familia
COOPERATIVA
AÑO XLVI
NOVIEMBRE 2019
#408

CUMBRE DEL CLIMA

CLAMOR JUVENIL CONTRA LA INACCIÓN

ARCOR
Natural BREAK
¡Llegó Natural Break!
Una tendencia en el mundo, a la que nos subimos, siendo pioneros en el país
Natural BREAK
ENERGÍA
NUTRITIVO
LIVIANO
Nueva línea Natural break
* Porción justa y equilibrada
* Mixes 100% naturales
* SAN
ENERGÍA
CHIPS DE BANANA - PASAS DE UVA
MANÍ TOSTADO - SEMILLAS DE GIRASOL
PELADAS
NUTRITIVO
MANÍ SALADO - SEMILLAS DE GIRASOL
CASTAÑAS DE CAJÚ - ALMENDRAS
LIVIANO
TRIGO INFLADO - MANZANA
DESHIDRATADA - PASAS DE UVA
- ALMENDRAS
Grupo ARCOR

Año XLVI
NOVIEMBRE 2019
#408

familia COOPERATIVA

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

Reg. Propiedad Intelectual
79.979.585

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

Director:
Héctor Jacquet

Redacción:
Sergio G. Alcalá

Diseño y diagramación:
Nelson R. Huivan

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

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

Tirada mensual:
80.000 Ejemplares

Auditado por:
IVC
Instituto Verificador de Circulaciones

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

EL AÑO DEL CENTENARIO

Hoy, primero de noviembre, se inicia el año que convertirá en centenaria la trayectoria de la Cooperativa Obrera, una empresa social concebida por un grupo de trabajadores bahienses que reaccionaron ante el abuso de precios que padecían al momento de abastecerse de un alimento tan esencial y simbólico como era el pan.

Ha pasado casi un siglo y las circunstancias actuales hacen cierta la clásica frase de que "si no existiera, habría que crearla", reconociendo el acierto de aquellos 173 consumidores que se reunieron en asamblea fundacional en la tarde del domingo 31 de octubre de 1920 y de todos los que prosiguieron el camino.

Nuestros pioneros, al igual que los obreros ingleses de Rochdale que dieron origen al cooperativismo en 1844, contaban con más voluntad que medios y tenían más urgencias que tiempo, pero estaban convencidos de la formación de una cooperativa como depositaria de sus mejores esperanzas, protegidas por el compromiso de cimentar el funcionamiento institucional en los firmes pilares de valores y principios doctrinarios capaces de perdurar mientras se los respetara.

Fue así que concibieron una empresa de puertas abiertas, con libre entrada y salida de quienes desean decidir por sí mismos en defensa de sus legítimos intereses; implantaron el control democrático como reaseguro de la honestidad, estableciendo la ausencia de privilegios para los fundadores o los económicamente más fuertes; utilizaron el capital no en función del lucro sino del servicio, retornando proporcionalmente el excedente del balance económico; respetaron la autonomía e independencia de gobiernos y poderes extraños; apostaron a la educación como forma de elevar el saber colectivo y fortalecer la innovación generadora del constante progreso; propiciaron la integración con otras cooperativas para avanzar hacia formas superiores de gestión; y exhibieron una efectiva preocupación por la comunidad traducida en cuidar permanentemente la calidad de los productos, la salud, el medio ambiente, la cultura y, en general, el bien común.

El secreto del éxito alcanzado por la Cooperativa Obrera, que se refleja en sus dos millones de asociados, reside en ese paso firme y sostenido a través de un siglo que no abandonó jamás el sendero de la cooperación libre y auténtica. ■

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; Protesorera: Cra. María Susana García; Consejeros Titulares: Mario A. Caraffini, María de los Ángeles Celani, José L. Ibaldi, María del Rosario Leyes, Irma Beatriz Palandri y Laura Marisa Pilotti; Consejeros Suplentes: Luis Mariano Abitante, María G. García Merino, Alicia Ester Roca y Dra. María I. Casas. **Sindicatura:** Síndico Titular: Cr. Vicente Chinestra Tárrega; Síndico Suplente: Cr. Daniel G. Potenar. **Gerente General:** Héctor Jacquet. **Subgerente General:** Pablo N. Barbieri. **Auditor Externo:** Cr. Martín De la Dehesa.

ADMINISTRACIÓN
CENTRAL: Paraguay 445, Bahía Blanca, Tel. (0291) 403-9000
DELEGACIONES EN BAHIA 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

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

ALSINA (15): Alsina 645,
Tel. 455-6964
Bº ALMAFUERTE (6): 9 de Julio 136,
Tel. 455-7614
Bº PEDRO PICO (23): Thompson 1133,
Tel. 456-4996
Bº UNIVERSITARIO (12): Paraguay 445,
Tel. 451-0107
CENTRO (5): Belgrano 45,
Tel. 456-0101
ESPAÑA (10): España 737,
Tel. 455-6965
GENERAL PAZ (51): Gral. Paz 249,
Tel. 456-5969
ROCA (18): Roca 34,
Tel. 455-7968
YRIGOYEN (53): H. Yrigoyen 343,
Tel. 455-3264
ZELARRAYÁN (128): Zelarrayán 201,
Tel. 450-0361

ALEM (110): Av. Alem 3170,
Tel. 488-2188
Bº COLÓN (25): Av. Colón 1380,
Tel. 455-9887
Bº NOROESTE (4): Avellaneda 826,
Tel. 456-2075
Bº PACÍFICO (35): 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): Almafuerte 2544,
Tel. 488-6002
Bº ROSENDO LÓPEZ (32): Rincón 3490,
Tel. 481-4213
Bº SAN MARTÍN (9): Brickman 882,
Tel. 455-9596
Bº SAN ROQUE (24): Vieytes 2139,
Tel. 488-5022
BELLA VISTA (50): Av. Pringles 50,
Tel. 456-1929
SÓCRATES (13): Sócrates 2642,
Tel. 481-2300
VILLA LIBRE (44): Láinez 2251,
Tel. 481-0111
VILLA MITRE (2): Washington 437,
Tel. 481-6672
VILLA RESSIA (49): Tte. Farías 1283,
Tel. 456-5336
VILLA ROSAS (11): Perito Moreno 2132,
Tel. 455-0785

CABILDO (7): Vieytes y Azcuénaga,
Tel. 491-8122
GENERAL DANIEL CERRI (3): Saavedra 462,
Tel. 484-6161
INGENIERO WHITE (1): Av. San Martín 3634,
Tel. 457-0131

OTRAS LOCALIDADES DE LA PROVINCIA
9 DE JULIO (111): Av. Mitre 2537,
Tel. (02317) 52-4469
AZUL: (20) Av. Piazza 1101, Tel. (02281) 43-3933 /// **(56)** Av. 25 de Mayo 1272, Tel. 43-2276
BATÁN (115): Calle 35 y Av. Mar del Plata,
Tel. (0223) 464-3506
BENITO JUÁREZ (40): Av. Mitre 87,
Tel. (02292) 45-2480
BOLIVAR (91): Av. Gral. Paz 98,
Tel. (02314) 42-0566
CASBAS (73): Avda. Caride y Sarmiento,
Tel. (2929) 48-1000
CORONEL DORREGO (22): Av. San Martín 274,
Tel. (02921) 45-3338
CORONEL PRINGLES: (29) Pellegrini 771,
Tel. (02922) 46-4812 /// **(47)** Av. 25 de Mayo 1565,
Tel. 46-3311 /// **(48)** Mitre 999, Tel. 46-5294
CORONEL SUÁREZ: (26) Av. Casey 1414,
Tel. (02926) 42-2120 /// **(86)** Av. San Martín 477,
Tel. 42-1428
GENERAL LA MADRID: (55) Azcuénaga 638,
Tel. (02286) 42-1140 /// **(87)** Mitre 551, Tel. 42-0531
GENERAL VILLEGAS (78): Castelli 589,
Tel. (03388) 42-4931
HENDERSON (94): Florida 537,
Tel. (02314) 45-1570
LAPRIDA (97): Av. San Martin 980,
Tel. (02285) 42-1160
LOBERÍA (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 Nº 1202,
Tel. (02262) 43-7900 /// **(39)** Av. 58 Nº 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 Nº 1031,
Tel. (02928) 42-0118
PEHUAJÓ: (106) Alsina 253, Tel. (02396) 47-0833 /// **(109)** Av. San Martín 105, Tel.47-3220
PIGÜÉ (21): Belgrano y Humberto 1º,
Tel. (02923) 47-5680
PUAN (31): H. Yrigoyen 491,
Tel. (02923) 49-9070
PUERTO BELGRANO (68): Av. a la Estación s/n,
Tel. (02932) 43-2709
PUNTA ALTA: (17) Sáenz Peña 467,
Tel. (02932) 42-1000 /// **(19)** Brown 128,
Tel. 42-5052 /// **(34)** Roca 2475, Tel. 43-5526 /// **(57)** Saavedra 55, Tel. 42-3825
QUEQUÉN (72): Calle 550 Nº 892,
Tel. (02262) 45-0288
SAAVEDRA (8): 25 de Mayo e Independencia,
Tel. (02923) 49-7131
SAN 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): Boulevar Silvio Gesell y Paseo 113 bis, Tel (02255) 49-4903
VILLALONGA (90): Don Bosco 172,
Tel. (02928) 49-2033

PROVINCIA DE LA PAMPA
GENERAL ACHA (52): Don Bosco 582,
Tel. (02952) 43-2152
GENERAL PICO (75): Calle 1 Oeste nº 698,
Tel. (02302) 42-1816
GUATRACHÉ (16): Av. Goudge y Pringles,
Tel. (02924) 49-2037
SANTA ROSA: (67) Trenel 1735, Tel. (02954) 42-7979 /// **(76)** Roque Sáenz Peña 899, Tel. 42-6244

PROVINCIA DE RÍO NEGRO
ALLEN: (79) San Martín 454,
Tel. (0298) 445-1766 /// **(80)** Av. Roca 585,
Tel. 445-3434 /// **(107)** Jujuy 8, Tel. 445-0208
CATRIEL (105): Av. San Martín 516,
Tel. (0299) 491-2131
CHIMPAY (99): Sarmiento 342,
Tel. (02946) 49-4260
CHOELE CHOEL: (66) Avellaneda 872,
Tel. (02946) 44-3434 /// **(101)** Avellaneda 962,
Tel. 44-3400
CINCO SALTOS: (58) Av. Roca 998,
Tel. (0299) 498-2817 /// **(83)** Av. Cipolletti 210,
Tel. 498-2799 /// **(116)** Rivadavia 350,
Tel. 498-4217
CIPOLLETTI: (65) Brentana 621,
Tel. (0299) 477-5494 /// **(121)** Av. Mengelle 1060,
Tel. 477-0603
GENERAL FERNÁNDEZ ORO: (81) San Martín 22,
Tel. (0299) 499-6197 /// **(82)** Mitre 419,
Tel. 499-6348
GENERAL ROCA: (60) Tucumán 1330,
Tel. (0298) 442-7547 /// **(61)** Tucumán 330,
Tel. 442-9294 /// **(62)** Av. La Plata 402,
Tel. 442-8645
INGENIERO HUERGO (74): Av. Colón 928,
Tel. (0298) 448-1605
LAMARQUE (102): Rivadavia 412,
Tel. (02946) 49-7597
LUIS BELTRÁN (103): Avellaneda 710,
Tel. (02946) 48-0094
RÍO COLORADO (43): Av. San Martín 879,
Tel. (02931) 43-0135
VIEDMA: (77) Av. Saavedra 1455,
Tel. (02920) 42-7466 /// **(120)** Periodistas Argentinos 322, Tel. 42-2724
VILLA REGINA: (63) Av. Rivadavia 150,
Tel. (0298) 446-2222 /// **(64)** Las Heras 295,
Tel. 446-5488

PROVINCIA DEL NEUQUÉN
ANDACOLLO (117): Av. Cordillera del Viento 330,
Tel (02948) 49-4431
CENTENARIO: (69) Honduras 1111,
Tel. (0299) 489-1829 /// **(70)** Ing. Ballester 740,
Tel. 489-1495 /// **(71)** San Martín 245,
Tel. 489-0747 /// **(95)** Canadá 835,
Tel. 489-8887/// **(96)** Ing. Ballester 383,
Tel. 489-4710
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. San Martín y Sarmiento,
Tel (02948) 49-8509
NEUQUÉN: (84) Piuquén 1780,
Tel. (0299) 433-0955 /// **(113)** Chocón 644,
Tel. 442-4172 /// **(124)** Dr. Ramón 3952,
Tel. 445-1121
PLOTTIER (100): 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

El planeta, en emergencia 6-8

Menos pantallas, más lectura 10

Claves de una alimentación saludable para todas las edades 12

Sarampión: una enfermedad que recrudece 14

Bicentenario del Museo del Prado 16

Recetas prácticas y variadas de waffles 18-20

"La Cooperativa Obrera es una empresa que la gente siente como propia" 22-23

A 30 años de la caída del Muro de Berlín 28

Por los caminos del Inca 30

El planeta, en EMERGENCIA

En la cumbre del clima desarrollada en New York se exigió desde las Naciones Unidas más acciones y menos palabras para hacer frente al cambio climático. En ese contexto, los jóvenes llevaron la voz cantante encabezados por la adolescente sueca Greta Thunberg, quien a través de un discurso descarnado y directo reclamó respuestas a los principales líderes mundiales.

Más allá de que los casi 70 países que tomaron parte de la cumbre del clima organizada por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) en Nueva York se comprometieron a revisar sus planes de recorte de emisiones de gases de efecto invernadero para poder cumplir con los objetivos del Acuerdo de París., expertos en el tema coincidieron en destacar que de no adoptarse medidas drásticas en el corto plazo, el incremento de la temperatura en el planeta a fines de siglo será de más de tres grados.

El Acuerdo de París firmado el 22 de abril de 2016 por 195 países establece que todos los estados deben reducir esas emisiones que sobrecalientan el planeta para cumplir un objetivo común: que el incremento de la temperatura (que juzga irreversible) se quede por debajo de los dos grados centígrados respecto de los niveles preindustriales y si es posible por debajo de 1,5.

Pero la ONU advirtió que el planeta está ya en un aumento de un grado y los planes de recorte resultan insuficientes, ya que se estima que para cumplir la meta de 1,5 grados se necesita que los esfuerzos aumenten entre tres y cinco veces.

Para eso se requiere que al movimiento liderado por las naciones europeas, que se mostraron dispuestas a revisar en lo inmediato los planes que establecen las medidas de recorte que deben tomarse en la próxima década, se sumen China, EE.UU. y la India, tres de los cuatro principales contaminadores, que no figuran entre los países que adhirieron al compromiso de Nueva York.

"Esta no es una cita para venir a hablar, a negociar; no se negocia con la naturaleza", advirtió el portugués António Guterres, secretario general de la ONU, durante la apertura de la cumbre.

"Estamos en un agujero y debemos dejar de cavar", alertó Guterres en referencia a las emisiones que no paran de crecer, al tiempo que reconoció que la deforestación continúa a un ritmo alarmante.

"Cada año se pierden 7 millones de hectáreas de bosque. Y estos no son desastres localizados, sino parte de una amenaza global. No superaremos la emergencia climática sin salvaguardar los pulmones de nuestro planeta", añadió.

Guterres diagnosticó la situación global con las palabras "emergencia climática" y una "amenaza dramática no solo para el futuro sino para el presente". Y le bastó con enumerar las múltiples evidencias para demostrar que "estamos perdiendo la carrera": decoloración de los corales, derretimiento de glaciares, julio de este año fue el mes más caluroso de la historia de la humanidad y se alcanzó el nivel más alto de anhídrido carbónico en la atmósfera.

Sin embargo, Guterres se negó a transmitir desesperanza y resignación. "Hay que llevar adelante medidas de adaptación y mitigación. La ciencia nos dice hoy que los objetivos planteados en el Acuerdo de París todavía son alcanzables", expresó.

También advirtió que "se necesita un cambio profundo en la forma de producir alimentos, en la manera en que organizamos nuestras ciudades, en las distintas fuentes de energía. Cada vez son más las personas, empresas, ciudades y gobiernos que entienden esta necesidad".

Si bien reconoció que después del Acuerdo de París las emisiones continúan en aumento, una vez más destacó el rol activo de la sociedad. "Tengo esperanza porque creo en la presión de la gente. Tarde o temprano todos los gobiernos caen en la influencia de la opinión pública", destacó.

"Me han robado mis sueños"

El clamor de los jóvenes contra la inacción de los gobiernos resultó el hecho distintivo de la cumbre. De hecho, la cara más visible de estas protestas fue la de la sueca Greta Thunberg,

"No debería estar acá. Debería estar de vuelta en la escuela al otro lado del océano, pero vine porque aquí y ahora es donde damos un paso adelante. El cambio viene, les guste o no", sostuvo la activista de 16 años, quien dijo estar "triste y enojada".

Tras insistir con que desde hace más de treinta años "los datos científicos son clarísimos" sobre la crisis climática y sus consecuencias devastadoras, subrayó que "a pesar de eso, todos ustedes vienen a nosotros, los jóvenes, en busca de esperanza. ¿Cómo se atreven? Me han robado mis sueños y mi infancia con sus palabras vacías, y sin embargo soy una

de los afortunadas, porque son muchos los que sufren".

"La gente está muriendo, ecosistemas enteros están colapsando. Estamos en el comienzo de una extinción masiva, y de lo único que se puede hablar es de dinero y cuentos de hadas sobre el crecimiento económico eterno", criticó Thunberg.

Greta aseguró que la propuesta de reducir las emisiones contaminantes a la mitad para evitar que la temperatura del planeta aumente por encima de 1,5 ºC, no es lo suficientemente ambiciosa.

"No es aceptable para nosotros, porque somos lo que vamos a tener que vivir con estas consecuencias", aseguró y afirmó que "los líderes mundiales están fallando a los jóvenes, que estamos entendiendo la magnitud de su traición. Las nuevas generaciones están pendientes de ustedes y si nos fallan nunca se lo perdonaremos", resaltó.

La opinión de Greta se divide entre quienes la admiran y defienden su causa por cuanto la crisis climática nos afecta a todos y los que aseguran que es víctima del accionar de sus padres o incluso una "marioneta" al servicio de grandes intereses.

"Es un producto fabricado y una niña rica" dicen sus críticos, quienes restan importancia a que la adolescente se haya convertido en la voz de la juventud mundial que insta a los gobiernos a poner en marcha medidas para luchar contra el cambio climático.

Como ejemplo, señalan que Thunberg llegó a la reunión de Naciones Unidas en un barco que produce cero emisiones de carbono, aunque su costo es extraordinariamente caro.

"Como habrán notado, las personas que odian están más activas que nunca: me persiguen, critican mi aspecto, mi ropa, mi comportamiento y mis diferencias. Se les ocurren todas las mentiras imaginables y teorías de la conspiración", escribió la sueca a sus 2,3 millones de seguidores en Twitter.

Lo cierto es que su discurso descarnado y acusatorio sorprende e inspira a millones de personas en todo el mundo, pero también molesta sobremanera a grandes líderes políticos de las naciones más poderosas.

Y más con el enorme reconocimiento internacional que le ha valido el impulso de un movimiento global de huelgas escolares en protesta contra la falta de acción de las potencias mundiales para ponerle freno al calentamiento global.

"Es la crisis más importante que ha enfrentado la humanidad jamás. Quiero que escuchen a los científicos y quiero que se unan detrás de la ciencia. Y luego quiero que actúen, porque cuando yo pueda ser política, ya será tarde para actuar", concluyó Greta, quien también recibe burlas por padecer el Síndrome de Asperger, el más leve trastorno dentro del espectro autista.

iLoLay

Lo bueno de ser Natural

www.ilolay.com.ar

Williner

Cara a cara

Expresiones como "quiero verte", "nos encontramos", "paso por tu casa", "tomemos un café" o simplemente "charlemos" parecen ser parte del pasado. Ahora muchos utilizan la comunicación vía redes sociales y se sabe que como mínimo se mira el celular más de 6 veces por hora.

En este contexto, en la comunicación social ya dejó de ser importante la persona real y lo que transmite cuando está cerca, a partir del compromiso afectivo y de interés que significa el cara a cara.

En la actualidad sólo existe la urgencia que el otro conteste, al punto que se dice con enojo "me clavó el visto" sin saber qué es lo que en realidad está sucediendo.

También es importante analizar el uso excesivo de esta valiosa herramienta, que a veces llega ser una adicción porque otorga una comunicación virtual con el riesgo de acceder a situaciones inapropiadas.

Se produce así un aislamiento en el que la persona cree que cuenta con amigos que ni conoce, confundiéndose lo íntimo con lo privado y lo público, con graves consecuencias en materia de seguridad.

Familias y educadores deben prevenir los riesgos a que los jóvenes se someten y el daño al que se exponen, porque se produce un vacío mental no detectado con una creencia o ilusión de estar socialmente integrado, cuando esto no sucede.

Lic. Marta Craichik

MENOS PANTALLA, MÁS LECTURA

Hasta los máximos referentes del mundo tecnológico reconocen que el placer que genera un libro bien escrito difícilmente pueda encontrarse al navegar por las redes sociales. Estar menos tiempo conectados pareciera una difícil misión, pero el objetivo final bien vale la pena intentarlo.

Más allá de que pretender que niños o adultos no utilicen la tecnología que tienen al alcance de la mano resulta una utopía, hay quienes apuntan a instalar una contra tendencia que busca ganar adeptos: un rato está bien, demasiado tiempo ya no tanto.

Sin ir muy lejos, un bar situado en la zona de Palermo puso el dedo en la llaga días atrás cuando instaló un letrero que rezaba: "No hay wifi, hablen entre ustedes". Alguien sacó una foto del mensaje y la subió a las redes sociales, generando un amplio debate sobre el tema.

Hubo quienes le dieron la razón a los autores de la iniciativa, pero también estuvieron los que los trataron de hippies y se rieron de este tipo de premisas.

Contra lo que podría llegar a suponerse, en esta línea que apunta a hablar más y conectarse menos, jugar más y navegar menos, leer más y ver menos pantallas también se encolumnaron trabajadores de empresas alojadas en Silicon Valley, la zona de California (EE.UU.) que aloja muchas de las mayores corporaciones tecnológicas del mundo.

Esta iniciativa surgida en el propio corazón de la tecnología del planeta que apunta a reducir al mínimo el uso de las pantallas tiene algunas aristas. Por un lado es llevada a cabo mayoritariamente por quienes tienen hijos, como una forma de "desintoxicación tecnológica" y por otro, se sostiene en quienes afirman que el abuso de la tecnología lleva a tener menor predisposición para la resolución de problemas a través del pensamiento.

Esta última postura se basa en que tener todo al alcance de la mano con Internet es bueno, pero también puede ser contraproducente, porque si no hay cuestionamientos ni problemas, difícilmente se encontrarán respuestas y soluciones.

HELLMANN'S
EST.1913
HELLMANN'S
EST.1913
CON ACEITE DE
PALTA
y un toque de limón
NUEVA
MAYONESA CON
ACEITE DE PALTA.
SABOR NATURALMENTE
IRRESISTIBLE.

CLAVES DE UNA ALIMENTACIÓN SALUDABLE PARA TODAS LAS EDADES

A medida que envejecemos nuestro apetito experimenta cambios. Por tal razón, es importante adoptar hábitos correctos en relación a los alimentos que ingerimos, porque a lo largo de nuestra vida serán un factor determinante para la salud y el bienestar.

William Shakespeare, en su obra "Como gustes", desglosó la vida en 7 etapas y las describió. Un siglo después, la ciencia está estudiando esas mismas etapas en la vida de una persona en relación a su alimentación y el cambio que implicaría para el organismo.

El objetivo se centra en que conociendo mejor esas fases nos ayudaría a encontrar nuevas formas de afrontar los inconvenientes motivados por una alimentación deficiente y el exceso de consumo y, en particular, los consiguientes efectos sobre la salud.

De los 0 a los 10 años

Los hábitos alimentarios adquiridos en las primeras etapas de la vida pueden arrastrarse a la edad adulta. Por tal razón, poner en práctica una estrategia que favorezca la degustación y el aprendizaje puede ayudar a los niños a conocer alimentos a los que no están acostumbrados, pero que son muy importantes, como las verduras.

De los 10 a los 20 años

La relación que los adolescentes mantienen con la comida determinará sus estilos de vida en los años posteriores. Por esa razón, si no reciben orientación pueden adoptar comportamientos alimenticios y preferencias de consumo que normalmente se asocian con consecuencias poco saludables.

De los 20 a los 30 años

En la edad adulta joven se producen cambios en el estilo de vida que pueden causar un aumento de peso, como por ejemplo asistir a la universidad, casarse o vivir en pareja, y tener hijos.

Una vez acumulada, la grasa corporal a menudo resulta difícil de perder. Cuando consumimos menos de lo que necesitamos el cuerpo envía fuertes señales de apetito para comer, pero para evitar que comamos en exceso son más débiles, lo que puede traducirse en un círculo de consumo excesivo.

De los 30 a los 40 años

La vida laboral en la edad adulta plantea otras dificultades debidas generalmente al estrés, que según se ha demostrado ocasiona cambios en el apetito y los hábitos alimentarios en el 80% de la población.

Estructurar el entorno de trabajo para reducir los hábitos alimentarios problemáticos es un reto que debe afrontarse.

De los 40 a los 50 años

Por lo general estamos muy poco dispuestos a cambiar nuestros hábitos, aunque sepamos que hacerlo redunda en nuestro propio beneficio.

Sin embargo, es en esta etapa cuando los adultos deben extremar recaudos y modificar su comportamiento en función de las necesidades de salud, especialmente si se tiene en cuenta que los síntomas de algunas enfermedades son invisibles, como por ejemplo la hipertensión arterial o el alto nivel de colesterol.

De los 50 a los 60 años

En esta franja etaria comienza la pérdida progresiva de masa muscular, que se sitúa entre el 0,5% y el 1% anual a partir de los 50, y continúa de manera constante a medida que avanzamos en edad.

Este fenómeno se denomina sarcopenia y para reducir sus efectos resulta fundamental mantener una dieta saludable y variada y practicar actividad física.

De los 60 a los 70 años y más

Nuestra alimentación no constituye un mero combustible, sino una experiencia social y cultural que es motivo de disfrute. Esto debe respetarse en cada etapa de la vida, más aun en la vejez, que ya de por sí conlleva falta de apetito y de hambre, lo que da lugar a una pérdida de peso involuntaria y una mayor fragilidad.

Elegí

Marcas de La Coope

CALIDAD es Primer Precio

El precio más bajo del surtido

Un caso es un brote

Desde la Sociedad Argentina de Infectología (SADI), la Sociedad Argentina de Vacunología y Epidemiología (SAVE) y Fundación Huésped se coincidió en subrayar que nuestro país está cursando un brote de sarampión, relacionado principalmente con la "desinformación y la falta de concientización sobre la necesidad de vacunarse".

Por otra parte resaltaron que en el contexto de eliminación de la enfermedad, un caso es un brote, al tiempo que se reconoció que "el sarampión se puede prevenir casi por completo con dos dosis de una vacuna segura y altamente efectiva. Se necesitan altas tasas de cobertura de vacunación (95% a nivel nacional y dentro de las comunidades) para garantizar que el sarampión no se pueda propagar".

La propia Organización Mundial de la Salud incluyó este año a las dudas sobre las vacunas (la renuencia o el rechazo) entre las 10 principales amenazas al sistema sanitario global, ya que puede revertir el progreso realizado en la lucha contra las enfermedades prevenibles por vacunación.

Las razones por las cuales las personas no se vacunan varían significativamente entre las comunidades y los países, señala la OMS. Los motivos van desde la falta de acceso a servicios de salud o vacunación de calidad, conflictos y desplazamientos a la información errónea sobre las vacunas o poca conciencia sobre la necesidad de vacunar.

SARAMPIÓN: UNA ENFERMEDAD QUE RECRUDECE

Extremadamente contagiosa, el sarampión es una enfermedad viral considerada como una de las principales causas de mortalidad infantil. Afecta principalmente a personas no vacunadas o que realizaron una vacunación deficiente y se encuentra en pleno período de expansión en varias partes del planeta.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), desde enero pasado se han declarado más de 360 mil casos de sarampión en todo el planeta, la cifra más elevada desde 2006 y que representa casi el triple que el número registrado en el mismo periodo del año pasado.

Esta cruda realidad también se evidencia en la Argentina, que vive el peor brote de sarampión desde que en 2000 eliminó la circulación endémica de la enfermedad, que en algunos casos puede ser letal. Precisamente la última muerte en nuestro país por esta afección se registró en 1998.

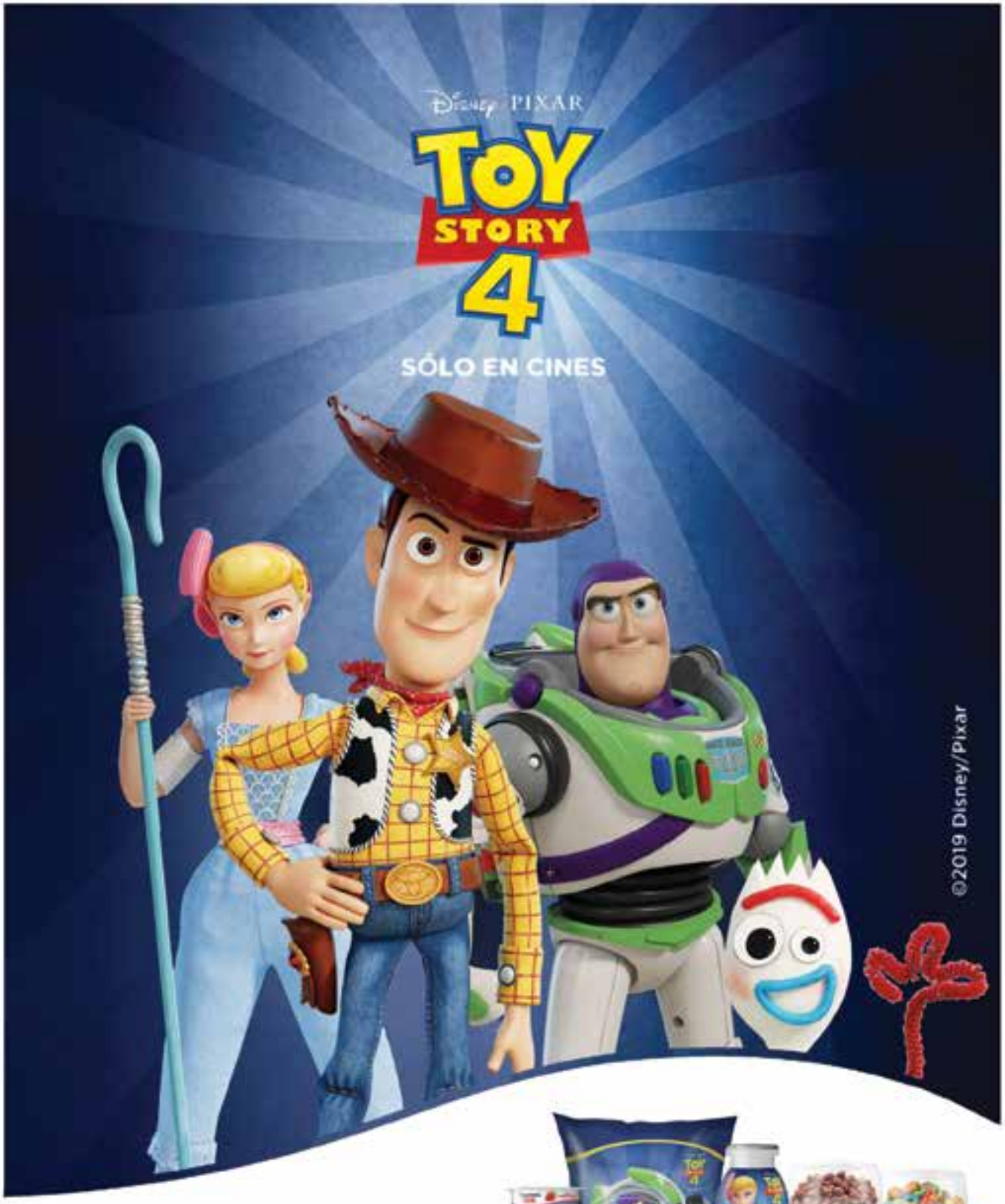
La vacuna Doble o Triple Viral representa la única forma de prevenir esta enfermedad infecciosa exantemática como la rubeola o la varicela, bastante frecuente, especialmente en niños y niñas, causada por un virus de la familia paramyxoviridae del género Morbillivirus.

El sarampión se propaga rápidamente por el aire mediante pequeñas gotas de saliva al toser o estornudar. Los síntomas, que no aparecen hasta diez días o más después de la exposición, incluyen tos, secreción nasal, inflamación de los ojos, dolor de garganta, fiebre y un sarpullido rojo y con manchas en la piel.

No hay ningún tratamiento para una infección establecida de sarampión, pero los antifebriles de venta libre y la vitamina A pueden ayudar con los síntomas. Por otra parte deben prevenirse las complicaciones, así como aislar a los pacientes para frenar la propagación.

Los casos graves son más frecuentes en niños pequeños desnutridos, especialmente aquellos con insuficiencia de vitamina A o con un sistema inmunológico debilitado por el VIH/sida u otras enfermedades.

Es una enfermedad que puede complicarse fácilmente, con infecciones de oído, ceguera, neumonías, diarrea severa y deshidratación, desnutrición o encefalitis (inflamación del cerebro), que son más comunes en los niños menores de 5 años o en adultos mayores de 20.


Disney PIXAR
TOY STORY 4
SÓLO EN CINES
©2019 Disney/Pixar

Yogurísimo

Yogurísimo

BICENTENARIO DEL MUSEO DEL PRADO

El 19 de noviembre de 1819 se inauguró discretamente el Real Museo de Pintura y Escultura, denominación inicial de la institución. Con el paso del tiempo, un proyecto esbozado a la imagen del Louvre de París que contenía en principio una colección privada concebida para deleite de unos pocos acabó convirtiéndose en la principal institución cultural de España y una de las más visitadas del mundo.

Con 311 pinturas colgadas en su muros, pertenecientes a la Colección Real y todas de autores españoles, hace exactamente dos siglos abrió sus puertas en Madrid el Museo Nacional del Prado, hoy uno de los más relevantes del planeta.

Al igual que otros grandes museos europeos, como el Louvre en París y la Galería de los Uffizi en Florencia, debe su origen a la afición coleccionista de las dinastías gobernantes a lo largo de varios siglos.

Refleja los gustos personales de los reyes españoles y su red de alianzas y sus enemistades políticas, por lo que es una colección asimétrica, insuperable en determinados artistas y estilos, y limitada en otros. Sólo desde el siglo pasado se procura solventar, con resultados desiguales, las ausencias más notorias.

El Prado no es un museo enciclopédico al estilo del Hermitage (San Petersburgo, Rusia), el Metropolitan (New York, Estados Unidos) o la National Gallery (Londres, Inglaterra), que tienen obras de prácticamente todas las escuelas y épocas. Por el contrario, concentra una colección intensa y distinguida, formada esencialmente por unos pocos reyes aficionados al arte, donde muchas obras fueron creadas por encargo.

Singularmente rico en cuadros de maestros europeos de los siglos XVI al XIX, a criterio del historiador del arte e hispanista Jonathan Brown, "pocos se atreverían a poner en duda que es el museo más importante del mundo en materia de pintura europea".

Su principal atractivo radica en la amplia presencia de obras de Velázquez, el Greco, Goya (el artista más extensamente representado en el museo), Tiziano, Rubens y el Bosco, de los que posee las mejores y más extensas colecciones que existen en el mundo, a lo que hay que sumar destacados conjuntos de autores tan importantes como Murillo, Ribera, Zurbarán, Fra Angélico, Rafael, Veronese, Tintoretto, Patinir, Antonio Moro, Van Dyck o Poussin, por citar solo algunos de los más importantes.

Muchos expertos la consideran una colección "de pintores admirados por pintores" y fuente de enseñanza inagotable para nuevas generaciones de artistas, desde Manet, Renoir y Tolouse-Lautrec hasta Picasso, Matisse, Dalí, Francis Bacon y Antonio Saura.

Una gran concentración de obras

En febrero de 2007, el inventario de bienes artísticos comprendía más de 35.000 objetos, desglosados en 8.045 pinturas, 9.561 dibujos, 5.973 estampas y 34 matrices de estampación, 971 esculturas (además de 154 fragmentos), 1.189 piezas de artes decorativas, 38 armas y armaduras, 2.155 medallas y monedas, por encima de 15.000 fotografías, 4 libros y 155 mapas.

Debido a las crónicas limitaciones de espacio, el museo exhibía por entonces una selección de alrededor de 900 trabajos de máxima calidad, por lo que era definido como "la mayor concentración de obras maestras por metro cuadrado".

La ampliación inaugurada en 2007 motivó que la selección expuesta creciera en un 50%, con unas 450 obras más y la posterior apertura de las salas del ático norte, acontecida el año pasado, hizo que el total de piezas expuestas ronda en la actualidad las 1700, y cuando se rehabilite el edificio del Salón de Reinos se colgarán en él entre 250 y 300 pinturas más.

tp-link

Kingston TECHNOLOGY

Por Ignacio Gerbino

Recetas prácticas y variadas de WAFFLES

Más allá de su origen belga, los waffles o gofres (como también se los denomina) se han extendido a todo el mundo. Los hay de todo tipo y tamaño, dulces y salados, representando una excelente alternativa a los panqueques que hoy consumen muchísimo tanto grandes como chicos.

MASA BÁSICA DE WAFFLES

Ingredientes:
2 de huevos
375 cc de leche
15 gr de sal
30 gr de polvo de hornear
240 gr de harina 0000
Manteca c/n

Preparación: Colocar en un bowl los huevos junto con la leche y batir hasta integrar. Agregar la sal, el polvo de hornear y mezclar.

Añadir la harina, previamente tamizada, en forma de lluvia en 2 partes hasta lograr una masa homogénea.

Calentar la wafflera y colocar un trocito de manteca hasta derretir.

Vertir la preparación anterior y cocinar los waffles hasta dorar.

CON TOMATE, QUESO CREMA, JAMÓN CRUDO, RÚCULA Y ACEITUNAS NEGRAS

Ingredientes:
1 tomate
150 gr de queso crema
75 gr de jamón crudo
1/2 atado de rúcula
50 gr de aceitunas negras.

GRATINADOS, CON JAMÓN, MORRÓN Y HUEVOS FRITOS

Ingredientes:
100 gr de jamón cocido
1 morrón rojo
2 huevos
100 gr de queso parmesano

CON POLLO, PANCETA, CEBOLLA MORADA Y QUESO CHEDAR

Ingredientes:
1 pechuga de pollo
100 gr de panceta ahumada
1 cebolla morada
100 gr de queso cheddar

CON FRUTAS DE ESTACIÓN Y HELADO DE CREMA AMERICANA

Ingredientes:
250 gr de frutillas
1 kiwi
1 durazno
250 gr de helado de americana

CON BANANAS Y HELADOS DE VAINILLA Y DULCE DE LECHE

Ingredientes:
4 bananas
250 gr de helado de vainilla
250 gr de helado de dulce de leche

• BODEGA •

ESTANCIA MENDOZA

UAR

ESTAMOS CON LOS PUMAS

ESTAMOS CON VOS

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

"La Cooperativa Obrera es una empresa que la GENTE siente como propia"

A poco más de un año y medio de haber asumido el cargo de director general de la Alianza Cooperativa Internacional, Bruno Roelants realizó un balance de su gestión y elogió el estilo de conducción que desde la presidencia de la ACI está llevando a cabo el pringlense Ariel Guarco.

Tras desempeñarse durante más de una década y media como secretario general de CICOPA, la organización sectorial de la Alianza Cooperativa Internacional para la industria y los servicios, y con más de 30 años de experiencia dentro del movimiento cooperativo, Bruno Roelants se convirtió en el 16º director general de la ACI, desde que se fundara en 1895.

"Durante la primera mitad de mi vida profesional me dediqué principalmente a la cooperación internacional para el desarrollo y, desde ese ángulo, descubrí las cooperativas y trabajé gradualmente. Dentro del movimiento cooperativo, en el que tengo unos 30 años de experiencia, me aboqué de manera particular a China, India, América Latina y Europa", destacó.

Aunque ha estado vinculado predominantemente con cooperativas industriales y de servicios, Roelants también ha trabajado con otros sectores cooperativos como la banca y el comercio minorista, con destacada participación en investigaciones sobre cooperativismo y empleo a nivel mundial, cooperativas sociales y de trabajo y producción.

"Obviamente que me siento honrado de ocupar un cargo de suma responsabilidad en la Alianza Cooperativa Internacional y de poder transmitir de la mejor manera mi experiencia, tanto al consejo de administración como al movimiento cooperativo. De todas maneras, al igual que lo que sucede con la cooperativa más pequeña, no se llega a ningún lado sin cooperación".

Como el mismo Roelants explicó, su paso por la CICOPA le sirvió para especializarse en "intentar reunir las diversas piezas del rompecabezas de las estadísticas, trabajando especialmente sobre el empleo cooperativo en el mundo".

-¿Por qué cree que es relevante contar con estadísticas que reflejen lo que sucede con el sector cooperativo?

-Sin estadísticas es imposible tener una imagen precisa de lo que las cooperativas representan en el mundo y su impacto socioeconómico. Contar con esa información proporciona una influencia mucho mayor en cualquier trabajo de incidencia respecto de las políticas públicas. Este potencial se multiplica cuando es posible tener estadísticas durante un período de tiempo determinado y, por lo tanto, llevar a cabo un análisis diacrónico que puede indicar las tendencias generales.

-En este contexto, ¿cuáles son los desafíos a enfrentar?

-A nivel nacional, el principal desafío es que las organizaciones estadísticas comprendan la importancia de medir a las cooperativas. En el plano internacional se centra en alcanzar un marco conceptual y estándares comunes, que se apliquen tanto

en organizaciones como dentro del movimiento cooperativo.

Hora de balance

-Ya lleva más de un año y medio como director general de la ACI. ¿Qué balance puede realizar?

-Desde el punto de vista personal este período ha sido muy enriquecedor, porque tuve el privilegio de empezar este trabajo con un nuevo presidente y un flamante consejo que están desarrollando una estrategia que está emergiendo. Responder a los retos que plantea la actual coyuntura mundial representa todo un desafío.

-¿Qué impronta le ha dado el doctor Ariel Guarco a la Alianza Cooperativa Internacional desde que asumió la presidencia?

-Su llegada a un cargo de tamaña importancia es fundamental, porque al no provenir del ámbito europeo, como venía sucediendo con los presidentes que le precedieron, está estableciendo un nuevo estilo de conducción que apunta a estar más cerca de las bases. Por esta razón viaja por todo el mundo con una dinámica que acerca a los miembros del movimiento y les posibilita una mayor participación.

¿Qué experiencia le dejó la Cumbre Cooperativa de las Américas desarrollada en Buenos Aires?

-Muy buena, porque coincidió con el desarrollo de la asamblea general de la ACI de la que tomaron parte representantes de todos los continentes, que pudieron apreciar cómo funciona el cooperativismo a nivel regional. Esta tradición americana de juntarse físicamente para contar sus experiencias llama la atención en otras partes del mundo.

-Usted proviene de Bélgica, un país en el que se logró que prestadores monotributistas puedan reconvertirse en asalariados de las cooperativas. ¿Cúal es su parecer al respecto?

-Desde todo punto de vista representa un paso al frente, porque subió el nivel de protección social y se regularizaron temas contractuales de personas que llevan adelante su propio proyecto empresarial.

"Al mutualizarse pudieron alcanzar servicios comunes, porque el sistema cooperativo tiene la capacidad de negociar en forma conjunta para abrir otros horizontes. Hay que ver si esta buena alternativa que desde Bélgica se está extendiendo a otros países europeos, también puede replicarse en otras partes del mundo y particularmente en la Argentina".

-Sabemos que sus lazos familiares lo unen particularmente con Bahía Banca y su zona de influencia. ¿Qué opinión tiene de la Cooperativa Obrera y la labor que desarrolla?

-El prestigio que supo ganarse en el continente americano está traspasando fronteras. Hace poco dialogué con gente de Finlandia que visitó parte de sus instalaciones y quedó impresionada con lo que vio, confirmando la opinión personal que tengo de esta organización.

"Por otra parte es muy valorable la identificación que logra con las comunidades en las que está presente y que se extiende más allá de la premisa de cumplir con los principios cooperativos. Para la gente es una empresa que forma parte de su paisaje urbano y la siente como propia".

SUCURSAL 131 DE LA COOPE EN CHOS MALAL

Quedará inaugurada este mes la sucursal 131 de la Cooperativa Obrera situada en Chos Malal, ciudad ubicada en el norte de la provincia del Neuquén y cuyo nombre proviene de la lengua mapuche y significa "corral amarillo", denominación descriptiva por el acentuado color del tipo de roca sedimentaria (piedra laja) que predomina en los cerros que rodean la zona.

La nueva boca de expendio de La Coope perteneció a la empresa Mancel, que fue cerrada por espacio de más de dos meses en los que se llevaron a cabo trabajos de puesta en valor, contará con 27 puestos laborales.

El local está situado en la intersección de las calles Sarmiento y Lavalle y posee un salón de 609,5 metros cuadrados de superficie. Tendrá 8 cajas habilitadas y atención personalizada en las áreas de carnicería y hogar, además de panificadora propia.

La Cooperativa Obrera también tiene previsto inaugurar antes de fin de año una segunda sucursal en Chos Malal que dispondrá de 23 puestos de trabajo, en tanto que para los últimos días de 2019 está dispuesta además la apertura de un flamante local de La Coope en Junín de los Andes.

Chos Malal fue fundada el 4 de agosto de 1887 por el coronel Manuel José Olascoaga a partir del fortín IV División, siendo la primera capital provincial concreta (le habían precedido los fortines de Ñorquín y Campana Mahuida) del Territorio del Neuquén, hasta 1904, en que la sede de las autoridades provinciales fue trasladada a la ciudad de Neuquén.

La fundación de Chos Malal obedeció al objetivo de controlar las rutas de arreos de ganados entre los dos lados de la cordillera de los Andes, y esto se realizó poco después de que se desalojara de una especie de fortaleza ubicada en Varvarco a un grupo de contrabandistas y cuatreros. De aquella época se preserva el viejo edificio de la Casa de Gobierno.

Se vincula a través de la ruta nacional 40 con las ciudades más importantes de la provincia, como Zapala, Junín de los Andes y San Martín de los Andes, encontrándose asimismo a 400 kilómetros al norte de la ciudad de Neuquén.

BODAS DE PLATA LABORALES

El 31 de octubre, como sucede todos los años, se realizó el acto de festejo en vísperas del 99 aniversario de la Cooperativa Obrera. Este resulto el marco adecuado para tributar un merecido reconocimiento a quienes, en el transcurso de 2019, cumplen 25 años de trabajo en la institución.

Tras las palabras de la presidenta del Consejo de Administración, Cra. Mónica Giambelluca, fueron homenajeados los siguientes colaboradores, a quienes detallamos por orden de ingreso: **Alejandro Javier Liverotti** (Gcia. de Sistemas), **María Rosa Gutiérrez** (Gcia. de Recursos Humanos), **Rubén Alberto Pérez** (Suc. 9, Bahía Blanca), **Alejandro Hernán Cuello** (Suc. 64, Villa Regina), **Cristian Oscar Navarro** (Gcia. de Supermercados), **Miguel Angel Ferreyra** (Suc. 86, Coronel Suárez), **Julio Omar Schwerdt** (Suc. 73, Casbas), **Marcelo Fabián Ubach** (Gcia. de Compras) y **María Fernanda Nicolleta** (Suc. 49, Bahía Blanca).

Liverotti

Gutiérrez

Pérez

Cuello

Navarro

Ferreyra

Schwerdt

Ubach

Nicolleta

SI VAS A CONDUCIR, NO TOMES ALCOHOL. BEBER CON MODERACIÓN.
PROHIBIDA SU VENTA A MENORES DE 18 AÑOS.

ENTREGA AL SERVICIO DE NEONATOLOGÍA DEL HOSPITAL INTERZONAL DR. JOSÉ PENNA

Merced a los fondos recaudados mediante el Redondeo Solidario llevado a cabo en distintas sucursales de la Cooperativa Obrera, al cabo de una campaña que duró 18 días en favor de la Asociación Nacer de Ayuda al Prematuro del Hospital José Penna, se hizo entrega de un carro de emergencias al área de Neonatología del citado nosocomio.

Del acto tomaron parte los contadores Luis Ortis y Oscar Gouarnalusse, vicepresidente y tesorero de la Cooperativa Obrera, respectivamente, Laura Barrionuevo (MP 1804), jefa de Neonatología del Hospital Penna, y Nélida Villafañe de Laura, en representación de la Fundación Nacer.

La doctora Barrionuevo destacó la importancia del material entregado, "porque suma para agilizar el trabajo cotidiano y para evitar pérdidas de tiempo".

"Es un carro móvil donde uno prepara todo lo necesario para una urgencia de algún bebé, en este caso de los que están internados, y tenemos todo lo necesario en un solo lugar", agregó la profesional.

Por su parte, el Cr. Luis Ortis consideró que "la Cooperativa Obrera es el vehículo para que todos los asociados dejen su aporte que, en este caso, permitió sumar nuevos beneficios para Nacer".

FACC: ENCUENTRO DE JÓVENES

Se llevó a cabo en dependencias de la Cooperativa Obrera Limitada un Encuentro de Jóvenes convocado por la Federación de Cooperativas de Consumo (FACC) durante la cual expusieron Gabriela Buffa, representante de la juventud en la Alianza Cooperativa Internacional, y el Lic. Mariano Glas, gerente de Supermercados de la Cooperativa Obrera

Buffa se refirió a a la actualidad de los jóvenes en el movimiento cooperativo, en tanto que Glas se explayó respecto del abanico de oportunidades laborales que brindan las cooperativas.

Posteriormente, los más de 40 jóvenes que participaron del encuentro tomaron parte activa de un debate abierto acerca de cuál es el lugar de los jóvenes en las cooperativas.

NUEVA
Imperial
Especialidades
AMBER LAGER
LATA
Imperial
Especialidades
AMBER LAGER
PA
LÚPULO
SABER TIENE SU RECOMPENSA
BEBER CON MODERACIÓN. PROHIBIDA SU VENTA A MENORES DE 18 AÑOS.

A 30 AÑOS DE LA CAÍDA DEL MURO DE BERLÍN

El más conocido símbolo de la Guerra Fría y de la separación de Alemania dividió la actual capital germana en dos partes desde el 13 de agosto de 1961 hasta el 9 de noviembre de 1989. Ese día, una serie de hechos políticos y sociales desencadenó su caída, motivando que muchos amigos y familiares volvieran a reunirse después de 28 largos años de separación forzosa.

En 1945, poco antes de la finalización de la Segunda Guerra Mundial, el bloque de países que resultó victorioso se reunió en la llamada conferencia de Yalta, acordando la división del territorio alemán en cuatro zonas de ocupación, cada una a cargo de soviéticos, franceses, ingleses y estadounidenses.

La mala relación entre los comunistas y los aliados fue creciendo hasta llegar al punto en que surgieron dos monedas, dos ideales políticos y, finalmente, dos países. Fue en 1949, cuando los tres sectores occidentales (estadounidense, francés y británico) pasaron a llamarse República Federal Alemana (RFA), mientras que el área oriental (soviético) se convirtió en la República Democrática Alemana (RDA).

De tal manera, Berlín también quedó dividida en dos zonas, aunque en los años siguientes el sector occidental empezó a prosperar mientras que el lado soviético sufría problemas económicos, ocasionando que millones de berlineses emigraran del régimen comunista.

Para evitar más pérdidas de población (especialmente de altos perfiles), en la noche del 12 de agosto de 1961, la RDA decidió cerrar 69 puntos de control y dejar abiertos sólo 12.

Y a la mañana siguiente se colocó una alambrada provisional de 155 kilómetros, interrumpiendo el tránsito de vehículos y personas. De hecho, Günter Litfin se convirtió en la primera persona que murió tratando de cruzarla, tras ser abatido cuando procuraba regresar a Berlín occidental, donde vivía y trabajaba.

Durante los días siguientes comenzó la construcción de un muro de ladrillos, que con el paso de los años y los muchos intentos de escape fue ampliándose hasta límites insospechados para aumentar su seguridad.

El Muro de Berlín acabó por convertirse en una pared de hormigón de entre 3,5 y 4 metros de altura, con un interior formado por cables de acero. Acompañándolo se creó la llamada "franja de la muerte", formada por un foso, una alambrada, una carretera por la que circulaban constantemente vehículos militares, sistemas de alarma, armas automáticas, torres de vigilancia y patrullas acompañadas por perros las 24 horas del día.

Así y todo, entre 1961 y 1989 más de 5.000 personas trataron de cruzar el muro y más de 3.000 fueron detenidas, mientras que alrededor de un centenar murieron en el intento.

El principio del fin

La apertura de fronteras entre Austria y Hungría en mayo de 1989 impulsó que cada vez más alemanes viajaran a esos países para pedir asilo en las embajadas de la RFA.

Paralelamente se registraron grandes manifestaciones en Alexanderplatz, la plaza más importante de Berlín, llevando a que el 9 de noviembre de 1989 el gobierno de la RDA afirmara que el paso hacia el oeste estaba permitido.

Ese mismo día, miles de personas se agolparon en los puntos de control para poder cruzar al otro lado y nadie pudo detenerlas, de forma que se produjo un éxodo masivo. Al día siguiente, se abrieron las primeras brechas en el muro y comenzó la cuenta atrás para el final de sus días.

Casi un año después, el 3 de octubre de 1990, Alemania concretó su reunificación con la fusión de la RDA y RFA en un solo estado.

L'ORÉAL
PARIS

ELVIVE

ÓLEO EXTRAORDINARIO

Edición [Óleo Verano]

NUTRE Y PROTEGE CONTRA EL RESECAMIENTO DEL VERANO.

NOSOTRAS LO VALEMOS.

POR LOS CAMINOS DEL INCA

El Camino del Inca en Argentina es un circuito turístico que permite recorrer un sector de más de 1500 kilómetros, comprendidos entre las provincias de Jujuy y Mendoza, que contienen los principales hitos de las culturas prehispánicas y que invita a sumergirse en la historia de sus pueblos originarios.

La civilización incaica fue una de las más importantes de América, abarcando desde Ecuador hasta el centro de Chile y pasando por el noroeste argentino hasta llegar a lo que hoy es Mendoza, una gran extensión territorial que se materializó a través del Camino Principal Andino o Qhapaq Ñan, una red vial que unía sus provincias con la capital Cuzco.

A pesar de que esta dominación fue de muy corta duración dejó en todos los territorios importantes vestigios que hoy tienen gran valor arqueológico y cultural. En nuestro país se han hallado pircas y tambos, típicas construcciones incaicas en piedra, así como restos del camino.

Precisamente el Camino del Inca en Argentina puede realizarse a través de un tour que comprenda las ruinas indígenas que se encuentran en Purmamarca, Tilcara y la Quebrada de Humahuaca, un itinerario que aún hoy conserva creencias religiosas, ritos, fiestas, arte, música y técnicas agrícolas que son un patrimonio viviente.

En Salta esa recomendable una visita a La Paya, antiquísma capital donde aún se advierten las murallas de circunvalación de pirca doble, recintos rectangulares y tumbas circulares en falsa bóveda.

En suelo tucumano está el sitio arqueológico Fuerte Quemado y las ruinas de la Ciudacita y de Quilmes, región que albergaba una enorme población indígena (los indios Quilmes, una parcialidad étnica de los Diaguitas), considerada como el más grande asentamiento humano prehispánico de la Argentina.

En Catamarca es recomendable el Shincal de Quimivil, un parque arqueológico construido y habitado por los incas entre 1470 y 1536, respetando el trazado urbano del Cuzco.

Ya en La Rioja puede apreciarse el camino inca más ancho hallado en nuestro país en la base de la Sierra de Famatina y en San Juan un hito como el Paso del Lámar, en Jáchal.

Finalmente en Mendoza se encuentra el Puente del Inca, que evidencia claros vestigios del extremo sur del sendero incaico. ■

SC Johnson
A Family Company
Raid
DETECTIVE
de INSECTOS
Los mata bien muertos...
TRANSFORMÁ TU CASA
CON RAID.

LA REBELIÓN DE LOS PLÁSTICOS MUTANTES

Este cuento de la escritora española Eva María Rodríguez pone el acento en uno de los más graves daños ecológicos de estos días. Como consecuencia de una mala recolección de los residuos o de su abandono, unos 8 millones de toneladas de plásticos acaban anualmente en los mares y océanos, conformando entre el 60 y el 80% de la basura marina, en su mayoría fragmentos inferiores a 5 milímetros.

Jorge no podía creer lo que veía desde el enorme barco de pesca. Jorge iba con su padre, el capitán de aquel barco, para ver cómo se ganaba la vida.

Pero lo que no se esperaba era ver aquello. Kilómetros y kilómetros de plásticos moviéndose por la superficie del mar.

Pero no iban al compás de las olas. Aquellos plásticos parecían tener vida propia.

Jorge corrió a buscar a su padre, quien estaba muy ocupado, pero pidió a un marinero que le sustituyera y atendió a Jorge.

-Papá, hay un enorme monstruo en el mar -dijo el niño-.

"Es un monstruo de plástico. Viene hacia aquí".

-No digas tonterías, hijo, eso no es posible -sostuvo su padre.

-Que sí papá, que lo he visto -insistió el niño.

-El mar está lleno de plástico hijo, eso es verdad -destacó su padre-.

"Es un asco, la gente tira el plástico en cualquier parte sin pensar en el daño que hace, y mucho de ese plástico acaba en el mar".

-Pero este plástico está vivo, papá -acotó Jorge.

-Tu madre dice que cualquier día nos invadirá el plástico y se vengará de nosotros -rió su padre-.

"Debes haber oído muchas veces esa fantasía, ¿eh? Ahora déjame trabajar, por favor".

Jorge volvió corriendo a ver al monstruo de plástico. Pero ya no estaba.

No le había dado tiempo a pensar cuando algo golpeó el casco del barco.

-¡Atención, marineros! -gritó el padre de Jorge.

-¡Es el monstruo de plástico! -afirmó Jorge.

Nada más decirlo un montón de botellas, bolsas y envases rotos y sucios subieron al barco y empezaron a inundarlo todo.

Aquello era un espectáculo lamentable.

-No nos hagas daño -imploró Jorge-. Aquí reciclamos todos.

"Los podemos ayudar".

Los plásticos se tranquilizaron y se quedaron quietos.

Entre todos los recogieron, los empaquetaron y los trasladaron a un planta de reciclaje.

-Tal vez el próximo barco en ser atacado no tenga tanta suerte -se lamentó el padre de Jorge.

-Tal vez dentro de poco los plásticos mutante invadan las playas y las ciudades, papi -dijo Jorge.

-Habrá que tomar medidas, aunque no sé si llegaremos a tiempo -concluyó el papá de Jorge.

UNA VENTANA A LA REALIDAD
PANORAMA
CONDUCCIÓN:
JOSÉ MARÍA PAZ
LUNES A VIERNES DE 6,30 A 10 HS.
Participan: Maximiliano Allica
Romina Farias - Norman Fernandez
Rafael Emilio Santiago - Juan Pablo Gorbal
Moviles: Danilo Belloni - Cristian Lema
Actualidad Internacional: Dr. Andrés Cisneros
Congreso: Sergio Crivelli
Economía: Lic Oscar Liberman - Lic Francisco Rinaldi
Deportes: Juan Carlos Meschini - Victor Hugo Zelaya
L2
RADIO BAHIA BLANCA
AM 840

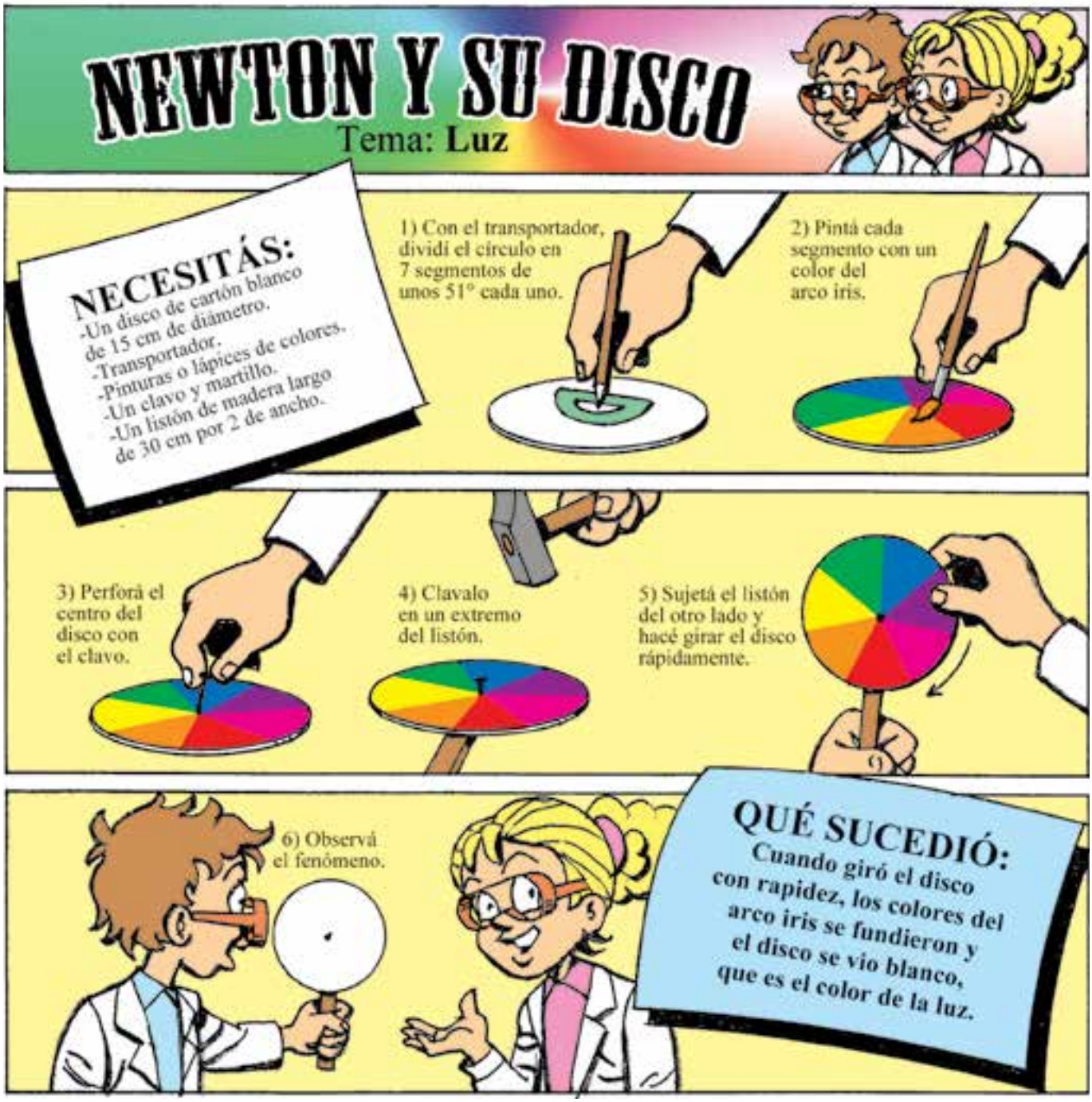
Compartí
Invitá
Disfrutá
Lay's
Doritos
Cheetos
Dr. Lodito

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.



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.

ARCOR

Momentos Mágicos

NUEVOS SABORES

Disfrutá el placer de lo natural

sin Conservantes

Fuente de vitamina C

sin Azúcar

En cada familia, hay una jarra Arcor