo se está en presencia de una trombosis venosa: la sangre que trata de volver hacia el corazón ve dificultado su retorno, produciéndose una hinchazón brusca de la pierna.

Si se desprende una parte del coágulo, ésta viaja por el torrente sanguíneo (embolia) llegando al pulmón, donde al disminuir la oxigenación de la sangre se dificulta la respiración. Aparece insuficiencia cardíaca derecha, que en alto porcentaje lleva a la muerte.

La presencia de várices, el uso de anticonceptivos, la inmovilidad prolongada y la edad avanzada son factores predisponentes.

El coágulo está formado por fibrina, plaquetas y glóbulos rojos. Los medicamentos conocidos como "antiagregantes plaquetarios" impiden que las plaquetas "se junten" y se forme el coágulo.

Como prevención de la trombosis se aconseja:

- Consultar al médico.
- No permanecer quieto durante mucho tiempo: en viajes en avión o autobuses, levantarse periódicamente para caminar y de no ser posible, hacer ejercicios moviendo pantorrillas y tobillos; en viajes en automóvil, parar cada 1 o 2 horas, bajarse y caminar un poco.
- Luego de una cirugía, si el postoperatorio lo permite, movilizar al paciente cuanto antes.
- Tratar las várices.
- Disminuir el uso de anticonceptivos.

Dra. María Isabel Casas

TVP: EL SÍNDROME DE LA CLASE TURISTA



La trombosis venosa profunda es una enfermedad que alcanzó mayor notoriedad a fines de la década del 90, cuando se detectó que las personas que realizaban viajes de larga duración en avión tenían un riesgo mayor de sufrirla.

La trombosis venosa profunda (TVP) es la afección que se produce como consecuencia de la formación de un coágulo sanguíneo en venas profundas, es decir aquellas que se encuentran alejadas de la superficie de la piel, entretejidas en los grupos de músculos. Generalmente, este tipo de trombosis se registra en venas situadas en la parte inferior de la pierna y el muslo, o bien en la pelvis.

Al producirse un coágulo en una vena profunda, se retarda el flujo de sangre que circula a través de ella. De tal manera, la vena se hincha y si una parte del coágulo se desprende y se traslada hacia los pulmones mediante los vasos sanguíneos, puede producirse una embolia pulmonar, que conlleva riesgo de muerte.

Aunque puede presentarse en cualquier individuo, las mujeres que han sido sometidas

a una cirugía mayor, que han sufrido un traumatismo o que estén embarazadas, corren mayores riesgos de sufrir TVP.

Si bien se estima que solamente la mitad de las personas que son aquejadas por una trombosis venosa profunda manifiestan síntomas, los indicios pueden reflejarse mediante dolores constantes o hinchazón repentina (preferentemente en muslos, pantorrillas o tobillos), así como enrojecimiento de la piel.

Si se corren riesgos de que se presente una TVP, pueden adoptarse medidas preventivas antes y después de una cirugía (como la ingesta de medicamentos que eviten la formación de coágulos) y a la hora de emprender un viaje que cubra largas distancias, especialmente si la persona está embarazada. En este último caso, se recomienda beber muchos líquidos, usar ropa holgada y caminar y estirar las piernas durante períodos regulares.

Nuevo

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



DÉCADA COOPERATIVA:

OBTENER CAPITAL FIABLE Y GARANTIZAR EL CONTROL (II)

Si una cooperativa necesita acudir a financiamiento de fuentes externas, debe hacerlo en términos que le aseguren mantener su autonomía y conserven la toma de decisiones en manos del poder democrático de sus asociados.

En el último siglo y medio la solución que se ha encontrado para compatibilizar, por un lado, la necesidad de los ciudadanos de encontrar un lugar seguro para guardar el dinero que no precisan en el presente pero que podrán requerir en el futuro y, por el otro, la necesidad de las empresas de contar capital para su desarrollo, consistió en convertir a la gente en inversionistas.

En general, “invertir” significa colocar nuestro dinero en algún sitio donde obtenga el mejor rendimiento. Y la mayor parte de las personas que viven en países desarrollados se han convertido en inversionistas, ya sea intencionalmente o no, en este caso a través de los fondos de jubilación u otros productos financieros como los seguros.

La maximización de beneficios a partir de nuestros ahorros se volvió moneda corriente y ya somos adictos a la misma, señala el documento de la ACI sobre la Década Cooperativa, pero al mismo tiempo recuerda las consecuencias que esta actitud ha deparado para una economía mundial que no logra sobreponerse de la crisis financiera

que se iniciara en el 2008.

Otro modelo

Ese comportamiento y su lógica derivación deben llevarnos a pensar que si queremos un mundo mejor, debemos colocar nuestros fondos donde sea más probable que sirvan



pruebas de que la gente ya está cambiando la forma de utilizar su dinero, lo dicho podría sonar como una proposición irremediabilmente idealista. El compromiso de Bill Gates y otros treinta multimillonarios estadounidenses de donar al menos un 50 % de su riqueza a obras de caridad, la respuesta de la gente del común frente a las grandes catástrofes naturales y la indignación de las páginas financieras de los principales periódicos del mundo ante la conducta y la remuneración de los banqueros, son indicios claros de que vivimos momentos de grandes cambios de conducta.

En este contexto resulta necesario que las cooperativas elaboren propuestas financieras que:

- Ofrezcan una base estable para su desarrollo empresarial.
- Permitan a los proveedores de fondos una salida apropiada.
- Y no perjudiquen ni socaven la naturaleza de estas entidades, conservando la autonomía de las decisiones en manos de sus asociados y respetando a raja tabla los valores y principios que determinan la identidad cooperativa.

Okebon

¡Nuevo!



EUROCAKE



Castello Ponte



PAN DULCE: UN CLÁSICO NAVIDEÑO DE ORIGEN MILANÉS

Nacido hace más de seis siglos en Milán, donde se lo bautizó como panettone, el pan dulce –así denominado en los países de habla hispana– se ha constituido por tradición en habitual integrante de las mesas de Navidad y Año Nuevo.

Por Ignacio Gerbino
y Lorena Pereyra



Pan dulce especial

Ingredientes:

Fermento:

50 gr de levadura fresca
2 cucharadas de miel
200 cc de leche
100 gr de harina 000

Masa:

600 gr de harina 0000
3 huevos
180 gr de azúcar
2 cucharadas de coñac
Esencia de vainilla
200 gr de manteca
150 gr de nueces
150 gr de almendras
150 gr de chips de chocolate



**Instituto Superior de
Formación Docente y
Técnica Dr. Pedro Goyena**

Nivel Técnico

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

Nivel pedagógico

- Profesorado en Educación Física



INFORMES E INSCRIPCIONES:

Av. Colón 440, Bahía Blanca
Horario: 14 a 22 hs.
Tel: (0291) 454-7511
E-mail: info@institutogoyena.com.ar

Elaboración: Para el fermento, mezclar en un bol la levadura, la miel, la leche y la harina. Cubrir con papel film y dejar levar hasta que duplique su volumen.

Para la masa, mezclar en un bol la harina, el fermento, los huevos, el azúcar, el coñac, la esencia de vainilla y la manteca. Amasar por diez minutos, cubrir con papel film y dejar levar hasta que duplique su volumen.

Volver a amasar y agregar los frutos secos y el chocolate. Dividir la masa en tres partes y colocarla en moldes para pan dulces de medio kilo. Dejar levar y luego pintar con yema de huevo.

Llevar a un horno a 150° C por media hora a 45 minutos.



Pan dulce helado

Ingredientes:

1 pan dulce, si es posible
sin frutas
Vino Oporto
1/2 kg de helado de vainilla
2 cucharadas de
chocolate picado
2 cucharadas de nueces

Elaboración: Quitar el papel que envuelve al pan dulce, cortar una tapa en la parte superior y ahuecar el interior, dejando las paredes de un centímetro de espesor para que no se rompan.

En un bol desmenuzar parte de la miga extraída, rociar con el oporto y mezclarla con el helado de vainilla, el chocolate picado y las nueces.

Humedecer el pan dulce con un poco de oporto y rellenar. Ponerle la tapa y llevar al freezer por dos horas aproximadamente.



Pan dulce de chocolate

Ingredientes:

1 kg de harina 000
100 gr de levadura fresca
200 gr de manteca
150 gr de azúcar negra
50 gr de cacao amargo
5 huevos
100 cc de leche
100 gr chips de chocolate blanco
200 gr de avellanas
100 gr de chips de chocolate semiamargo

Elaboración: En un bol colocar la harina, la levadura, la manteca, el azúcar negra, el cacao amargo y los huevos. Incorporar de a poco la leche y unir. Amasar por 15 minutos hasta obtener una masa suave y elástica. Cubrir con un lienzo y dejar descansar 30 minutos hasta que duplique su volumen.

Desgasificar la masa apretándola con los dedos e incorporar los chips de chocolate blanco y las avellanas. Enrollar y cortar porciones del peso deseado. Hacer bollos y rellenar tres cuartas partes del molde para pan dulce.

Dejar levar y hornear a 170° C hasta que al introducir un palillo de madera salga totalmente seco. Retirar del horno, dejar enfriar y decorar con chocolate semiamargo derretido

Pan dulce para celíacos

Ingredientes:

200 gr de manteca
200 gr de azúcar
4 huevos
50 gr de levadura
100 cc de leche
400 gr de harina de arroz
150 gr de maicena
Esencia de vainilla
Ralladura de un limón
100 gr de frutas secas
100 gr de chocolate

Elaboración: Batir la manteca con el azúcar. Luego agregar los huevos de a uno y la levadura diluida en la leche.

Incorporar a la preparación anterior la harina y la maicena tamizadas.

Agregar la esencia de vainilla, la ralladura de limón, las frutas secas y el chocolate, mezclando bien.

Colocar todo en un molde de pan dulce y dejar reposar hasta que duplique su volumen.

Pincelar con huevo y llevar a horno a 150° C hasta que esté dorado.



ASERENISIMA

Yogurísimo

con PROVITALIS



Leche



Vitaminas

Proteínas

Calcio



Provitalis



*Aprovechá al máximo
sus nutrientes*



MARÍA BELÉN KRASER

Y SU AMOR POR GENERAL CERRI

Doctoranda en Geografía y poseedora de un currículum que no deja de sorprender, esta cerrense de 30 años que representa a nuestro país en la red de Jóvenes Líderes Iberoamericanos aboga porque la sociedad recupere valores y preserve su patrimonio histórico y cultural.

Distinguida por el Concejo Deliberante de Bahía Blanca en 2010 como uno de los mejores promedios de la Universidad Nacional del Sur, con 9,46, María Belén Kraser no sólo es motivo de orgullo para General Daniel Cerri, su lugar en el mundo, sino para el país todo.

Su notable desempeño académico y su capacidad para transmitir conocimientos, reconocida por el Círculo de Consumidores de la Cooperativa Obrera con la distinción Atalaya, no sólo le permitieron acceder a varias becas internacionales sino también representar a la Argentina en la red de Jóvenes Líderes Iberoamericanos.

Autora de un libro y de varias publicaciones en periódicos y revistas, María Belén no se resigna a que la sociedad modifique hábitos en procura de mejorar la calidad de vida.

—¿Si es que existe, cuál es el secreto para llevar a cabo una carrera académica tan brillante como la suya?

—No hay secreto, sólo dedicación, algo de esfuerzo y hacer lo que se quiere, por deseo, encontrando lo positivo en cada cosa.

—¿Cómo catalogaría al sistema educativo argentino, teniendo en cuenta que, con el transcurrir de los años, nuestro país se ha ido alejando paulatinamente de los más desarrollados?

—La educación de nivel básico y medio ha tenido un empobrecimiento por cambios en el sistema y contenidos a enseñar, pero el nivel universitario es muy bueno, especialmente el de la UNS, considerada entre las mejores del mundo. La gran problemática reside en cómo hacer para que esta calidad educativa sea también alcanzada en el resto de niveles. Se trata de algo que debemos trabajar como argentinos, no sólo en la educación formal, sino también en recuperar valores que hacen a la calidad de las personas y que se han perdido.

—En su doctorado, Ud. eligió referirse a la refuncionalización del patrimonio local. ¿A qué se debió haber escogido esta temática para desarrollar y en qué aspectos centró su trabajo?

—Trato el patrimonio desde el rescate de la valoración cultural, para su resguardo y recuperación. La elección surge de ser nacida y residente de Cerri, un lugar con una cultura propia y referentes identitarios producto de su historia que no consiento que se pierdan. Una vez recuperados desde la valoración, los espacios patrimoniales pueden cumplir funciones acordes a las demandas de las ciudades, sin la necesidad de derribarlos y que desaparezcan en el olvido.

—Su caso es un ejemplo del potencial que puede alcanzar la juventud, si se propone un objetivo. De todas

formas, ¿cree que la Argentina brinda posibilidades a la gente joven?

-En muchos aspectos no. Por ejemplo, ser joven no es garantía de conseguir empleo, por más preparación y formación que uno posea, y en proyectos de gestión y acciones concretas estamos muy lejos de otros países donde los jóvenes conforman redes muy fuertes. Además, la falta de ejemplos positivos representa un freno para el interés en participar de muchos jóvenes.

-Asu criterio, ¿por qué razón se está incrementando la denominada "generación Ni-Ni", es decir, aquellos jóvenes que no estudian ni trabajan?

-Descreimiento, pero también facilismo, a partir de ayudas económicas y beneficios que no alientan la superación personal. A nivel hogar, expresiones como "pobre, cómo no le voy a comprar eso si los compañeros lo tienen" van generando en la sociedad un acostumbamiento, una moda de pautas de vida, en la que se generaliza el no buscar el progreso personal.

-¿En los encuentros con Jóvenes Líderes Iberoamericanos, qué temáticas abordan?

-Hay temas comunes en prácticamente todo el mundo. Lo bueno de estas generaciones de jóvenes más sensibles con algunas temáticas es trabajar en cuestiones como medio ambiente, seguridad en las fronteras o tráfico ilícito, que hacen ver que son problemas que deben ser abordados como región, porque la suma de cada uno hace posible el cambio.

-¿Qué significó para Ud. haber tomado parte nada menos que de la Cumbre Iberoamericana representando a los jóvenes argentinos?

-Una experiencia genial, que jamás pensé podría llegar a vivir y siempre voy a recordar.

-¿Pudo estar en contacto con algún jefe de Estado o funcionario importante de otro país y, en tal caso, qué problemática abordó?

-La Cumbre comprende una semana de actividades, en la que trabajamos con el resto de jóvenes en sesiones pautadas para nosotros. La reunión en la que participan los jefes de Estado es sólo para ellos. De todas maneras, sí conocimos toda la antesala del evento.

-A través de las distintas charlas que ofrece en el Círculo de Consumidores de la Cooperativa, ¿qué es lo que pretende transmitir?

-Desde el Círculo buscamos acercar conocimiento a las personas, en mi caso sobre medio ambiente, con el objetivo de que sea puesto en práctica para contribuir a su cuidado y mejorar la calidad de vida.

-¿Qué eco encuentra en estas charlas?

-Los asistentes se transforman en agentes multiplicadores. Así, cada vez somos más quienes queremos y hacemos cosas por vivir en un mundo mejor.



PLASTICOS BLANCO
BLANCO Y Cia. S.A.

**POLITILENO ALTA Y BAJA DENSIDAD
IMPRESIONES HASTA 6 COLORES
BOLSAS PARA TODO TIPO DE
COMERCIOS E INDUSTRIA**

DON BOSCO 1757 - (BBC03CAI) BAHIA BLANCA
Provincia de Buenos Aires - Argentina
TEL/FAX: 0291-4523186/4546601/4536385
e-mail: plasticosblanco@infovia.com.ar

**Tu perro
merece lo mejor**



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



LOS CONSUMIDORES DE PEHUAJÓ CELEBRAN LA LLEGADA DE LA COOPE

El lunes 4 de noviembre abrió sus puertas la sucursal número 106 de la Cooperativa Obrera, en la tercera cuadra de la céntrica calle Alsina, de la ciudad bonaerense de Pehuajó, cuyos consumidores concurren masivamente para presenciar la importante transformación operada en el ex supermercado Marcela, cuyo personal se incorporó en bloque al plantel de nuestra entidad.

También en la mañana de ese día y en las instalaciones del denominado “Galpón Municipal”, una delegación de la Cooperativa que integraron la Cra. Mónica Giambelluca y el señor Luis Abitante, presidenta y tesorero respectivamente del Consejo de Administración, acompañados por el Gerente de Cultura y Acción Comunitaria, señor Enrique Moreno, brindaron una presentación sobre los objetivos y actividades institucionales.

Entre el más de medio centenar de concurrentes a este participativo acto se contó con la presencia de altas autoridades municipales, representantes de entidades de la comunidad pehuajense y periodistas



de diversos medios de comunicación locales.

La nueva sucursal tiene dos mujeres al frente de su gestión: Paola Sandoval, encargada, y Andrea Ormaechea, subencargada.

Tres sucursales más

Al cierre de nuestra edición se aprestaban las tareas para dejar habilitada la tercera sucursal de la Cooperativa en la ciudad rionegrina de Allen. Como informáramos en nuestra edición anterior, se trata de un supermercado ubicado en la esquina de

Jujuy e Hipólito Yrigoyen y con un área de ventas de 850 m2.

Para el mes de diciembre se anuncian otras dos nuevas inauguraciones: la quinta sucursal en la ciudad bonaerense de Punta Alta, emplazada en la primera cuadra de calle Saavedra, una arteria vital para la comunicación con el importante barrio Ciudad Atlántida, y la llegada de la Cooperativa Obrera a la ciudad neuquina de Zapala, con una sucursal de 1.200 m2. de área de ventas en la esquina de avenida Avellaneda y Teniente Candelaria, que se convertirá en la más distante de la sede central.

55PFL6007G

LED SMART TV 3D 55"

SmartTV LED Full HD (1920 x 1080 p.) 3D pasivo con un diseño superior | Sintonizador Digital Incorporado | Convertí tu contenido 2D a 3D fácilmente | 3 puertos USB con reproducción multimedia | 4 entradas HDMI | Compatible con Skype™ para que disfrutes de llamadas de voz y video gratuitas | Garantía 1 año | Origen: Argentina.



Incluye de REGALO
+ 4 Anteojos 3D Pasivos (PTA 416)
Adaptador WiFi (PTA 127)



42PFL5008G

LED SMART TV 3D AMBILIGHT 42"

Smart TV 3D con Ambilight en 2 lados | Ambilight: acompaña tu visión periférica para que ver TV sea más natural y confortable | WiFi integrado | Convertí tu contenido 2D a 3D fácilmente | Jugá a pantalla completa en juegos de 2 jugadores | Compatible con Skype™ para que disfrutes de llamadas de voz y video gratuitas (accesorio se vende por separado) | Sintonizador Digital Incorporado | 2 puertos USB con reproducción multimedia | 3 entradas HDMI | 1 año de garantía | Origen: Argentina.



Incluye de REGALO
4 Anteojos 3D Pasivos (PTA 416)



SmartTV 
PHILIPS

RECONOCIMIENTO AL PERSONAL

Como todos los años, el jueves 31 de octubre último –día en que la Cooperativa Obrera celebró su 93º aniversario fundacional– las instalaciones culturales de Zelarrayán 560 fueron escenario del acto con que la entidad tributó su reconocimiento a los empleados que a lo largo del 2013 cumplieron sus bodas de plata laborales.

Tras entonarse las estrofas del Himno Nacional Argentino, la presidenta del Consejo de Administración, Cra. Mónica Giambelluca, se refirió a la trascendencia de la conmemoración y a la importancia fundamental que reviste la colaboración del personal en el exitoso desarrollo alcanzado por la Coope.

Posteriormente y en representación de los empleados homenajeados, habló

Juan Carlos Sarrat, encargado de la sucursal 21 (Pigüé), quien en algunos párrafos de su sensible discurso no pudo evitar quebrarse por la emoción que lo embargaba.

Después de convocar al escenario a cada uno de los reconocidos para ser felicitado por las autoridades de la entidad y recibir el obsequio respectivo, hubo una sorpresa: se proyectó una emotiva producción audiovisual referida a Luis Alberto Arriola, jefe de ventas, quien fue distinguido por su ejemplar trayectoria al servicio de la entidad a lo largo de cuatro décadas.

Con sus ojos llorosos por la emoción y ante la presencia –también como sorpresa– de toda su familia, Luis agradeció con sentidas palabras el homenaje que acababa de tributársele.



Giambelluca



Sarrat



Arriola





El personal que cumplió sus bodas de plata laborales en la Cooperativa rodea a Luis Arriola, sentado en el medio del grupo.



ÚLTIMOS SORTEOS DE LA PROMO ANIVERSARIO

Para el viernes 6 de diciembre están previstos los últimos 5 sorteos de la Promo 93 Aniversario, que en esta oportunidad tuvo por lema "De vacaciones con la Coope".

Se realizarán a las 19:00 de ese día en las siguientes sucursales elegidas para este cometido en cada una de las cinco subregiones en que se dividió el espacio geográfico servido por los supermercados de nuestra entidad: 42 de Bahía Blanca, 60 de General Roca, 77 de Viedma, 30 de Tres Arroyos y 26 de Coronel Suárez, par-

ticipando todos los cupones ingresados entre el 4 de octubre y el 28 de noviembre.

La primera tanda de sorteos, que tuvo lugar el viernes 8 de noviembre, arrojó los siguientes ganadores: Stella Maris Manna (asociada 139.440, de Bahía Blanca), Yannette Carmen Inzulza Escobar (asociada 1.220.397, de Centenario), María del Carmen Caratozzolo (asociada 790.542, de Viedma), Virginia Pilar Caroselli (asociada 471.293, de Tres Arroyos) y Silvia Fernández (asociada 246.749, de Coronel Suárez).



Carlos Ares, titular de la AAS, inaugura la muestra en el BBPS.

EXPOSICIÓN PICTÓRICA

Ya es tradicional que la Asociación Artistas del Sur organice en el mes de octubre de cada año una exposición pictórica con carácter de adhesión a un nuevo aniversario de la fundación de la Cooperativa Obrera.

En esta oportunidad la

muestra fue inaugurada en las últimas horas de la tarde del lunes 21 de octubre en el salón de usos múltiples del Bahía Blanca Plaza Shopping y quedó habilitada al público, en el amplio horario de 10 a 22 hs., hasta el domingo 3 de noviembre inclusive.

Comenzó

la transformación! ...

Acercate a nuestros Centros de Servicios para conocer un poco más acerca de todo lo que podés hacer.

0810-666-7768

www.provincianet.com.ar



Grupo
Provincia

Provincia
NET
Nuevos Emprendimientos Tecnológicos

ACI: PRESENCIA ARGENTINA EN EL BOARD

En los primeros días de noviembre, Ciudad del Cabo, capital legislativa de Sudáfrica, fue sede de la Conferencia Global sobre "La Década Cooperativa en Acción" y la Asamblea General de la Alianza Cooperativa Internacional, con una asistencia superior al millar de representantes provenientes de más de ochenta países.

El Lic. Mariano Glas, quien concurrió por la Cooperativa Obrera y la Federación Argentina de Cooperativas de Consumo, disertó en el taller sobre Seguridad Alimentaria y Cadenas de Suministro Sustentables, explicando las diversas iniciativas que nuestra entidad viene implementando en esa materia.

A la Asamblea General le correspondió renovar totalmente la integración del Board (junta directiva) de la Alianza, que seguirá presidida por la británica Dame Pauline Green, mientras que la Argentina se destacó



Mariano Glas y los dos nuevos integrantes argentinos en la conducción de la Alianza: Gabriela A. Buffa y Ariel E. Guarco.

no sólo por haber ingresado su candidato Dr. Ariel E. Guarco –obtuvo el 6° puesto en la votación entre 31 postulantes a los 15 cargos–, sino también porque la representante de la Juventud en el Board es una mujer argentina de 29 años: Gabriela A. Buffa.



NUEVO LOGO

En Ciudad del Cabo también se aprobó un logo o marca global que se utilizará en adelante para distinguir a las cooperativas en este mundo cada día más globalizado, recogiendo la adopción generalizada que tuvo el símbolo aprobado en su momento por las Naciones Unidas para identificar al 2012 Año Internacional de las Cooperativas.

El nuevo logo cooperativo se suma así al dominio de Internet .coop, que se viene utilizando desde hace algunos años en lugar del tradicional .com, para mostrar que las cooperativas son empresas diferentes.

Nueva Ayudín DOBLE RENDIMIENTO

DOBLE DURACIÓN*
MAYOR AHORRO

*vs. Agua Lavandina Ayudín Máxima Pura
LEA ATENTAMENTE EL RÓTULO ANTES DE USAR.
MANTENER FUERA DEL ALCANCE DE LOS NIÑOS Y ANIMALES DOMÉSTICOS.

ayudín
MÁS FUERTES QUE NUNCA.

nuevo

Más fragancias por más tiempo en el aire

poëtt.
Arma Selections

poëtt.
Arma Selections

poëtt.
Arma Selections

poëtt.
Despierta tus sentidos.

EL CORO DE NIÑOS Y EL FESTEJO DE SUS 35 AÑOS



El maestro Carmelo Fioriti, junto a Camila Montoya, Sofía E. y Laura N. Arboleas Riquelme y Marlene Dupré Haberkorn, distinguidas por sus 5 años en el Coro.

Ante un Teatro Municipal totalmente colmado y prolongando el animado almuerzo de camaradería servido el domingo anterior, el martes 5 de noviembre tuvo lugar el acto celebrativo de los 35 años del primer recital brindado por el Coro de Niños de la Cooperativa Obrera el 4 de noviembre de 1978 en el salón de actos de la Biblioteca Rivadavia.

El Concierto Celebración se inició con la proyección de un video, que resume la trayectoria de la agrupación infantil, y las palabras alusivas pronunciadas por la presidenta de la entidad, Cra. Mónica Giambelluca.

Posteriormente, subieron al escenario del principal coliseo bahiense el Coro de Niños de la Ciudad, que interpretó varias canciones dirigido por el maestro Nicolás Saveanu, y también hizo lo propio el Coro de Niños del Centro Cultural Monte Hermoso, que conduce el maestro Germán Falcioni.

Tras la presentación de la solista Laura Celave, ex integrante del Coro anfitrión y de regreso de una exitosa gira por México y otros países de Centroamérica, fue el turno del Coro de Niños del Colegio Don Bosco, bajo la dirección del

LA CUENTA ES CLARA

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

Radios AM y FM

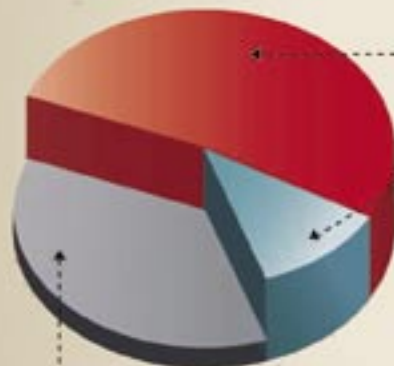
Lunes a viernes

6 a 12 hs

Ambos sexos

Todas las edades

Todos los N.S.E.



1º LU2 Radio Bahía Blanca 50,4%

2º FM Ciudad 94.7 10,9%

LU2 AM 840 + FM 94.7 61,3%

Suma de 2 AM
y más de 50 FM 38,7%



LU2 AM 840 + FM 94.7
PODER DE VENTA

LU2
RADIO
BAHIA
BLANCA
AM 840

Dos radios.
todas las generaciones.



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

Ciudad
FM 94.7
Bahía Blanca

maestro Favio Arévalo.

Y llegó el momento más esperado de la noche: la presentación del coro cumpleaños, de la mano del maestro Carmelo Fioriti, su creador y director, quien fue asistido durante estas tres décadas y media por la profesora Adriana Miconi, su esposa.

Después de una media docena de canciones, calurosamente aplaudidas, se sumaron padres, tíos, abuelos y familiares para entonar un par de canciones tradicionales, y más tarde tres niños del Coro que se dedican al canto lírico ofrecieron dos conocidas obras italianas.

También hicieron su aporte los ex integrantes del Coro de Niños de la Cooperativa Obrera, subiendo al escenario para deleitar al auditorio con tres éxitos que estuvieron permanentemente en el repertorio de la agrupación.

En el momento de los reconocimientos individuales, le fue entregada la correspondiente medalla por sus 5 años de pertenencia a cuatro niñas y se brindó un cálido homenaje a Carmelo y Adriana, cerrándose el espectáculo con toda la concurrencia cantando y moviéndose al son de una canción brasileña y otra de origen maorí.



NIVEA.com.ar

**HUMECTÁ TU PIEL,
AHORA BAJO LA DUCHA.**

1 **ENJUAGÁ**
el jabón

2 **APLICÁ**
NIVEA Bajo
la Ducha

3 **ENJUAGÁ**
nuevamente
hasta el instante
en que te seca!

4 **SECATÉ**
y ¡vísela
hasta lista!

NUEVA
CREMA CORPORAL
BAJO LA DUCHA

NIVEA
BAJO
LA DUCHA
CREMA CORPORAL
NUTRITIVA
PIEL SECA

POTRERO DE LOS FUNES, IDEAL PARA UN DESCANSO REPARADOR



Situado en un extenso valle al que enmarcan elevaciones que van desde los 850 hasta los 2.100 metros de altitud, Potrero de los Funes –uno de los sitios turísticos más atractivos de la geografía puntana y muy cercano a la capital provincial– cuenta con diversas propuestas de hotelería y camping alrededor del embalse.

Calificado como el "paraíso natural" de San Luis, Potrero de los Funes constituye uno de los principales destinos del turismo en esa provincia y se encuentra en el propio corazón de los circuitos turísticos puntanos, a poco más de 20 kilómetros de la capital, pudiendo accederse a través de carreteras iluminadas y pavimentadas en excelentes condiciones.

A partir de un microclima que convierte al ambiente en lugar de relajación, salud y confort, este sitio tranquilo es ideal para el descanso y la recreación en cualquier época del año.

Potrero de los Funes está enclavado en un hermoso valle de unas 500 hectáreas, enmarcado por sierras, arboledas, arroyos de aguas cristalinas y el lago del mismo nombre que la localidad, un hermoso espejo de agua donde se puede pescar y practicar deportes acuáticos sin motor, como windsurf y canotaje.

Rodeando el lago está ubicado un autódromo semipermanente de primer nivel, que recibe periódicamente a las más reconocidas categorías nacionales. Y desde hace unos años, el sector reservado a los boxes es escenario del ritmo y el color del "Carnaval de Río en San Luis", que en el 2014 se realizará del 21 al 23 de marzo.

Si se camina por un sendero que ofrece maravillosas vistas panorámicas, puede accederse al Salto de la Moneda, un lugar en el que las aguas caen desde unos 15 metros para rebasar en dos piletones.

También pueden visitarse hermosos sitios naturales como el Parque Nativo y la Quebrada de los Cóndores, además de las costaneras y la capilla de San Antonio de Padua, como asimismo encarar la Travesía de las Cumbres, una ruta que recorre las sierras de San Luis de este a oeste.

GRUPALES EN BUS

OTRAS SALIDAS:
Monte, Glaciares,
Cataratas y Fiesta
de la Vendimia.

Empezá a SENTIR tus VACACIONES!

Gran Circuito chileno

Salida: 16 de enero • 10 días y 7 noches
recorriendo Bariloche, Puerto Montt, Santiago
de Chile y Mendoza • Incluye: Bus semi cama,
Hoteles 3* con media pensión y recorridos.
\$6.380 + \$427 (IG 3450)

Salida por persona en bus doblete en grupo pequeño.
Incluye: pensión, AFP (2013/2014), No incluye: comidas y
bebidas. En ruta: entradas a parques nacionales, reservas, ni
muñeco. Copia: 1000 pesos por salida. *Se cobra
por habitación compartiendo con dos adultos.

Camboriú

Salida: enero y febrero • 10 días y 7 noches en hotel San Felipe 3*
o similar con media pensión • Incluye: bus desde Bahía Blanca.

- 5, 12, 19 y 26 de enero:
Cama Semi Cama: \$ 5.750 + \$600 (IG 3450)
- Cama Ejecutiva: \$ 6.350 + \$600 (IG 3450)
- 2 y 9 de febrero:
Cama semi cama \$ 5.580 + \$600 (IG 3450)
- Cama ejecutiva \$ 6.180 + \$600 (IG 3450)

Monedas de
3 a 7 años:
20% de
descuento

12 cuotas sin interés
con todos los derechos y servicios

0810-333-9859
www.coopeviajes.com

Coopeviajes.com
Un destino de confianza

Comercializa NIKATOUR S.A. EVT Log. 8514 Pcia. 97208 - Av. Guido: 177 (8000) Bahía Blanca

Puedes pagar
tu viaje
en cualquier
sucursal de
La Coope.

Gillette®

La evolución
está en tus manos



Gillette. Menos Irritación*, incluso en las zonas más sensibles.

*Vs. Gillette PreShavebarrba Ultra-gel.



MEJOR REMOCIÓN
de manchas en
1 LAVADO*

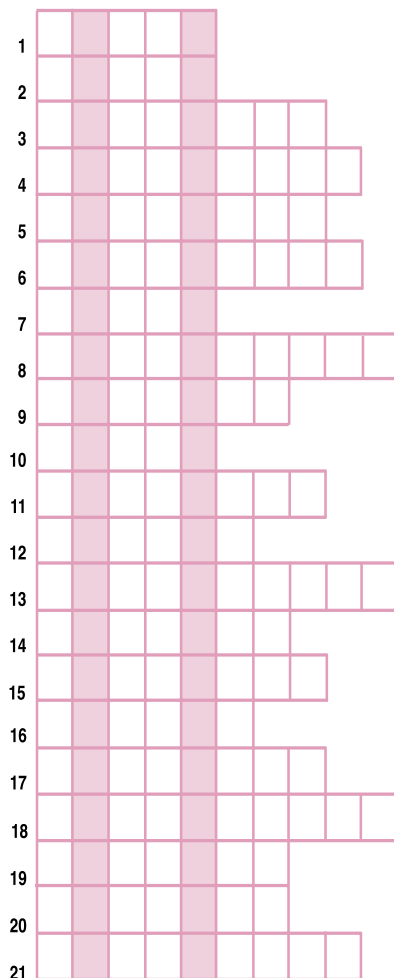


P&G • mayo 2013 serie de prueba

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

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

Encuentre las respuestas y ubique cada palabra en la fila correspondiente. Luego, recorriendo en forma vertical las columnas coloreadas, podrá leer una frase muy conocida que es parte de la letra de "Sinceramente tuyo", una de las innumerables canciones compuestas por el cantautor catalán Joan Manuel Serrat, de cuyo nacimiento en el barrio El Poble Sec de la ciudad de Barcelona se cumplirán 70 años el próximo 27 de diciembre.



1. Frecuencia con la que debe realizarse la asamblea ordinaria de una cooperativa.
2. Condición que le corresponde, respecto de la entidad, a cada asociado de una cooperativa.
3. Carencia de gobierno en un Estado.
4. Ligeramente ácido.
5. Ciudad bonaerense en la que funciona desde 1960 la sucursal 8 de la Cooperativa Obrera.
6. En los establecimientos de la Cooperativa Obrera, nombre que se da a la sala donde el personal ingiere su merienda.
7. Corte de carne para asar, que se saca longitudinalmente en tiras del costillar vacuno.
8. Declarar como testigo.
9. Género periodístico al que pertenece nuestra revista en función de su soporte técnico.
10. Nombre de la calle en que están ubicadas sucursales de la Cooperativa que funcionan en Benito Juárez, Cnel. Pringles, Gral. La Madrid y Gral. Fernández Oro.
11. Aparato que se utiliza para subir o bajar de unos pisos de los edificios a otros.
12. Sutil, volátil, impalpable, abstracto.
13. Primera ciudad de la provincia de Neuquén a la que llegaron los servicios de la Cooperativa Obrera.
14. Planta forrajera cuya pequeña semilla se utiliza como alimento para canarios.
15. Una de las ciudades ubicadas en la Isla Grande de Choele Choele donde funciona la sucursal 102 de la Cooperativa Obrera.
16. Codicia, ansia muy fuerte de tener o conseguir algo.
17. Fruto o semilla que crece en el interior de una vaina.
18. Tarjeta que habilita a participar en las Asambleas de Distrito de la Cooperativa Obrera y que debe ser solicitada con una anticipación mínima de 24 horas.
19. Tener deudas, deber dinero.
20. Ciudad rionegrina conocida como "la capital provincial del petróleo" y en la cual funciona la sucursal 105 de la Cooperativa Obrera.
21. Nota de opinión que nuestra revista publica en la página 3 de cada edición.

A - A - A - A - A - A - A - A - A - A - AL - AS - BRE - CA - CEN - CEN - CI - CIAL - CO - CRE - DAR - DE - DEN - DEU - DEZ - DI - DO - DO - DRA - DU - DUE - E - E - FI - GRA - GUAR - GUM - LA - LA - LE - MAR - ME - MI - NA - NAR - NUAL - ÑO - O - PIS - QUE - QUI - REN - RE - RIAL - RIO - RO - SA - SA - SOR - TE - TE - TE - TES - TI - TRE - TRIEL - TO - VE - VI

SOLUCIÓN

1. ANUAL - 2. DUENO - 3. ANARQUIA - 4. ACIDULADO - 5. SAAVEDRA - 6. MERENDERERO - 7. ASADO - 8. ATESTIGUAR - 9. GRAFICO - 10. MITRE - 11. ASCENSOR - 12. ETEREO - 13. CENTENARIO - 14. ALPISTE - 15. LAMARQUE - 16. AVIDEZ - 17. LEGUMBRE - 18. CREDENCIAL - 19. ADEUDAR - 20. CARRIEL - 21. EDITORIAL

Humor

HUMOR

• Por Zanofta-Haus





★ 2014 ★ UN NUEVO AÑO PENSADO PARA VOS

ENERO

D	L	M	Mi	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

1 Año Nuevo

FEBRERO

D	L	M	Mi	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

MARZO

D	L	M	Mi	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

3/4 Carnaval 24 Día Nacional de la Memoria por la Verdad y la Justicia

ABRIL

D	L	M	Mi	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

2 Día del Veterano y de los Caídos en la Guerra de Malvinas
17 Jueves Santo (no laborable) 18 Viernes Santo

MAYO

D	L	M	Mi	J	V	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

1 Día del Trabajador 2 Puente turístico
25 Día de la Revolución de Mayo

JUNIO

D	L	M	Mi	J	V	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

20 Paso a la Inmortalidad del Grial, Manuel Belgrano

JULIO

D	L	M	Mi	J	V	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

9 Día de la Independencia

AGOSTO

D	L	M	Mi	J	V	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

18 Paso a la Inmortalidad del Grial, José de San Martín (trasladable del 17)

SEPTIEMBRE

D	L	M	Mi	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

OCTUBRE

D	L	M	Mi	J	V	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

13 Día de la Diversidad Cultural (trasladable del 12)
31 94° Aniversario de la Cooperativa Obrera

NOVIEMBRE

D	L	M	Mi	J	V	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

24 Día de la Soberanía Nacional (trasladable del 23)

DICIEMBRE

D	L	M	Mi	J	V	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

8 Inmaculada Concepción de María 25 Navidad 26 Puente turístico



Momentos Mágicos