

familia
COOPERATIVA

AÑO XLVI
DICIEMBRE 2019

#409

CONFERENCIA INTERNACIONAL DE LA ACI EL MUNDO SE DIO CITA EN RUANDA





**Natural
BREAK**

¡Llegó Natural Break!

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



ENERGÍA

CHIPS DE AVENA - PASAS DE UVA
MANÍ TOSTADO - SEMILLAS DE GARBANZO
PELUSOS



NUTRITIVO

MANÍ SALADO - SEMILLAS DE GARBANZO
CROQUANTS DE CEBOLLO - ALMONDOROS



LIVIANO

TRIGO MOLIDO - MANDARINA
DEZONATADA - PASAS DE UVA
- ALMONDOROS

Nueva línea
Natural break

* Porción justa
y equilibrada

* Mixes 100%
naturales

* **SAN®**
RECOMENDADOS POR
SOCIEDAD ARGENTINA
DE NUTRICION



Año XLVI
DICIEMBRE 2019

#409

familia
COOPERATIVA

La revista de la
Cooperativa Obrera
familiacooperativa@cooperativaobrero.coop
www.cooperativaobrero.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.

PONER FIN AL HAMBRE

Ha transcurrido demasiado tiempo sin que se acierte en la adopción de medidas que pongan fin a la afrenta de que existan argentinos con hambre, en un país que se caracteriza como gran productor de alimentos.

En este contexto, las empresas que integran el sector de la Economía Social y Solidaria nunca han desertado de su esfuerzo por expandir la producción y el trabajo, los dos factores decisivos para hacer que el desarrollo no pierda su carácter humano y su sostenibilidad.

Así lo demuestran las cooperativas y mutuales con hechos concretos y lo han evidenciado en varios documentos recientes, dirigidos a los candidatos políticos a cargos electivos a lo largo y ancho del país. En el caso de la Confederación Cooperativa de la República Argentina (COOPERAR), uno de sus últimos aportes supera las cien páginas, llenas de proposiciones.

Concluidos los comicios, el movimiento cooperativo y mutual debatió y acordó un pronunciamiento interconfederativo, con el que se dirigió al electo Presidente de la Nación para solicitarle una reunión con miras a aportar al proyectado acuerdo federal contra el hambre.

En ese documento se peticiona para “profundizar el debate sobre una política alimentaria nacional”, destacando que las organizaciones cooperativas y mutuales “cuentan con una gran variedad de modelos institucionales que diariamente demuestran que es posible construir economía formal desde la democracia y la solidaridad, dando respuesta eficaz a las necesidades de la comunidad”.

“Es necesario reconocer que la alimentación es un derecho y construir un amplio acuerdo social que lo garantice. El Movimiento cooperativo y mutual, en forma consecuente con sus valores y su historia, aspira a participar activamente en su construcción”, afirma la referida presentación conjunta de las Confederaciones que aglutinan a las entidades de la economía social.

Las crisis que evidencian diversos países de todo el mundo y de variados signos políticos están diciendo a las claras que los ciudadanos, organizados democráticamente en base al esfuerzo propio y la ayuda mutua, deben ser principales protagonistas de la economía, para asegurar que no la dominen quienes especulan con ella y frustran una justa respuesta a las necesidades de todos. ■

Cooperativa Obrera Ltda.

Consejo de Administración: Presidenta: Cra. Mónica E. Giambelluca; Vicepresidente: Cr. Luis E. Ortis; Secretario: Cr. Rubén A. Fillottrani; Prosecretario: Cr. Carlos A. Castaño; Tesorero: Cr. Raúl O. Gouarnalusse; Protesorero: 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 Piloti; 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. Poténar. **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. 456-5131 /// 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

BAHÍA 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
YRIGROYEN (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): Charlone 253,
 Tel. 455-3360
Bº PAMPA CENTRAL (33): Martín Rodríguez 1446,
 Tel. 455-8171
Bº PATAGONIA (54): 14 de Julio 4099,
 Tel. 486-1580
Bº RICCHIERI (46): Almafuerite 2544,
 Tel. 488-6002
Bº ROSENDO LÓPEZ (32): Rincón 3490,
 Tel. 481-4213
Bº SAN MARTÍN (9): Brickman 882,
 Tel. 455-9596
Bº SAN ROQUE (24): Vieytes 2139,
 Tel. 488-5022
BELLA VISTA (50): Av. Pringles 50,
 Tel. 456-1929
SÓCRATES (13): Sócrates 2642,
 Tel. 481-2300
VILLA LIBRE (44): Láinez 2251,
 Tel. 481-0111
VILLA MITRE (2): Washington 437,
 Tel. 481-6672
VILLA RESSIA (49): Tte. Farías 1283,
 Tel. 456-5336
VILLA ROSAS (11): Perito Moreno 2132,
 Tel. 455-0785

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 JUAREZ (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 SUAREZ (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
MÉDANOS (89): Bustamante 403,
 Tel. (02927) 43-3150
MONTE HERMOSO (85): Av. Patagonia 145,
 Tel. (02921) 48-2308 /// (98) Av. Majluf 798,
 Tel. 48-2255
NECOCHEA (38): Av. 59 N° 1202,
 Tel. (02262) 43-7900 /// (39) Av. 58 N° 3059,
 Tel. 42-6256
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 N° 1031,
 Tel. (02928) 42-0118
PEHUAJÓ (106): Alsina 253, Tel. (02396) 47-0833 ///
 (109) Av. San Martín 105, Tel. 47-3220
PIGÜE (21): Belgrano y Humberto 1º,
 Tel. (02923) 47-5680
PUAN (31): H. Yrigoyen 491,
 Tel. (02923) 49-9070
PUERTO BELGRANO (68): Av. a la Estación s/n,
 Tel. (02932) 43-2709
PUNTA ALTA (17): Sáenz Peña 467,
 Tel. (02932) 42-1000 /// (19) Brown 128,
 Tel. 42-5052 /// (34) Roca 2475, Tel. 43-5526 ///
 (57) Saavedra 55, Tel. 42-3825
QUEQUÉN (72): Calle 550 N° 892,
 Tel. (02262) 45-0288
SAAVEDRA (8): 25 de Mayo e Independencia,
 Tel. (02923) 49-7131
SAN NICOLAS (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 n° 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
CHOELÉ CHOEL (66): Avellaneda 872,
 Tel. (02946) 44-3434 /// (101) Avellaneda 962,
 Tel. 44-3400
CINCO SALTO (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
VEDMA (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
LONCOPUÉ (118): Av. Av. San Martín y Sarmiento,
 Tel. (02948) 49-8509
NEUQUÉN (84): Piquén 1780,
 Tel. (0299) 433-0955 /// (113) Chocón 644,
 Tel. 442-4172 /// (124) Dr. Ramón 3952,
 Tel. 445-1121
PLOTTIER (100): Batilana 211, Tel. (0299) 493-4695
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

*África, epicentro
de la contribución
cooperativa al
desarrollo sostenible*

6-8



*Qué preguntas
podríamos
hacernos antes
del casamiento*

10

*Por unas
fiestas
más
saludables*

12

*El sida todavía
evidencia cifras
que alarman*

14

*A 175 años de
la iniciativa que
sentó las bases
del cooperativismo*

16

*Alternativas
para el menú
de las fiestas*

18-20



*Un ejemplo
de inclusión*

22-23

*Cayo Ensenachos:
una joya de
la corona
turística cubana*

30

*El leopardo
gris*

32



África, epicentro de la contribución COOPERATIVA al desarrollo sostenible

Kigali, capital de Ruanda, abrió sus puertas para recibir a la asamblea anual y la conferencia global de la Alianza Cooperativa Internacional, que giró en torno del desarrollo sostenible y algunos de los ejes contenidos en la Agenda 2030 de las Naciones Unidas, como trabajo decente, equidad de género y acción por el clima.

Más de 1.000 personas procedentes de 94 países tomaron parte de la Conferencia Internacional de la Alianza Cooperativa Internacional (ACI) sobre “Cooperativas para el desarrollo” que se celebró en Kigali, capital de Ruanda.

La delegación argentina estuvo integrada por el secretario de Cooperar, Ricardo López; el secretario de Relaciones Internacionales de la Confederación, Carlos Mansilla; la presidenta del Comité de Equidad de Género, Gisela Wild, quien presentó el Pacto Cooperativo por la no Violencia de Género, y la asesora internacional Gabriela Buffa.

Además, participaron Pablo Barbieri (FACC), Darío Arnaudo y Eduardo Reixach (Sancor Seguros), Brígida Farías (Cooperativa de Trabajos Portuarios Limitada), Daniel Plotinsky (IMFC), Juan Miguel Martín (Fecofar), Nicolás Pelichotti (Conarcoop) y Nicolás Dimarco (FACTTIT).

Los temas centrales tratados se centraron en el aumento de la desigualdad, la emergencia climática, la disparidad de género, el futuro del trabajo, las cadenas de valor desde una producción sustentable a un consumo consciente y responsable, y la construcción de la paz.

En tanto, en las conclusiones se destacó la búsqueda de la promoción, formación, educación e información para el empoderamiento local de las comunidades en los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), de manera ser efectivos en el logro de las citadas metas.

Por otra parte, se instó a desarrollar estrategias para reducir la inequidad, entendiendo a esta problemática como la discriminación y las prácticas antidemocráticas, es decir, el descuido de los más vulnerables.

También se reconoció a las experiencias cooperativas como factor de generación de confianza y de cohesión social en las comunidades donde prestan servicios.

“Fue una experiencia que dejó conclusiones muy buenas y mucha reflexión, porque se consideraron temas variados en el contexto de una agenda permanente del cooperativismo mundial, reflejado en distintas exposiciones de representantes de todos los continentes”, destacó el licenciado Pablo Barbieri, subgerente general de la Cooperativa Obrera.

Asimismo, el liderazgo de las mujeres, el lugar que ocupan los jóvenes, la generación de trabajo decente y la importancia de maximizar el potencial de la intercooperación fueron destacados como algunos de los desafíos que debe afrontar el cooperativismo.

“Los temas de disparidad de género estuvieron presentes mediante la consideración de la violencia y el rol de la mujer en los gobiernos, así como el futuro del trabajo que necesariamente debe involucrar la creación de fuentes laborales dignas y la cadena de valor que implica una producción sustentable y un consumo consciente, considerando los desperdicios alimentarios y su impacto en el medio ambiente”, afirmó Barbieri.

Por otra parte, resaltó que “otro punto saliente se basó en la contribución del cooperativismo a la construcción de la paz, máxime en un país como Ruanda que hace apenas 25 años fue escenario de un tremendo genocidio”.

En otro orden se aprobó la Resolución de Kigali sobre Desarrollo, reafirmando el compromiso del movimiento cooperativo global con la Declaración Internacional

sobre la Identidad Cooperativa, a la vez que se enfatizó la necesidad de que las cooperativas sean reconocidas como un actor indispensable para las asociaciones de múltiples partes interesadas requeridas para lograr un desarrollo sostenible más allá de 2030.

De todas conferencias que se realizaron cobró relevancia la que tuvo como protagonista a Vandana Shiva, filósofa y escritora india, quien recibió el Premio al Sustento Bien Ganado –también llamado Premio Nobel Alternativo–, en 1993.

Shiva hizo referencia a los inconvenientes suscitados en el medio ambiente por la producción agrícola, subrayando la importancia de sostener la biodiversidad. Por otra parte destacó la necesidad de medir el desarrollo no sólo desde el punto de vista económico sino además en relación al impacto que genera sobre la población y la naturaleza.

En tal sentido, resaltó que a la hora de la producción y el consumo deben tenerse en cuenta todos los seres que conforman el planeta, incluyendo animales y vegetales, más allá de las personas. “La verdadera economía no sólo es la cooperación entre los humanos, sino también entre los humanos y el medio ambiente”, sostuvo.

Por otra parte, instó a contemplar no sólo los resultados inmediatos sino los que se pueden alcanzar en el mediano y largo plazo, destacando la importancia de la biodiversidad para el sostenimiento del planeta.

“Los microbios, las personas como los elefantes tenemos el mismo derecho de vivir. En una sociedad que compite por recursos escasos, las cooperativas creen que la cooperación es una forma de ver la vida

ACERCA DE RUANDA



• Superficie y población

Ubicado en África Central, cuenta con un territorio relativamente pequeño (26.338 kilómetros cuadrados, menor que la provincia de Jujuy) y una población de algo más de 12 millones y medio de habitantes.

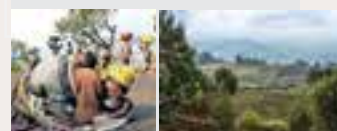


• Por encima del nivel del mar

Se encuentra a 1.000 metros de media por encima del nivel del mar y alcanza los 4.500 metros en la cima del monte Karisimbi.

• Turismo responsable

Cuenta con 5 volcanes, 23 lagos, una gran variedad de ríos y 3 parques nacionales. Uno de ellos es el de Akagera, el más grande del país, en tanto que el parque de Nyungwe se destaca por su bosque natural, y es reconocido por la variedad de especies de aves y chimpancés, mientras que el parque nacional de los Volcanes es célebre por ser el hogar de los gorilas de montaña.



• Kinyarwanda, el idioma local

También se habla francés, inglés y suajili (lengua africana hablada sobre todo en Tanzania y Kenia, y en zonas limítrofes de Uganda, Mozambique, Congo, Ruanda, Burundi, Somalia y Zambia).

• Guerra civil y genocidio

El 6 de abril de 1994 dos misiles lanzados desde tierra derribaron a un avión que se aprestaba a aterrizar en el aeropuerto de Kigali, causando la muerte de Juvenal Habyarimana y Cyprien Ntaryamira, presidentes de Ruanda y Burundi, respectivamente, ambos de etnia hutu. Un día después se desató en Ruanda una cruenta guerra civil, que dio origen a un genocidio que puede considerarse como el más sanginario de la historia en proporción a su duración. En sólo 100 días (desde abril a julio) se cometieron más de 800.000 asesinatos, principalmente de personas del grupo tutsi -culpados de promover el atentado- a manos de hutus, y un cierto número de hutus moderados que se oponían a tamaña matanza.

• Honrar y reconstruir

A partir del 7 de abril de cada año, durante una semana, se conmemora en Ruanda un período nacional de luto y recuerdo. Este 2019 se cumplieron 25 años desde el inicio del genocidio y en el memorial que hace mención al hecho, un artista popular ruandés cantó canciones como "Turabunamira twiyubaka" que significa "los honramos a la vez que reconstruimos".

• Mujeres en puestos parlamentarios

En la actualidad, el 64 % de los puestos parlamentarios están ocupados por mujeres, al igual que ocurre con un gran número de cargos ministeriales y otros lugares de alto rango.

• Servicio comunitario nacional obligatorio

Conocido como Umuganda, el último sábado del mes es un día de servicio nacional. Todos los ruandeses y residentes deben realizar trabajos comunitarios en varios proyectos públicos.

• Prohibidas las bolsas de plástico

La conservación de la fauna y flora es considerada una prioridad. En 2008, Ruanda (un país en el que el 45 % de la población es miembro de alguna cooperativa) se dio a conocer al mundo entero por su esfuerzo medioambiental consistente en prohibir las bolsas de plástico.

• Uno de los países más seguros del mundo

Catalogado como el noveno país más seguro del mundo por el Foro Económico Mundial y con un elevado índice de la población encarcelada, producto de los juicios llevados a cabo tras el genocidio, Ruanda es hoy un lugar estable al que visitan miles de turistas.



Gran parte de la delegación argentina que tomó parte de la Conferencia Internacional de la Alianza Cooperativa Internacional llevada a cabo en Kigali (Ruanda) junto al Dr. Ariel Guarco, presidente de la ACI.

completamente diferente”, afirmó.

Finalmente Shiva, quien lidera en la India un movimiento que contiene a más de un millón de miembros, donde unas 300 mil mujeres forman parte de más de un centenar de cooperativas, llamó al movimiento cooperativo a elevar su identidad, de manera ecológica y sustentable, en la producción agrícola.

Asamblea general de la ACI

La ocasión sirvió además para la asamblea general de la Alianza Cooperativa Internacional, en la que se consideraron y aprobaron los informes anuales de gestión presentados por el presidente y el director general de la ACI, Ariel Guarco y Bruno Roelants, respectivamente.

Por otra parte, se consideró un documento preliminar estratégico que liderará a las cooperativas para la próxima década, centrado en cuatro temas clave: promoción de la identidad cooperativa, crecimiento del movimiento cooperativo, cooperación entre

cooperativas y contribución a la sostenibilidad del desarrollo.

La asamblea general de la ACI aprobó también una declaración que hace un llamado al movimiento para mantener y profundizar su compromiso con la paz positiva. La resolución explica el concepto de paz positiva, que debe diferenciarse de la paz negativa, relacionada con la ausencia de violencia.

De acuerdo con Johan Galtung, el concepto de paz positiva tiene que ver con las buenas contribuciones en la comunidad, particularmente la cooperación e integración, la reconciliación y la igualdad.

Las actividades desarrolladas en Kigali también incluyeron una reunión del Comité de Cooperativas de Consumo Internacional (CCW), dependiente de la ACI, en el que se aprobó el reporte de actividades realizadas desde la asamblea desarrollada en Kuala Lumpur (Malasia), en 2017, hasta la actualidad.

En el contexto de otras actividades,

se destacó en el informe la incorporación como miembro del comité ejecutivo de la CCW del Cr. Rodolfo Zoppi, a la vez que se hizo mención al encuentro Desafío de las Cooperativas de Consumo, organizado en octubre del año pasado en Buenos Aires, en el marco de la V Cumbre Cooperativa de las Américas, y la visita de la delegación de cooperativas de Sudamérica a los países escandinavos de Finlandia y Suecia, liderado por el presidente de la ACI, Cr. Ariel Guarco.

“Me sorprendió el lugar destacado que otros cooperativistas del mundo le otorgan en general a la Argentina en materia de consumo y en particular a la Cooperativa Obrera. Tuve la oportunidad de conversar con representantes de Finlandia, Estados Unidos, Inglaterra, Uruguay e incluso países africanos que conocen no solo a la Cooperativa Obrera sino a labor que viene llevando adelante a través de sus años de trayectoria, en temas puntuales como el balance social o el retorno a los asociados”, concluyó Barbieri. ■

ilolay

Lo bueno de ser Natural



www.ilolay.com.ar

Williner

Motivaciones inconscientes

Desde el propio inicio de la vida las personas necesitan protección y esta necesidad en la etapa adulta se manifiesta en la búsqueda de alguien capaz de establecer una relación estable y duradera, que brinde un soporte ante los avatares de la vida.

¿Cuál es el camino en esta búsqueda? ¿Cuáles son los aspectos esenciales en los que cada uno de ellos puede hacer hincapié para afirmar que esa es la persona con la que desea convivir?

En realidad, y aunque cueste creerlo, la mayoría de las motivaciones son inconscientes y pueden estar relacionadas con la autoestima, los miedos a estar en soledad e incluso con las presiones sociales, entre otras muchas razones.

El análisis acerca de con quién vamos a formar una pareja y para qué, hoy casi no es tomado en cuenta, y en este contexto donde cuesta ubicar el amor, la paciencia, la ternura, la tolerancia o el respeto pueden entenderse las cifras de separaciones que se registran y acaso encuentran respuestas algunos interrogantes respecto de qué pasó o qué es lo que no se advirtió.

Sin embargo y a pesar de todas las dificultades, el ser humano sigue deseando vivir en pareja y tal vez sea el único secreto en esta búsqueda.

Lic. Marta Craichik

QUÉ PREGUNTAS PODRÍAMOS HACERNOS ANTES DEL CASAMIENTO

Un estudio elaborado por psicólogos y abogados de la Universidad de Exeter, de carácter pública y situada en el oeste de Inglaterra, sugiere que las parejas exitosas comparten intereses, se respetan mutuamente y, además, han construido su relación sobre la base de una sólida amistad.

Encontrar la clave para que una relación amorosa resulte duradera no es una tarea simple. Y uno de los motivos se centra en que a lo largo de la vida es normal cambiar de intereses, por lo que antes le gustaba a uno, y tal vez compartía con su pareja, con el tiempo puede dejarle de apasionar.

¿Cómo saber cuándo ha llegado el momento de dar un salto en la relación?, fue la pregunta que movilizó a una decena de abogados especialistas en divorcio y psicólogos de la Universidad de Exeter, quienes tras estudiar a 53 parejas que compartieron su vida al menos una década, elaboraron respuestas que concentran, según afirman, algunos de los secretos de una relación sana y prolongada.

De acuerdo con lo recabado y aclarando que “no hay recetas mágicas”, los investigadores plantearon estos interrogantes que podríamos hacernos antes de contraer matrimonio:

—¿Mi pareja y yo nos complementamos bien?

El factor que parece ser más duradero en el tiempo es compartir valores o filosofía de vida. Un error muy común estriba en confundir estabilidad con diversión, vale decir, quien me acompaña para ir de fiesta o salir a tomar algo, no siempre resulta un buen compañero/a de vida o buen padre/madre de mis hijos.

—¿Tenemos una amistad sólida?

Según los entendidos en el tema, personas con intereses comunes, niveles culturales, espirituales e incluso de la “manera de ver el mundo” parecidos, tienden a perdurar más

tiempo juntas como pareja.

—¿Buscamos lo mismo en nuestra relación y en la vida?

Parejas con grandes discrepancias e intereses están casi irremediabilmente condenadas al fracaso, dicen los expertos, en razón de que con el tiempo evolucionamos y no de modo forzoso al mismo ritmo, lo que redundará en que cada vez nos parezcamos menos o en que con el transcurrir de los años dejen de gustarnos cosas cosas que antes nos encantaban.

—¿Nuestras expectativas son realistas?

El “encandilamiento”, entendido como amor romántico o pasional, no dura toda la vida. Por tal razón, es clave transformar con el tiempo esa sensación en amor de compañerismo y en el arte de compartir y crear un proyecto en común.

—En general ¿vemos lo mejor el uno del otro?

Antes de casarse o vivir en pareja es aconsejable tener muy en cuenta qué se espera encontrar en la persona con la que quiere compartir la vida e incluso tener un hijo. Otra alternativa es intentar visualizarse dentro de cinco o diez años y preguntarse: ¿me veo con esta persona? o ¿cómo será nuestra vida en este tiempo?

—Algunas preguntas más...

- ¿Nos esforzamos por mantener viva nuestra relación?
- ¿Somos capaces de discutir en forma libre y plantear cuestiones a nuestra pareja?
- ¿Estamos dispuestos a trabajar para salir de situaciones difíciles o tiempos duros?
- Cuando nos enfrentamos a circunstancias estresantes: ¿hacemos un esfuerzo conjunto para salir de ellas? ■





Nueva línea de productos

Batidora Planetaria
COBP-0001



- Potencia**
600 W
- Bowl** de
1.5Kg / 4L
- 6**
Velocidades
- Terminaciones
en acero inoxidable



Yogurtera
COYG-0001



- Potencia**
650 W
- Capacidad**
de 1,2L
- Timer** ajustable
de 1 a 14 horas
- Terminaciones
en acero inoxidable



Auriculares Bluetooth
COAR-0002



- CONEXIÓN**
BLUETOOTH
- Función**
manos libres.
- Batería**
180 mAh
Recargable
Duración: 6hs.



Vaporiera
COVP-0001



- Potencia**
650 W
- Capacidad**
de 5L
- Timer analógico**
de 60 minutos
- Incluye recipiente
de sopas y arroz



Pochoclera
COPC-0001



¡Prepara deliciosos
pochoclos para toda
la familia!

- 3'**
3' de
cocción
- Capacidad:**
60g. de Maíz
- Preparación**
sin aceite



Parlante Bluetooth
COPB-0002



- CONEXIÓN**
BLUETOOTH
- Función**
manos libres.
- Batería**
1200 mAh
Recargable
Duración: 4hs.



POR UNAS FIESTAS MÁS SALUDABLES

De acuerdo con la opinión de entendidos en la materia, “no hay alimentos buenos o malos sino dietas sanas y equilibradas o no adecuadas”. Por tal razón, en ocasiones donde la comida pasa a ser gran protagonista de las reuniones, resulta muy útil tener presente algunos consejos nutricionales que puedan ayudarnos a abordar las celebraciones de fin de año.

Comer copiosamente provoca, además de la temida ganancia de peso, un esfuerzo adicional del aparato digestivo que puede suponer secuelas desagradables, más allá de que los nutrientes necesarios no llegan al organismo de forma adecuada, por lo que se produce un inevitable decaimiento físico.

Para evitar esta situación y con las celebraciones de fin de año al alcance de la mano, resulta aconsejable adoptar sencillas precauciones en estos días:

1. No saltar ninguna comida. Es preferible una alimentación ligera (frutas, ensaladas, jugos), de manera que se compensen los excesos y realizar entre cuatro o cinco comidas diarias. Comer despacio, masticando bien los alimentos y disfrutando de la conversación.

2. Es conveniente que los platos se elaboren con raciones equilibradas, acompañados de ensalada y verduras, evitando repetir. Las verduras crudas son ricas en enzimas y facilitan la digestión.

3. Beber 2 litros de agua al día fuera de las comidas e infusiones.

4. Consumir alimentos con grasa insaturada de origen vegetal: aceite de oliva, frutos secos, pescado, ingiriendo con moderación aquellos insumos que contengan grasas saturadas como embutidos, quesos grasos o manteca, de manera que no superen el 7% del contenido calórico total.

5. La ingesta de fibras tiene que estar presente a través de pan integral, verduras, legumbres y frutas, porque ayudan a eliminar toxinas y a la vez proporcionan sensación de saciedad.

6. Tomar alcohol con moderación, pues contiene las mismas calorías que la grasa.

7. En lo posible consumir dulces que contengan una proporción considerable de frutos secos, como es el caso del turrón, con un porcentaje mínimo de un 60% de almendras. A pesar del aporte calórico, tiene un perfil lipídico saludable, ya que hay una mayor cantidad de grasas insatu-



radas (80-90%).

8. Es preferible sustituir el azúcar por edulcorantes.

9. Tomar un yogur probiótico al día, ya que facilita la digestión y reduce la hinchazón y las molestias digestivas.

10. Tener presente que la actividad física ayuda a mejorar la digestión. Por tal motivo, hay que caminar como mínimo una hora al día.

Calidad en lugar de cantidad

Siempre que no haya contraindicaciones médicas, se puede comer de todo con moderación. Aquellas personas que padecen patologías diversas, como es el caso de diabéticos, hipertensos o celíacos, no deben apartarse de sus respectivas dietas, porque de lo contrario podrían sufrir descompensaciones o complica-

ciones físicas.

También se debe prestar atención a la ingesta de azúcar en los niños, de manera tal que coman dulces en forma racionada para evitar indigestiones. En el caso de los ancianos es muy importante no descuidar la hidratación y aumentar el consumo de sopas y caldos no calóricos.

Asimismo hay que tener en cuenta que las celebraciones de fin de año duran dos semanas y no un trimestre, por lo que es factible limitar la etapa de reuniones a un período concreto que no se extienda en el tiempo.

Finalmente hay que dejar de lado el sesgo inconsciente de que las fiestas representan un periodo de excesos. Una buena manera de modificar el enfoque es canalizar el mayor gasto en comprar calidad en lugar de cantidad. ■



FINLANDIA

GUACAMOLE



NUEVO

UN QUESO DEMASIADO RICO.

 SOY.FINLANDIA

Vías de contagio

En concreto, el virus del sida se transmite a través de la sangre, el semen (incluido el fluido preseminal o previo a la eyaculación), así como el fluido vaginal y la leche materna.

El VIH puede introducirse en el organismo por el recto, la vagina, el pene, la boca, otras mucosas, como el interior de la nariz, o directamente a través de las venas.

Las vías de contagio más frecuentes son:

- Por relación sexual (vaginal, oral o anal) con una persona infectada por el VIH.
 - Al compartir agujas, material de inyección o de consumo de drogas.
 - Por la llamada transmisión vertical (de madre a hijo).
 - Ser receptor de una transfusión de sangre o de un producto hemoderivado.
- En contrapartida, el virus del sida no se transmite:
- Por el aire ni por el agua.
 - A través de animales o insectos (como los mosquitos).
 - Por compartir los cubiertos, las servilletas, los aseos o cualquier otro instrumento que no implique contacto sanguíneo o de fluidos sexuales.
 - Por las heces, el fluido nasal, la saliva, el sudor, las lágrimas, la orina o los vómitos, a no ser que estén contagiados de sangre.
 - Por tocar, besar, acariciar o abrazar a una persona infectada. ■



EL SIDA TODAVÍA EVIDENCIA CIFRAS QUE ALARMAN

Cada 1 de diciembre se celebra el Día Mundial de la Acción contra el Sida, una oportunidad para concientizar, educar y mejorar acerca de los inconvenientes que el VIH acarrea a la salud pública en el planeta. Si bien ha habido grandes avances para combatirla, la enfermedad causa la muerte de alrededor de un millón de personas por año.

El virus de inmunodeficiencia humana (VIH), que se transmite por la sangre y los fluidos corporales, debilita el sistema inmunitario hasta causar el síndrome de inmunodeficiencia adquirida o sida, dejando las defensas naturales vulnerables a cualquier infección.

De tal manera, la debilidad de las defensas puede dar lugar a la aparición de enfermedades como la candidiasis, la neumonía o la tuberculosis, la principal causa de muerte entre las personas con VIH.

Si bien la presencia del virus de inmunodeficiencia humana puede confirmarse con un simple análisis de sangre en busca de anticuerpos, muchas personas viven con él durante años sin mostrar síntoma alguno y pueden no conocer su estado.

Aunque el sida no tiene cura, el tratamiento con antirretrovirales o terapias combinadas ayudan a combatir el virus, permitiendo a los infectados llevar una vida saludable sin que su sistema inmune se deteriore rápidamente y reduciendo casi

a cero el riesgo de transmisión del virus a otra persona.

Más allá de que se considera que el tratamiento reduce la probabilidad de transmisión del virus hasta en un 96% y que, por lo tanto, el tratamiento representa una forma muy eficaz de prevención, estudios dados a conocer hacia fines de 2017 dieron cuenta que casi 37 millones de personas estaban infectadas con VIH, en su gran mayoría del África subsahariana.

De acuerdo con las últimas recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (OMS), aquellas personas que sean diagnosticadas con VIH deben comenzar de inmediato con el tratamiento.

Por otra parte, su adhesión al tratamiento debe monitorearse con pruebas de carga viral, midiendo la cantidad de copias del virus en sangre para comprobar si se mantiene en niveles indetectables o si es necesario cambiar a un régimen de segunda o tercera línea. ■

DON SATUR

Fundado



en 1967



A 175 AÑOS DE LA INICIATIVA QUE SENTÓ LAS BASES DEL COOPERATIVISMO

La Sociedad Equitativa de los Pioneros de Rochdale, fundada el 21 de diciembre de 1844 por 28 obreros y artesanos de la citada localidad cercana a Manchester (Inglaterra), es considerada la primera cooperativa del mundo porque, tomando experiencia de frustraciones anteriores, fue la que fijó las bases del movimiento cooperativo.



Algunos de los pioneros fundacionales fotografiados en 1865 por John Jackson.

Con el hambre acechando, fuentes laborales que no abundaban y una muy precaria esperanza de vida, la Inglaterra de mediados de siglo XIX se debatía entre grandes encrucijadas.

En ese contexto, los obreros tejedores que habitaban la localidad de Rochdale afrontaban condiciones de trabajo miserables y bajos salarios, por lo que no podían pagar los elevados precios de los alimentos y artículos domésticos.

Fue entonces cuando decidieron reunir sus escasos recursos y trabajar juntos para acceder a bajo precio a bienes de consumo básicos, en principio cuatro productos: harina, avena, azúcar y manteca, que transportaron en carretillas desde Manchester.

Así surgió en la noche del 21 de diciembre de 1844 la Sociedad Equitativa de los Pioneros de Rochdale, la primera cooperativa de consumo, que sentaría las bases del movimiento cooperativo moderno.

Los Pioneros de Rochdale se inspiraron en Robert Owen (un apasionado socialista galés que se convirtió en el gran impulsor y líder del movimiento obrero británico) y usaron sus ideas para crear los valores cooperativos, de manera tal que cualquier

persona podía unirse a la cooperativa mediante el pago de una libra, sin importar su religión, trabajo o partido político.

Además, se especificó que cada persona tendría un voto, que sólo se venderían mercancías “puras” y que las ganancias serían compartidas entre los miembros como dividendos.

Al respecto, el estatuto de la Cooperativa de Rochdale dispuso que los excedentes anuales se distribuirían a los asociados en proporción a las compras realizadas por cada uno de ellos, pero advirtieron que era necesario que esos excedentes sirvieran además para consolidar la cooperativa e impulsar su progreso.

La iniciativa cobró fama asimismo por desarrollar los llamados Principios de Rochdale, asumidos después por cooperativas en todo el mundo y centrados en la libre adhesión y el libre retiro; el control democrático por parte de los asociados, que además participaban económicamente; la autonomía e independencia en las decisiones; el fomento de la educación, capacitación e información; la cooperación entre cooperativas y el interés por la comunidad.

Los 28 primeros miembros de aquella cooperativa, centrada en la unión de las

ideas, la fuerza del trabajo y la capacidad intelectual que apoyó y compartió el propósito perseguido, alcanzaron reputación universal por la importancia de la tarea realizada y por el desarrollo logrado por la empresa que fundaron.

Los integrantes de esa sociedad fueron James Smithies, John Kershaw, William Cooper, John Scrowcroft, John Collier, James Standing, Miles Ashworth, Joseph Smith, James Tweedale, Robert Taylor, Jhon Hill, James Wilkinson, Jhon Holt, Georges Healey, Charles Howarth, David Brooks, Samuel Ashworth, William Mallalien, James Daly, John Bent, James Maden, James Manock, William Taylor, Benjamin Reedman, John Garside, Samuel Tweedale, James Bramford y Ana Tweedale.

El fin perseguido fue tan exitoso que después de un año los miembros de la cooperativa ya sumaban 74, y para 1860 habían crecido a 3.450, producto de que ya se contaba con 6 tiendas nuevas.

Por otra parte y merced a la iniciativa de los Pioneros de Rochdale muchos hombres y mujeres tuvieron la oportunidad de participar en las votaciones aun antes de que existieran las elecciones generales. ■



El cuidado de Dove para tu pelo,
inspirado en la naturaleza.





ENSALADA ALEMANA DE PAPAS

Ingredientes:

1 kg de papas
1 cebolla colorada mediana
Sal y pimienta
200 gr de mayonesa
200 gr de crema de leche
5 pepinillos agridulces
6 salchichas alemanas
2 cucharadas de mostaza

Preparación: Lavar bien las papas y ponerlas a hervir en abundante agua, sin pelarlas, hasta que estén blandas. Sacarlas del agua y reservar hasta que se enfrien. Para preparar el aderezo de la ensalada hay que cortar la cebolla en cubitos muy finos, agregar la sal, la pimienta, la mayonesa y la crema. Verter

dicha preparación poco a poco sobre las papas. Colocar las papas en una ensaladera y agregar por pepinillos cortados en pequeños trozos y las salchichas trozadas en tamaño de un bocado, previamente hervidas. Untar con mostaza, mezclar con cuidado y servir. ■



Por Ignacio Gerbino

Alternativas para el menú de las FIESTAS

Con el ajetreo cotidiano, preparar una comida o una cena especial y para más comensales de lo acostumbrado no resulta una tarea fácil de compaginar con el trabajo, la compra de regalos y los compromisos sociales de fin de año. Por eso brindamos algunas ideas rápidas y fáciles para no trabajar demasiado y, a la vez, agasajar a nuestros invitados como lo merecen.

MATAMBRITO DE CERDO RELLENO

Ingredientes:

1 matambrito de cerdo
Sal y pimienta
100 gr de panceta ahumada
100 gr de mozzarella
1 pimiento amarillo
50 gr de aceitunas negras
Hilo bramante
Papel aluminio

Preparación: Colocar el matambre de cerdo sobre una tabla de madera y quitarle el exceso de grasa. Salpimentar a gusto y reservar. Colocar la panceta ahumada y la mozzarella en fetas sobre el matambre, el pimiento en tiras finas y las aceitunas.

Enrollar y atar con el hilo bramante, apto para bridar carne.

Envolver el matambre con papel aluminio y colocar en una bandeja. Cocinar en el horno, aproximadamente a 180° C, durante 20 minutos. ■



PAN DE CARNE



Ingredientes:

800 gr de carne picada
Sal y pimienta
3 huevos
1 atado de ciboullete
5 cucharadas de salsa de soja
2 cucharadas de mostaza
Papel film
200 gr de jamón cocido
1 lata de champiñones
50 gr de aceitunas verdes
200 gr de mayonesa
100 gr de queso crema

Preparación: Poner la carne picada en un recipiente amplio junto con los condimentos, el huevo y el ciboullete. Hacer una marinada con la salsa de soja y la mostaza y agregarla al contenido. Con las manos integrar todo y unir bien.

Estirar la preparación sobre una placa cubierta con papel film y colocar el jamón cocido, los champiñones y las aceitunas verdes. Cerrar el pan enrollando como si fuera un pionono, envolver con papel film nuevamente y llevar a un horno a 180° C.

Servir con la preparación de mayonesa y queso crema. ■



POSTRE BALCARCE

Ingredientes:

2 piononos
Papel film
1 lata de duraznos
500 gr de dulce de leche
1 paquete de merengues
500 gr de crema
200 gr de azúcar impalpable

Preparación: Colocar los piononos en dos fuentes amplias para servir.

Forrar un bol con papel film y colocar uno de los piononos. Cortar los excedentes. Humedecer con el jugo del almíbar de los duraznos y untar con dulce de leche. Luego colocar unos trozos de merengue, añadir crema batida a medio punto y

terminar con duraznos en trozos.

Agregar una capa de pionono y repetir esta operación con todos sus ingredientes 2 veces hasta cubrir el bol.

Llevar a la heladera aproximadamente 3 horas y desmoldar. Espolvorear con azúcar impalpable antes de servir. ■



Goyena
Instituto Superior de la Bahía Blanca

Nuestras Carreras:

- Tecnicatura Superior en Servicios Gastronómicos / Chef
- Tecnicatura Superior en Traductorado 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

Abiertas las
INSCRIPCIONES
CICLO LECTIVO
2019



Av. Colón 446, Bahía Blanca Tel: (0291) 454-7511 / 452-5613 consultas@institutogoyena.com.ar www.institutogoyena.com.ar




**VOLVÉ A PROBARLO
POR PRIMERA VEZ**



Un ejemplo de INCLUSIÓN

En un hecho que no conoce precedentes en el fútbol argentino, Giuliano Pambianco, arquero del club Sansinena de General Cerri con síndrome de down, debutó de manera oficial en la Liga del Sur. La emotiva historia, que despertó una amplia repercusión incluso más allá de nuestro país, contuvo la participación de varios protagonistas que unieron lazos para forjarla.



Fotos gentileza Néstor Caniqueo



“**Giuli, preparate** que vas a entrar”. La voz firme de Fabián Ehulech, entrenador del primer equipo de Sansinena que juega en la Liga del Sur, sirvió como prólogo a una emotiva historia que motivó la mayor alegría en la vida de Giuliano Pambianco, un cerrense que a los 29 años se convirtió en la primera persona con síndrome de down que jugó oficialmente en el fútbol argentino.

El hecho surgió de manera espontánea y, más allá de que contuvo varios protagonistas, nadie pensó en la enorme trascendencia que tomaría, incluso en el plano internacional.

“Hablé con la gente del club La Armonía, nuestro rival de turno, y encontré el mayor eco así como de la terna arbitral, que también colaboró sobremedida para hacerle pasar el mejor momento a Giuliano”, sostiene Ehulech.

“Siento una enorme satisfacción por todo lo que rodeó al partido y porque Giuli por fin pudiera dejar de lado la rutina que venía haciendo siempre -entrar en calor, sacarse la foto con el equipo y después mirar el partido desde afuera-, para pararse abajo del arco y tener los minutos más felices de su vida”, afirma.

El primer contacto de Giuliano con el fútbol se dio allá por 2014 y fue gracias a Gonzalo Medrano, un símbolo de Sansinena que se cruzó en el camino del más chico de los cuatro hijos de la familia Pambianco para cambiar radicalmente su vida.

“Cuando falleció Hugo, su padre, Giuliano se encerró en su casa y dejó de ir a trabajar en la limpieza de la plaza del pueblo, la labor que desarrollaba como empleado municipal. Fue entonces cuando hablé con las autoridades y le propuse que volviera a la Muni, aunque esta vez como

ayudante electricista, acompañándome en el camión”, cuenta Medrano.

El entusiasmo de Giuli fue tal que no sólo retomó puntualmente el trabajo sino que aceptó la invitación de Gonzalo para acompañarlo a los entrenamientos una vez finalizada la jornada laboral.

“De una dijo que quería ser arquero y así empezó a cambiarse con sus nuevos compañeros, que enseguida pasarían a ser sus amigos. Después hacía su rutina, elongaba con todos nosotros y esperaba a que terminara de bañarme para volver conmigo a su casa”, acota el hoy jugador de Unión Bernasconi, en la Liga Cultural Pampeana, quien tiene pensado retornar en 2020 al club de sus amores para saldar una cuenta pendiente: llegar a los 400 partidos con la camiseta albirroja.

Simpatizante de River e integrante de

una peña folklórica, Giuliano entrenó con tanto entusiasmo que motivó a la directiva de la institución a ficharlo en la Liga del Sur como paso previo a que pudiera jugar.

“Giuli está siempre en el club y es uno más de todos nosotros, por lo que quisimos darle un viso oficial a su debut. La respuesta de lo que suscitó el partido fue inesperada y sobrepasó lo que pudiéramos imaginar. Todo el mérito es de los jugadores y los cuerpos técnicos de los dos equipos que entendieron a la perfección el momento y se brindaron para que Giuliano, a quien conozco de toda la vida, pudiera cumplir su sueño”, explica Fabián Diana, presidente de la entidad de General Cerri.

Precisamente en la formación de Giuliano también tiene mucho que ver Fermín Ponte, el entrenador de arqueros de la institución que en la actualidad juega el Torneo Federal A.

“Poder entrenar a Giuli es uno de los mayores placeres que me deparó el fútbol. Uno a veces piensa en la alegría que representa ganar un campeonato, pero hacer feliz a una persona que es todo amor está a la par

de cualquier conquista”, resalta.

“Trabaja en la medida de sus posibilidades como si fuera un arquero profesional y en lo personal sólo aportó mi granito de arena para que él sea feliz haciendo lo que más le gusta”, agrega.

Giuli entró a 5 minutos del final bañado en aplausos de todos los presentes en reemplazo de Santiago Alvarez, el arquero titular, quien le dispensó un afectuoso abrazo al igual que el resto de los compañeros con los que se fue cruzando camino al arco.

En la tribuna estaba su familia y la pequeña Martina, la hija de tres meses de Gonzalo Medrano que hace poco se convirtió en su ahijada.

“Con mi mujer le prometimos que si tendríamos otra hija sería su ahijada y cumplimos. Por eso resultó una emoción doble el día del partido cuando les sacaron una foto juntos en la cancha”, resalta Medrano.

La emoción familiar

“Cerri es una comunidad chica y Giuliano se convirtió en todo un personaje de un pueblo donde siempre lo trataron

como uno más, más allá de que él sabe que es diferente y que hay cosas que no puede hacer”, resalta Melina Pambianco, una de las hermanas de Giuli junto a Yamila y Albana.

“Es un chico sumamente dócil y cuando empezó a ir a Sansinena pudo alcanzar una vida social más amplia. Por esa razón le estamos muy agradecidos al club, que ahora tuvo este gesto por el que recibimos llamados de todas partes del mundo”, añade.

Melina tiene claro que el puñado de minutos que su hermano estuvo en cancha serán inolvidables. “Este hecho grafica lo que puede lograr la inclusión, marca un antecedente importante y le abre a la puerta a que muchos más chicos puedan alcanzar lo que anhelan”, subraya.

Luego de que el propio presidente de la AFA, Claudio Tapia, lo invitara a conocer el predio de la entidad situado en Ezeiza, Giuliano fue convocado para integrar la preselección argentina de jugadores con síndrome de down que se apresta para tomar parte de un torneo que se desarrollará en Turquía. ■

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



El acto del 99 aniversario de La Coope, en el que hicieron uso de la palabra Mónica Giambelluca, Héctor Jacquet, Vilma Mellado y Alejandro Cuello (de izq. a der., respectivamente) contuvo un reconocimiento a quienes cumplieron 25 años de labor en la entidad y a ex colaboradores que este año alcanzaron su jubilación.



SALUTACIONES

En conmemoración del 99 aniversario de la Cooperativa Obrera, Daniel Adrián Álvarez, representante del Grupo Cepas, hizo entrega de una plaqueta recordatoria a la Cra. Mónica Giambelluca, presidenta de La Coope. También tomó parte del acto Héctor Jacquet, gerente general de nuestra entidad.

Asimismo, con idéntico motivo enviaron salutations la Agrupación de Jubilados de la Cooperativa Obrera, El Hogar Obrero, San Cristóbal Seguros, el rectorado de la Universidad Nacional de La Pampa, la Sociedad Italiana de Punta Alta, El Nido y Nacer. ■

99° ANIVERSARIO DE LA COOPERATIVA OBRERA

Se llevó a cabo en la sala Américo Agostini de la Gerencia de Cultura de la Cooperativa Obrera el acto institucional en conmemoración del 99° aniversario de la entidad.

La apertura se realizó con un mensaje de la presidenta Cra. Mónica Giambelluca y como ya es tradicional se reconoció por haber cumplido 25 años de labor en la entidad a 9 colaboradores.

También hubo otro reconocimiento para 22 ex colaboradores que han sido parte de la historia de La Coope y que durante este año alcanzaron su jubilación, dejando una huella en el camino recorrido a través de su compromiso en la tarea cotidiana y contribuyendo en el crecimiento sostenido de la institución.

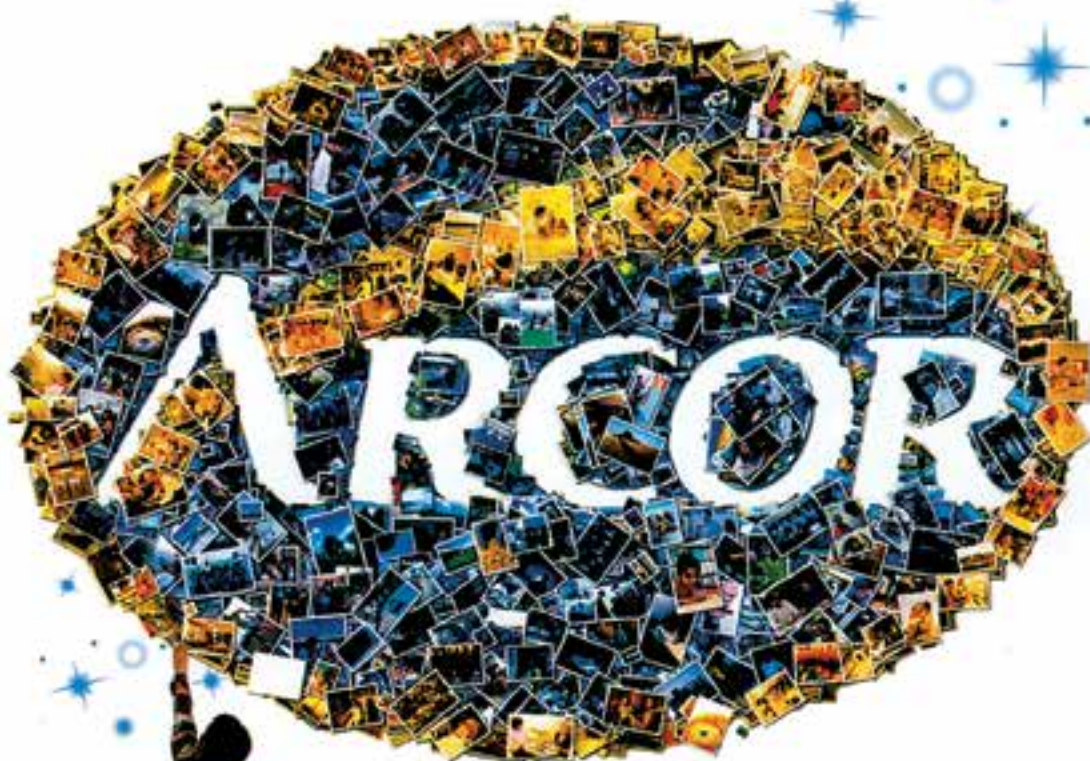
La Cra. Vilma Mellado, en representación de los flamantes jubilados, y

Alejandro Cuello, en nombre de quienes llegaron a los 25 años prestando servicios en la empresa, hicieron uso de la palabra para expresar el significado de su paso por la institución.

Por último, el gerente general Héctor Jacquet tuvo a su cargo el lanzamiento del programa Rumbo al Centenario, que incluirá varias actividades con las que la Cooperativa Obrera celebrará sus 100 años de vida.

Paralelamente se proyectó un video alusivo al centenario que destaca el apoyo de miles de asociados que eligieron a La Coope durante casi un siglo, y el esfuerzo cotidiano de dirigentes y colaboradores, que a lo largo de esta historia y merced a su trabajo y compromiso, contribuyeron a engrandecer a la entidad. ■

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

QUEDÓ INAUGURADA LA SUCURSAL 131 EN CHOS MALAL

El 15 de noviembre pasado abrió sus puertas la sucursal 131 de la Cooperativa Obrera situada en la ciudad neuquina de Chos Malal, un local de 609,5 metros cuadrados de superficie ubicado en Sarmiento 390 casi esquina Lavalle.

Las aperturas de sucursales de La Coope en territorio neuquino continuarán en los próximos días, ya que está previsto la inauguración de una segunda boca de expendio en la propia Chos Malal, así como un flamante local que brindará servicios en Junín de los Andes, sumándose al emprendimiento realizado en Las Lajas, que también vio la luz en 2019.

En el acto de inauguración, la Cra. Mónica Giambelluca, presidenta de la Cooperativa Obrera, sostuvo que “llegar a esta histórica ciudad cordillerana, referente del norte de esta querida provincia, localidad que supo ser la primera capital del territorio del Neuquén, confirma el fuerte vínculo de la Cooperativa Obrera con todos los consumidores del territorio provincial”.

Destacó, además, que “concretamos así nuestro objetivo de extender el cooperativismo de consumo en el país, y ofrecer una propuesta con amplio surtido, buenos servicios y variadas acciones comerciales, acordes a las expectativas de los chosmalenses”.

“Con este local y el que inauguraremos antes de fin de año también Chos Malal, garantizamos la continuidad de trabajo digno y seguro de 44 empleados que venían prestando servicios en el anterior supermercado y que ahora pasan a formar parte de nuestra gran familia cooperativa,



Mónica Giambelluca



Víctor Gutiérrez



que hoy genera trabajo para más de 5.500 personas”, concluyó.

En tanto, el intendente municipal Víctor Hugo Gutiérrez resaltó que “en un momento en el que el país vive una situación económica agobiante, en Chos Malal se habla de un emprendimiento de una empresa de la economía social que significa crecimiento para la comunidad”.

Afirmó asimismo que “contabilizando el próximo supermercado que la Cooperativa

Obrera habilitará en esta ciudad, se mantuvo la fuente laboral de 44 personas, por lo que agradezco a la empresa por haber cumplido todo lo que se había hablado en las reuniones previas que mantuvimos”.

“La Cooperativa Obrera no sólo brindará 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”, concluyó. ■

COOPEHOGAR: UN NUEVO SERVICIO PARA LOS ASOCIADOS

En procura de brindar nuevos servicios a sus asociados, la Cooperativa Obrera acaba de lanzar el sitio web www.coopehogar.coop, en el que pueden adquirirse de manera rápida, cómoda y confiable distintos artículos por internet con apreciables ventajas.

De tal manera, desde cualquier dispositivo móvil (celular, tablet, computadora), en el horario y lugar que el interesado desee, es factible no sólo elegir, comparar y comprar artículos del hogar, tecnología y tiempo libre, sino también

realizar el pago de la compra en línea, a través de tarjetas de crédito, débito y credenciales de servicios cooperativos.

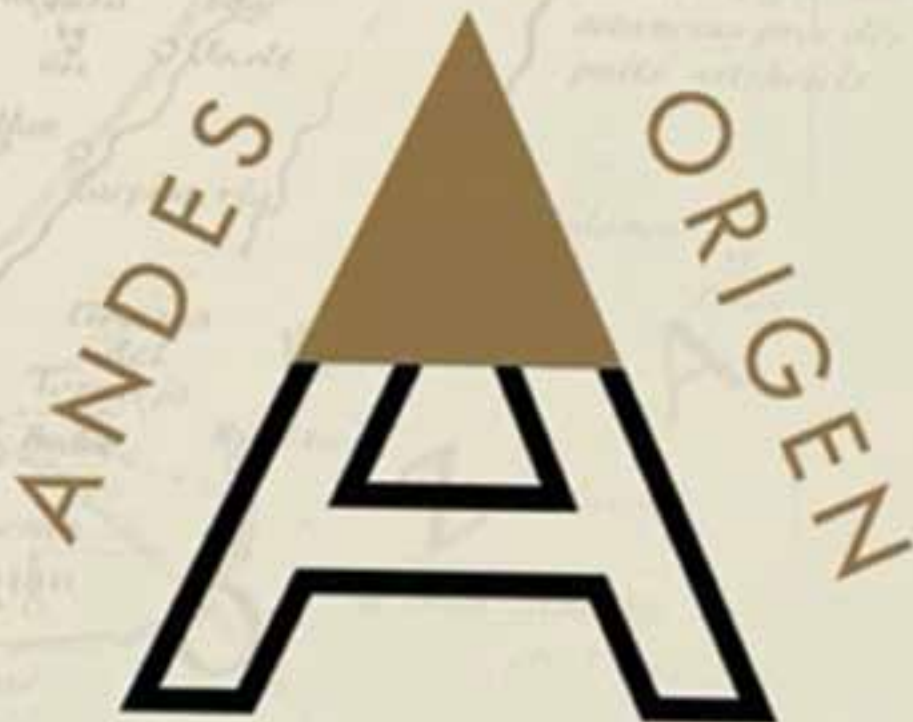
En la página se puede obtener además el más amplio surtido de catálogos y todas



las opciones comerciales en materia de ofertas y descuentos.

Para adquirir los productos no es necesario ser asociado de La Coope y en esta primera etapa los productos adquiridos pueden ser enviados a domicilio o bien retirados en las sucursales situadas en Bahía Blanca y en las localidades de Ingeniero White, General Cerri, Cabildo y Punta Alta.

En próximas etapas el servicio será habilitado a otras ciudades en las que está presente la Cooperativa Obrera. ■



CERVEZA
MENDOCINA
DE ORIGEN



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

ACTOS DE RECONOCIMIENTO DEL 32º CERTAMEN ESCOLAR



Un total de 1.356 trabajos, pertenecientes a 1.320 alumnos de 4º, 5º y 6º año de entidades educativas de una amplia región, tomaron parte del 32º Certamen Escolar sobre “¿Qué trabajo imaginás en el futuro?”, organizado por la Cooperativa Obrera.

Entre los trabajos presentados el jurado seleccionó 142 obras, siendo distinguidos los alumnos autores y las escuelas a las que pertenecen., así como 76 docentes que oficiaron de guías para la realización de las distintas presentaciones.

Los actos de reconocimiento se llevaron a cabo en el auditorio Américo Agostini del Centro Cultural de la Cooperativa Obrera en Bahía Blanca; el Salón de Usos Múltiples de La Coope en Punta Alta; el Salón del Sindicato de Luz y Fuerza de Coronel Suárez y el Concejo Deliberante del partido de Saavedra.

En tanto, en el resto de las localidades, los encargados de las distintas sucursales de la Cooperativa Obrera hicieron entrega de las distinciones instituidas. ■

NUEVA CASA DE COOPEVIAJES.COM

Quedaron formalmente inauguradas en Yrigoyen 355 de Bahía Blanca las flamantes instalaciones de la casa central de Coopeviajes.com, una empresa líder de la actividad turística de una amplia región que brinda sus servicios desde 1995 y que desde 2007 se encuentra certificada en Calidad bajo Normas ISO 9001 en todos sus procesos.

Surgida en principio como Nikant Tour SA, el posicionamiento y la evolución que adquirió la empresa dio origen a la necesidad de modificar la designación comercial por lo que, con la debida autorización del Ministerio de Turismo, pasó a operar con la nominación con la que hoy se la conoce: Coopeviajes.com.

La planta baja del edificio, de 300 metros cuadrados de superficie y donde se desarrolla la atención al público, contiene oficinas comerciales y un salón de usos múltiples, mientras que en la planta alta (de 208 metros cuadrados) se ubican oficinas administrativas, una sala de servidores y áreas de servicios para el personal.

Además de la nueva casa central, desarrollada con la más moderna tecnología, la empresa cuenta con otros dos puntos de venta, integrados por la sucursal situada en el Bahía Blanca Plaza Shopping y la página web Coopeviajes.com. ■



LA COOPE CONTUVO EL DEBATE DE CANDIDATOS A INTENDENTE DE LA CIUDAD DE BAHÍA BLANCA

Se llevó a cabo en el auditorio del Centro Cultural de la Cooperativa Obrera el debate de candidatos a intendente de Bahía Blanca, organizado por la Universidad Nacional del Sur y la Universidad Tecnológica Nacional.

De tal forma, los candidatos Héctor Gay (Juntos por el Cambio); Néstor Conte (Frente de Izquierda y de los Trabajadores); Federico Susbielles (Frente

de Todos); Leonardo Valente (Todos por Bahía) y Luis Alberto José (Frente NOS) tuvieron 2 minutos en cada uno para referirse a cada uno de los ejes de debate, que se centraron en:

- Infraestructura, tránsito y transporte.
- Empleo e inclusión social.
- Salud y medio ambiente.
- Rol de las universidades en la ciudad y trabajo en conjunto con el Municipio.

• Tema libre.

Al final de cada tema, los candidatos pudieron ampliar, criticar o ejercer un derecho a réplica y luego se abrió un espacio en el que cada aspirante pudo formular una pregunta a sus competidores, que tuvieron un minuto para responder.

El debate se cerró con 5 preguntas realizadas por vecinos. ■

Colgate

**Más que una
crema dental,
una experiencia**



Con carbón activado





CAYO ENSENACHOS: UNA JOYA DE LA CORONA TURÍSTICA CUBANA

Los motivos para visitar Cuba son variados: playas de ensueño, agradable clima tropical durante todo el año, tesoros naturales y arquitectónicos, buena gastronomía, gente amable y hospitalaria. Para descubrir estas maravillas nada mejor que recorrer uno de los cayos más atractivos de la isla caribeña.

Si el objetivo es desconectarse de la realidad y sentirse alejado del mundo, pero con numerosos atractivos al alcance de la mano, Cayo Ensenachos puede representar una magnífica opción a la hora de elegir un destino de descanso que combine magníficas playas y naturaleza exuberante, con tentadoras propuestas de turismo cultural.

Este islote prácticamente virgen en el que se encuentran las mejores playas de la zona: Los Ensenachos y El Mégano, con olas pequeñas y agua con tonalidades entre verde y azul, está situado frente a la costa norte de la provincia cubana de Villa Clara, separado de la isla principal (situada

a 30 kilómetros y conectada mediante una autovía) por la bahía de Buenavista.

Del mismo modo, Cayo Ensenachos forma parte de una constelación de más de 500 islotes que se conocen como Cayos de la Herradura, una superficie marítima de más de 1.300 kilómetros cuadrados y que limita en la zona norte con la segunda barrera de coral más grande del mundo. De ahí que este sea uno de los destinos caribeños más codiciados para hacer snorkel, submarinismo y todo tipo de actividades acuáticas.

Asimismo, a sólo 45 kilómetros se despliega la ciudad de Caibarién, poseedora de una constelación de hermosos cayos y

playas, que ofrece además la posibilidad de admirar el palmar de Araña, uno de los bosques más grandes de Cuba.

La ciudad de San Juan de los Remedios representa otro atractivo cercano, con un centro histórico que cuenta con interesantes muestras de arquitectura colonial española del siglo XVII excelentemente conservada y la iglesia Mayor de San Juan Bautista, con 13 altares.

La capital provincial, Santa Clara, se encuentra a poco más de un centenar de kilómetros de Cayo Ensenachos y es el lugar donde se halla el mausoleo en el que descansan, desde 1997, los restos del “Che” Guevara. ■

Línea de Fiestas



Pan Dulce



VENEZIANA
PAN DULCE CON CHISPAS
DE CHOCOLATE
VENEZIANA x 500 g



VENEZIANA
PAN DULCE SIN FRUTAS
VENEZIANA x 400 g



VENEZIANA
PAN DULCE ESPECIAL
VENEZIANA x 600 g



CORMILLOT
PAN DULCE LIGHT
SIN FRUTAS
CORMILLOT x 500 g



DULCOR
PAN DULCE
DULCOR x 500 g



FRUTICOLOR
PAN DULCE
FRUTICOLOR x 400 g

Budines



VENEZIANA
BUDÍN DE VAINILLA VENEZIANA x 200 g



VENEZIANA
BUDÍN CON CHISPAS DE CHOCOLATE
VENEZIANA x 200 g



VENEZIANA
BUDÍN DE CHOCOLATE CON CHISPAS
VENEZIANA x 200 g



VENEZIANA
BUDÍN MARMOLADO VENEZIANA x 200 g



VENEZIANA
BUDÍN CON FRUTAS VENEZIANA x 200 g

EL LEOPARDO GRIS

Este cuento corto de Silvia García, poetisa y narradora chaqueña radicada en España, que hace mención a la tristeza que experimenta un leopardo que vive en cautiverio, transmite a su vez valores tales como la ilusión, el compromiso y la libertad.

Había una vez un leopardo sin color. Era gris y blanco en vez de tener un pelaje dorado como el resto de sus compañeros y familia.

No obstante, esta falta de color le había hecho tan conocido en la comarca, que los mejores veterinarios y biólogos del mundo querían viajar hasta allí para conocerle.

Deseaban investigar hasta dar con una pócima que le devolviese el color. Hasta el momento, ninguno lo había conseguido porque todos los colores resbalaban sobre la piel del leopardo.

Lo que no sabían es que la falta de color era en realidad símbolo de tristeza, que el hecho de vivir en cautiverio, expuesto

a los ojos de los visitantes del zoológico en el que estaba, había ido poco a poco borrando sus colores.

Un día llegó a la comarca un investigador muy prestigioso, pero algo loco. Lo hacía todo con rapidez y se le rompían las cosas cada dos por tres.

Al llegar a la jaula del leopardo, el doctor chiflado empezó a decirle muy bajito, cerca de la oreja, que él le devolvería el color.

Se puso a preparar una poción hecha con hierbas del bosque y se la dio a beber al leopardo. Al momento, el animal comenzó a tomar colores y tonos vivos.

Lo que la gente no había es que en realidad esa poción no tenía ningún efecto, era solo una maniobra para distraer y

ocultar sus verdaderas intenciones.

Sin embargo, todos quisieron saber cuál era el secreto, qué había hecho en realidad para lograr que el leopardo dejase de ser gris.

No hubo más secreto que prometer al animal que le devolvería la libertad y, por supuesto, cumplir su palabra. Viendo la tristeza que causaba al leopardo su encierro, era lógico que la idea de ser libre le devolviese la ilusión y la sonrisa.

Al final, tras largas negociaciones, los responsables del zoológico donde vivía finalmente accedieron a llevarlo a la selva y liberarlo. Allí, nunca más volvió a perder su color. ■



UNA VENTANA A LA REALIDAD

PANORAMA

LUNES A VIERNES DE 6,30 A 10 HS.

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



CONDUCCIÓN:
JOSÉ MARÍA PAZ



RADIO
BAHÍA
BLANCA
AM 840



Disfrutá

Compartí



Invitá



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. ■

¡QUÉ CALOR!

Tema:
Insolación de las plantas.

NECESITÁS:

- Tres macetas chicas.
- 9 semillas de poroto o de maíz.
- Un Kg de tierra para macetas.
- Una caja que cubra toda una maceta.
- Otra caja igual con un agujero en medio del fondo.





1) Poné tierra y tres semillas en cada maceta.



2) Dejá germinar las semillas por 5 días.



3) Regá las macetas cada día.



4) Dejá al aire libre la primera maceta.



5) Tapá con una caja otra maceta.



6) Cubrí la tercera maceta con la caja del agujero hacia arriba.



7) Observá cómo se comportan las plantas en cada maceta

QUÉ SUCEDIÓ:

Se comprueba que la luz solar es un factor determinante para el desarrollo de las plantas, ya que los vegetales que no reciben luz en cantidad suficiente, no tienen un crecimiento normal.

¡FELIZ 2020!



Quienes hacemos la tarjeta de crédito pensada para vos deseamos que un nuevo año nos encuentre juntos.

ENERO

D	L	M	M	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	

FEBRERO

D	L	M	M	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

MARZO

D	L	M	M	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				

ABRIL

D	L	M	M	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		

MAYO

D	L	M	M	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
24/31	25	26	27	28	29	30

JUNIO

D	L	M	M	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				

JULIO

D	L	M	M	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	

AGOSTO

D	L	M	M	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
23/30	24/31	25	26	27	28	29

SEPTIEMBRE

D	L	M	M	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	M	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

NOVIEMBRE

D	L	M	M	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					

DICIEMBRE

D	L	M	M	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		

ENERO: 1. AÑO NUEVO

FEBRERO: 24 y 25 LUNES Y MARTES DE CARNAVAL

MARZO: 31. DÍA NACIONAL DE LA MEMORIA POR LA VERDAD Y LA JUSTICIA

ABRIL: 3. DÍA DEL VETERANO Y DE LOS CAÍDOS EN LA GUERRA DE MALVINAS / 9 y 10. JUEVES Y VIERNES SANTO

MAYO: 1. DÍA DEL TRABAJO / 25. DÍA DE LA REVOLUCIÓN DE MAYO

JUNIO: 17. PASO A LA INMORTALIDAD DEL GRAL. GÜEMES / 20. PASO A LA INMORTALIDAD DEL GRAL. MANUEL BELGRANO

JULIO: 9. DÍA DE LA INDEPENDENCIA

AGOSTO: 17. PASO A LA INMORTALIDAD DEL GRAL. JOSÉ DE SAN MARTÍN

OCTUBRE: 13. DÍA DEL RESPETO A LA DIVERSIDAD CULTURAL

NOVIEMBRE: 10. DÍA DE LA SOBERANÍA NACIONAL

DICIEMBRE: 8. DÍA DE LA INMACULADA CONCEPCIÓN DE MARÍA / 25. NAVIDAD

NOVO: DOMINGOS Y FERIADOS NACIONALES

NOVO: DÍA QUE SE TRASLADA EL FERIADO

NOVO: DÍA NO LABORABLE

NOVO: FERIADOS CON FINES TURÍSTICOS

NOVO: 150.º ANIVERSARIO DE LA COOPERATIVA COOPEPLUS

Coopeplus

coopeplus.com.ar

NUEVOS
SABORES

Disfrutá el placer
de lo natural



sin Conservantes
Fuente de
vitamina C
sin Azúcar



En cada familia, hay una jarra Arcor