

familia
COOPERATIVA

AÑO XL
OCTUBRE 2013 #335

DÍA DEL CAMINO

CON AUTOPISTAS
SE SALVAN VIDAS



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



Momentos Mágicos

Año XL
OCTUBRE 2013

#335

familia
COOPERATIVA

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

Reg. Propiedad Intelectual
Nro. 5.072.505

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

Director:
Cr. Rubén A. Masón

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

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

Distribución gratuita en
todas las sucursales de la
Cooperativa Obrera
Ltda. de Consumo y Vivienda,
Paraguay 445, (B8000HXL) Bahía Blanca
propietaria de esta publicación.

Tirada mensual:
70.000 Ejemplares

Auditado por:



INSTITUTO VERIFICADOR
DE CIRCULACIONES

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

OCTUBRE: MES EMBLEMÁTICO

El 24 de octubre de 1844, día en que los veintiocho Equitativos Pioneros de Rochdale lograron inscribir el estatuto de la entidad de consumidores que habían creado, quedaron definidos los principios fundacionales de un movimiento cooperativo que hoy nuclea en todo el mundo a mil millones de asociados.

En nuestro país, fue un 1º de octubre de 1898 la jornada en que un grupo de colonos franceses, que procuraban hacer frente solidariamente al riesgo de granizo, dieron vida en Pigüé a “El Progreso Agrícola”, la institución que es considerada punto de partida del movimiento cooperativo argentino.

Desde entonces han transcurrido 115 años, de los cuales 93 han sido compartidos por nuestra cooperativa, también fundada un día de este emblemático octubre –el 31, de 1920– con el propósito de luchar contra el cartel empresario que había acordado someter a la población bahiense al pago de un precio abusivo para acceder a la compra del pan, un producto tan esencial para la mesa familiar en aquel entonces.

Coincidentemente un 31 de octubre, hace dos años, la Asamblea General de las Naciones Unidas efectuó el lanzamiento oficial del 2012 como Año Internacional de las Cooperativas, bajo el significativo lema “las empresas cooperativas construyen un mundo mejor”.

Y otro 31 de octubre, el del año pasado, el órgano máximo de la Alianza Cooperativa Internacional aprobó los objetivos y estrategias de la Década Cooperativa, una iniciativa que aspira a que las cooperativas se conviertan en el modelo empresarial preferido por la gente y el de mayor crecimiento en la segunda década del siglo XXI.

La Cooperativa Obrera, convertida actualmente en el mayor exponente del consumo solidario en la Argentina, segunda por importancia dentro de América Latina y con una trayectoria institucional reconocida internacionalmente, está firmemente dispuesta a aportar su mayor esfuerzo en pos de tan ambiciosa meta.

Cooperativa Obrera Ltda.

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

ADMINISTRACIÓN

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

SUCURSALES EN BAHIA BLANCA

HIPERMERCADOS

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

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

MACROCENTRO

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

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

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

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

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

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

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

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

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

BARRIOS Y VILLAS

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

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

B° PACÍFICO (35): Charlone 253, Tel. 455-3360

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

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

B° RICCHIERI (46): Almafuerite 2544, Tel. 488-6002

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

B° SAN MARTÍN (9):

Brickman 882, Tel. 455-9596

B° SAN ROQUE (24):

Vieytes 2139, Tel. 488-5022

BELLA VISTA (50):

Av. Pringles 50, Tel. 456-1929

SÓCRATES (13):

Sócrates 2642, Tel. 481-2300

VILLA LIBRE (44):

Láinez 2251, Tel. 481-0111

VILLA MITRE (2):

Washington 437, Tel. 481-6672

VILLA RESSIA (49):

Tte. Farías 1283, Tel. 456-5336

VILLA ROSAS (11):

Perito Moreno 2132, Tel. 455-0785

LOCALIDADES CERCANAS

GENERAL CERRI (3):

Saavedra 462, Tel. 484-6161

INGENIERO WHITE (1):

Av. San Martín 3634, Tel. 457-0131

SUCURSALES EN OTRAS CIUDADES

PROVINCIA DE BUENOS AIRES

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

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

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

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

CABILDO (7): Vieytes y Azcuénaga, Tel. (0291) 491-8122

CORONEL DORREGO (22): Av. San Martín 274, Tel. (02921) 45-3338

CORONEL PRINGLES: (29) Pellegrini 771, Tel. (02922) 46-4812 ///

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

(48) Mitre 999, Tel. 46-5294

CORONEL SUÁREZ: (26) Av. Casey 1414, Tel. (02926) 42-2120 ///

(86) Av. San Martín 477, Tel. 42-1428

GENERAL LA MADRID: (55) Azcuénaga 638, Tel. (02286) 42-1140 ///

(87) Mitre 551, Tel. 42-0531

GENERAL VILLEGAS (78): Castelli 589, Tel. (03388) 42-4931

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

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

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

(93) Av. Constitución 6563/81, Tel. 479-6621

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

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

OLAVARRÍA: (36) Av. Pringles 4461, Tel. (02284) 42-4757 ///

(37) Necochea 3203, Tel. 42-2287 ///

(59) Rivadavia 1751, Tel. 42-4983

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

PIGÜÉ (21): Belgrano y Humberto 1°, Tel. (02923) 47-5680

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

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

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

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

(34) Roca 2475, Tel. 43-5526

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

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

TRENQUE LAUQUEN (104): Av. Rgto. 3 de Caballería 829/853, Tel. (02392) 41-5854/56

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

(30) Colón 33, Tel. 43-2005 ///

(45) Av. Belgrano 838, Tel. 42-1010

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

PROVINCIA DE LA PAMPA

GENERAL ACHA (52): Don Bosco 582, Tel. (02952) 43-2152

GENERAL PICO (75): Calle 1 n° 698 (Oeste), Tel. (02302) 42-1816

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

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

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

PROVINCIA DE RÍO NEGRO

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

(80) Av. Roca 585, Tel. 445-3434

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

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

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

GENERAL FERNÁNDEZ ORO: (81) San Martín 22, Tel. (0299) 499-6197 ///

(82) Mitre 419, Tel. 499-6348

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

(61) Tucumán 330, Tel. 442-9294 ///

(62) Av. La Plata 402, Tel. 442-8645

INGENIERO HUERGO (74): Av. Colón 928, Tel. (0298) 448-1605

LAMARQUE (102): Rivadavia 412, Tel. (02946) 49-7597

LUIS BELTRÁN (103): Avellaneda 710, Tel. (02946) 48-0094

RÍO COLORADO (43): Av. San Martín 879, Tel. (02931) 43-0135

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

VILLA REGINA: (63) Av. Rivadavia 150, Tel. (0298) 446-2222 ///

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

PROVINCIA DEL NEUQUÉN

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

(70) Ing. Ballester 740, Tel. 489-1495 ///

(71) San Martín 245, Tel. 489-0747 ///

(72) Perú 310, Tel. 489-1389 ///

(73) El Salvador 1607, Tel. 489-9040 ///

(95) Canadá 835, Tel. 489-8887 ///

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

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



AUTOPISTAS: UN PROYECTO QUE PROCURA COMBATIR EL FLAGELO VIAL

Mientras las muertes siguen sucediéndose en las rutas argentinas, hay que recordar en el Día del Camino (5 de octubre) que un proyecto de ley que impulsa la construcción de una red de autopistas libres de peajes y la rehabilitación de los ferrocarriles, sigue esperando ser tratado por el Congreso Nacional. **Pág. 6-8**

ATENCIÓN AL CONSUMIDOR

TELEFONO: 0800-333-3443

E-MAIL: holacooperativa@cooperativaobrero.com.ar

Sumario

SUMARIO

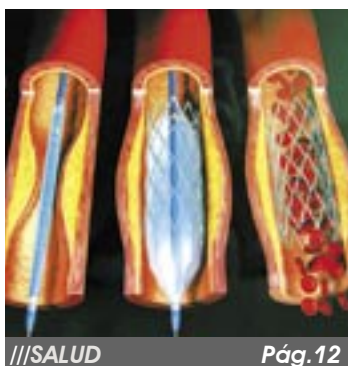


Autopistas: un proyecto que procura combatir el flagelo vial	6-8
Las redes sociales no solucionan la soledad	10
El stent, invento de un argentino	12
Los videojuegos pueden generar adicción	14
Década Cooperativa: Lograr marcos jurídicos de apoyo al crecimiento (II)	16
Y por qué no muffins salados	18-20
El malvón: una planta muy versátil	22
En la cocina de la vida	24-25
Noticias de la Cooperativa	26-31
Cartagena: una joya colonial en las orillas del mar Caribe	32
Coopegrilla y Humor	34



///CONDUCTAS

Pág. 10



///SALUD

Pág. 12



///ADICCIONES

Pág. 14

AUTOPISTAS

UN PROYECTO QUE PROCURA COMBATIR EL FLAGELO VIAL

Mientras las muertes siguen sucediéndose en las rutas argentinas, hay que recordar en el Día del Camino (5 de octubre) que un proyecto de ley que impulsa la construcción de una red de autopistas libres de peajes y la rehabilitación de los ferrocarriles, sigue esperando ser tratado por el Congreso Nacional.

De acuerdo con las estadísticas recopiladas por la Asociación Civil Luchemos por la Vida, la Argentina ostenta uno de los índices mundiales más altos de mortalidad producida por accidentes de tránsito.

Según esta información, debido a accidentes viales fallecen en nuestro país más de 20 personas por día y cerca de 8.000 por año, en tanto que se registran anualmente unos 120 mil heridos de distinto grado, además de cuantiosas pérdidas materiales que algunas estimaciones llevan a 10 mil millones de dólares en el año.

Estas cifras resultan sumamente elevadas si se comparan con los índices internacionales, tomando en cuenta la población y la cantidad de vehículos en circulación en nuestro país, los que ya superan los 10 millones de unidades.

Frente a esta cruda realidad, en el ámbito legislativo nacional continúa esperando su tratamiento, desde hace varios años, el proyecto denominado “Red Federal de Autopistas, por un país integrado y solidario”,

tendiente a la concreción de una red de 13.346 kilómetros que uniría capitales de provincia, centros turísticos, puertos de ultramar y países limítrofes.

Este proyecto de ley, impulsado por la Fundación Metas Siglo XXI que preside el doctor Guillermo Laura, propicia “la implementación de un programa nacional de largo plazo, que tiene como meta la modernización de la infraestructura del transporte terrestre en todo el territorio de nuestro país y configura la implantación de una verdadera política de estado”.

Caminos y vías obsoletos

Explica, asimismo, que casi la totalidad de nuestra red vial fue diseñada en la década del 30, carreteras por las que en la actualidad circula una enorme cantidad de modernos vehículos, generándose accidentes atribuibles, en su gran mayoría, a la obsolescencia de la infraestructura.

Un panorama similar se evidencia en el sistema fe-

roviario, que otrora conformara la red más relevante de América del Sur y que hoy está, en la mayor parte de sus tramos, casi intransitable.

Por tal motivo, el proyecto de ley apunta a que el Poder Ejecutivo Nacional asuma la contratación, por concesión de obra pública, “de la financiación, construcción, operación y mantenimiento de una red de autopistas libres de peaje directo, que vinculen al 82 por ciento de la población total del país y 1.150 ciudades del interior”.

Las obras se llevarían a cabo utilizando las rutas nacionales existentes y comprenderían la duplicación de la calzada actual y la construcción de cruces a distinto nivel en correspondencia con caminos transversales y ferrocarriles.

La ambiciosa iniciativa también prevé la construcción de circunvalaciones de zonas urbanas, así como áreas de servicio cada 100 kilómetros que contarían con centros de control de tráfico y detección de condiciones climáticas desfavorables para la seguridad





**CON UNA RED
FEDERAL DE
AUTOPISTAS
SE EVITARÍAN
7 DE CADA
8 MUERTES.**

Beneficios

BENEFICIOS

La Red Federal de Autopistas permitiría:

- Calzadas desdobladas con cantero central y guardarraíles, que procurarían evitar los choques frontales, causantes del 66 % de las muertes en ruta.
- Cruces a distinto nivel y curvas suaves, con el fin de disminuir el riesgo de vuelcos.
- Banquinas pavimentadas y alambrados para que los animales no circulen por las rutas.
- Circunvalaciones para agilizar el tránsito pasante en los cascos urbanos.

• Radarización y colocación de detectores de hielo y niebla, conectados a centros inteligentes de control de tránsito, para advertir riesgos y sancionar infracciones.

¿Qué más aportaría?

- 20% de reducción de fletes.
- 30% de reducción de tiempos de viaje.
- Forestación lineal de 200 mil hectáreas con 12 millones de árboles.
- Las 60 millones de pasajeros que viajan por año en ómnibus de larga distancia podrían hacerlo 8 veces más seguros.
- Los impuestos generados se destinarían a rehabilitar los ferrocarriles nacionales, en base a un plan que intentaría evitar improvisaciones.
- La región metropolitana de Buenos Aires podría contar con trenes subterráneos, ya que sobre las vías actuales se construirían autopistas que restituirían el tejido urbano y eliminarían los pasos a nivel. Esas obras se costearían con recursos propios de esta región.



de circulación.

Asimismo, y siempre que las condiciones del entorno lo permitan, está previsto el ensanchamiento de los trazados hasta un máximo de 300 metros para facilitar una forestación intensiva.

Los concesionarios de la red de autopistas deberían llevar a cabo las obras, mantenerlas y restituirlas —una vez vencido el plazo contractual previsto por 30 años— al Estado Nacional, en perfecto estado.

El artículo 5 del proyecto de ley especifica que “las concesiones se adjudicarán en licitación pública en base al precio cotizado por obras llave en mano, con ajuste alzado absoluto, a ser financiadas íntegramente por el adjudicatario”.

“El precio cotizado incluirá todos los costos de los concesionarios hasta la efectiva habilitación de cada tramo de obra, incluyendo el proyecto de ingeniería de detalle, la construcción de las obras principales y accesorias, el mantenimiento y operación, y la seguridad vial”.

En otro orden, el artículo 6 destaca que “el poder de policía de prevención y control del tránsito para optimizar la seguridad vial quedaría asignado, en forma exclusiva, a la Gendarmería Nacional. El concesionario deberá brindar, a su exclusivo costo, el apoyo logístico integral con todo el equipamiento necesario para que la citada fuerza pueda dar cumplimiento adecuado a este cometido”.

El esquema financiero

También se hace hincapié en que circular por todo el país a flujo libre, sin pagar peaje, sólo costaría muy pocos centavos por litro de combustible por cada módulo de mil kilómetros, que recién se tendrían que afrontar una vez que las obras estén concluidas.

Desde la Fundación Metas Siglo XXI se hace hincapié en que la Red Federal de Autopistas puede ser una realidad sólo mediante una decisión del Parlamento Nacional.

“Únicamente el Congreso

tiene facultades legales para integrar todo el territorio con un sistema vial que, por ser interjurisdiccional, es por su propia naturaleza de competencia federal exclusiva. Si cada provincia tuviera que afrontar la construcción no se lograría la integración de un sistema de red, porque habría tramos aislados y no se completarían los itinerarios”.

En tal sentido, se cita como ejemplo lo acontecido con la ruta nacional 7. “Este estratégico corredor bioceánico sólo está habilitado en el tramo correspondiente a la provincia de San Luis, que es el de menor caudal, mientras que no está realizado en Buenos Aires, Santa Fe y Córdoba”.

Firma mediante y con la intención de que la Legislatura trate el tema, en la página web www.autopistasinteligentes.org se puede expresar el apoyo al proyecto de ley que incluye la Red Federal de Autopistas, la rehabilitación de los ferrocarriles nacionales y la concreción del sistema multimodal metropolitano de Buenos Aires.

ASERENISIMA

Yogurísimo

con
PROVITALIS



Leche



Vitaminas

Proteínas

Calcio



Provitalis



***Aprovechá al máximo
sus nutrientes***

Virtualismo

VIRTUALISMO

Proveedoras de estímulos en abundancia y siempre disponibles para entablar contacto con personas generalmente desconocidas, las redes sociales constituyen una "realidad virtual".

En el marco de un "zapping" cotidiano en procura de una oferta que quite el aburrimiento, la tecnología intenta disimular esta incapacidad para pensar por sí mismo, aunque nunca llegará a calmar el sentimiento de soledad. Todo es efímero, fugaz, sin estar ante un semejante que tenga identidad, historia y comunicación real.

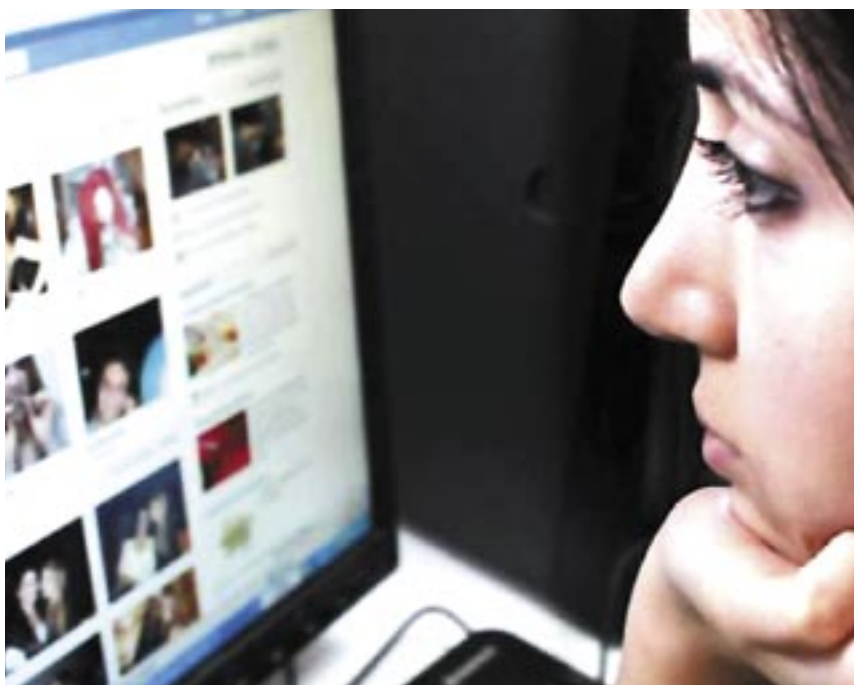
Si bien la tecnología aporta hoy herramientas de comunicación impensadas unas pocas décadas atrás, también motoriza conductas adictivas como una especie de paliativo a síntomas de angustia, insomnio, miedos, soledad o vacío interior.

Este comportamiento es, en realidad, opuesto a la creatividad, la capacidad imaginativa, la curiosidad y la búsqueda de nuevos conocimientos y aprendizajes. La adicción a lo virtual destruye el pensamiento y la capacidad de realizar proyectos, porque todo se limita al presente.

La comunicación directa en el hogar, con los amigos, en el ámbito laboral, en el estudio, en la práctica deportiva, en el arte o en la música, enriquece la imaginación y el aspecto emocional, mientras que la realidad virtual, en lugar de ser un buen instrumento de aprendizaje, actúa como sustituto de las personas.

Lic. Marta Craichik

LAS REDES SOCIALES NO SOLUCIONAN LA SOLEDAD



Para paliar la soledad, que suele provocar hábitos nocivos e inducir al estrés, es común acudir a las distintas alternativas que brinda el mundo cibernético, que no siempre constituyen una solución.

En la actualidad, para no pocas personas la cantidad de amistades que pueden contabilizar en las redes sociales pareciera representar un sinónimo de éxito. Sin embargo, invitar compulsivamente a distintas personas a formar parte de este mundo cibernético no garantiza hacerle frente a la soledad.

En tal sentido, un estudio realizado por un equipo de psicólogos de la Universidad de Arizona, que funciona en la ciudad estadounidense de Tucson, destacó que redes sociales como Facebook o Twitter no sólo no sirven para paliar la soledad sino que, por el contrario, pueden contribuir a incrementar el aislamiento, al generar el desarrollo de relaciones superficiales.

Según la investigación realizada, que comprendió a 265 adultos de entre 19 y 85 años, la soledad está más vinculada con la cantidad de relaciones "reales" entabladas con

otras personas que con el número de contactos "virtuales" en las redes sociales.

De todas maneras, frecuentar las alternativas que brinda Internet no implica un resultado nocivo para la salud, siempre y cuando los usuarios mantengan relaciones más cercanas que las brindadas por la pantalla de la computadora.

También el estudio dejó en claro que las personas más solitarias duermen menos y suelen consumir medicamentos, estando expuestos a un estrés crónico que daña el organismo.

Finalmente, la investigación expresa que el concepto de soledad es subjetivo, porque depende sobremedida de la percepción de cada persona. Lo relevante para enfrentar la soledad es estrechar lazos y priorizar la calidad por sobre la cantidad, considerando que cada relación es única e irrepetible.

Los LUCCHETTINIS



Cappelletti Lucchettinis de Lucchetti
sabores: Jamón y Queso/ Pollo y Calabaza/
Espinaca y Queso x 500 gr.

Método

MÉTODO

Una exclamación que suele escucharse con frecuencia, especialmente en boca de hombres felices de haber mejorado su calidad de vida mediante un método nada cruento, es: "¡Me pusieron un stent (o más de uno) y estoy lo más bien!".

El método comienza con una pequeña anestesia local en la zona de la ingle para permitir que se introduzcan distintos catéteres y guías por dentro de las diferentes arterias hasta llegar a las coronarias, que irrigan el músculo cardíaco.

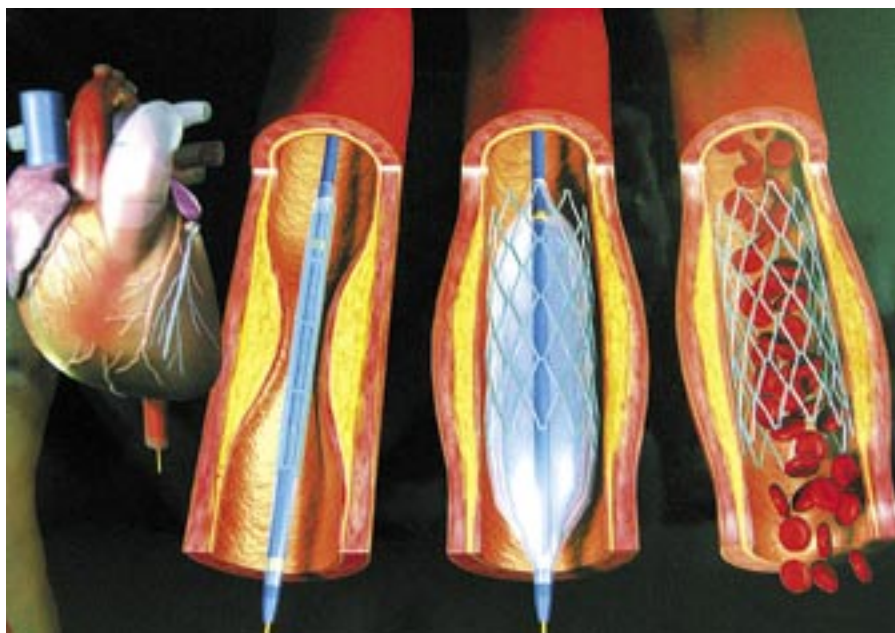
Bajo control radiológico, se detecta la zona afectada por la estrechez u obstrucción parcial que disminuye el flujo sanguíneo y allí se infla un pequeño balón llevado por el procedimiento, que va "empujando" las paredes del vaso para dilatarlo y dejar paso al stent, tubito metálico con múltiples perforaciones que le permiten expandirse dentro de la arteria donde permanecerá.

El balón es retirado y la arteria reparada de esta manera posibilita un mayor paso de sangre.

Esto que parece tan sencillo demandó años de observaciones e investigaciones de grupos médicos que fueron sumando las experiencias positivas, hasta que el Dr. Palmaz –superando muchos escollos gracias a su constante tenacidad– logró patentar el stent con el apoyo económico de quienes creyeron en él y no se equivocaron.

Dra. María Isabel Casas

EL STENT, INVENTO DE UN ARGENTINO



Este año cumple un cuarto de siglo la invención del stent expandible con balón, mérito del médico platense Julio César Palmaz que ha permitido a través de las angioplastias mejorar miles de vidas en todo el mundo.

Conjuntamente con el también platense René Favalaro, impulsor del by-pass coronario, y el rosarino Federico Benetti, pionero de la cirugía cardíaca mínimamente invasiva, el doctor Julio César Palmaz es otro de los médicos argentinos que, a nivel mundial, contribuyó a revolucionar las intervenciones quirúrgicas cardiovasculares.

Palmaz, quien nació en La Plata en 1945, se recibió de médico en la Universidad Nacional de la capital bonaerense y obtuvo el doctorado en radiología vascular en el Centro de Ciencias de la Salud de la Universidad de Texas, es el inventor del stent expandible con balón.

Se estima que únicamente en los Estados Unidos, país en que reside el doctor Palmaz, se llevan a cabo más de un millón de angioplastias anuales, la mayoría de ellas utilizando el tipo de stent patentado por él

en 1988, mientras que en la Argentina la cantidad asciende a unas 40.000 por año.

El stent, que ante alguna obstrucción vascular sirve para restablecer y a la vez mantener el flujo sanguíneo, se coloca mediante una intervención que únicamente requiere anestesia local y puede medir desde 5 milímetros hasta varios centímetros.

El descubrimiento del médico argentino fue de tal magnitud que, más allá de haberle posibilitado ingresar al famoso Hall de la Fama de los Inventores, permite no sólo destapar arterias y venas en diversas partes del cuerpo, sino también afrontar obstrucciones en vías urinarias, esófago, tráquea, etc.

Investigaciones recientes permitieron desarrollar stents biodegradables, otros recubiertos con una droga que evita infecciones y los autoexpandibles, que se adaptan al conducto donde son colocados.



50 AÑOS
DE SABOR





LOS VIDEOJUEGOS PUEDEN GENERAR ADICCIÓN

El control en el uso de los juegos electrónicos constituye una receta básica para evitar la dependencia mental y física frente a estímulos concretos que brindan sensaciones de bienestar.

Creados para entretener y divertir, los videojuegos se han convertido en una herramienta muy eficaz para desconectarse por un rato de la realidad. Pero si no se los utiliza en su justa medida, pueden derivar en abusos que, en el peor de los casos, hasta conllevan inconvenientes de salud.

Es que el delgado hilo que separa el vicio de la adicción puede romperse con tanta facilidad que hoy resulta común que no sólo los niños –porque es un fenómeno extendido a casi toda la sociedad– puedan caer en una problemática de difícil resolución.

Tentados por la adicción, los fanáticos de las múltiples alternativas que ofrece el mercado pueden pasar incontables horas diarias frente a una pantalla, ajenos a lo que sucede alrededor y sin percatarse que, lejos de controlar el juego, pasaron a ser controlados por el ansia de jugarlo.

Dentro de este complejo contexto, resultan aún más perjudiciales los juegos de rol, es decir aquellos que constituyen una gran atracción por la motivación que implica la autosuperación y la posibilidad de poder competir con millones de usuarios en el planeta.

Peligros que entrañan

Mantenerse horas ante una computadora o una consola, sometidos a constantes tensiones, suele acarrear una fuerte fatiga mental e incluso traer aparejados cuadros depresivos y/o de ansiedad en personas que, una vez apartadas de sus máquinas, hasta pueden presentar claros síntomas de agresividad.

También son comunes las afecciones físicas, como tendinitis y dolores oculares o de cabeza, derivadas de los largos tiempos que se emplean en el juego.

Si bien no existen parámetros para determinar a ciencia cierta cuál es el límite que marca el comienzo de la adicción, igualmente esto se puede percibir cuando se registra un marcado aumento en la cantidad de horas diarias en que se practica el videojuego o se evidencia un deseo casi constante de dejar de lado cualquier actividad para plantificarse delante de una pantalla.

Dellegarse a estos extremos y no poder evitar el juego por propia voluntad, es menester solicitar ayuda a personas especializadas en la resolución de esta problemática, sabiendo de antemano que aquellos que la padezcan generalmente se muestran reacios a asumir la realidad.

Furor por Candy Crush

El Candy Crush es un videojuego para teléfonos inteligentes y Facebook, lanzado a fines de 2012, que ha despertado un increíble furor, a tal punto que actualmente cuenta con unos 45 millones de jugadores activos en todo el mundo.

Según Tom Stafford, de la Universidad de Sheffield, la adicción a esta aplicación es atribuible al efecto Zeigarnik, que tiene relación con la memoria a corto plazo y con las tareas inconclusas.

De acuerdo con este efecto, cuando un jugador pasa un nivel, rápidamente lo olvida, pero cuando pierde, siente la necesidad de superarlo, generando una auténtica adicción.

Además, el ranking del Candy Crush provoca una competencia entre las personas que toman parte de las 600 millones de partidas de este juego que se registran diariamente.

HUMECTÁ TU PIEL, AHORA BAJO LA DUCHA.



ENJUAGÁ
el jabón



APLICÁ
NIVEA Bajo
la Ducha



ENJUAGÁ
nuevamente:
¡actúa al instante!



SECATE
y vestite:
¡estás listo!



NUEVA
CREMA CORPORAL
BAJO LA DUCHA

DÉCADA COOPERATIVA:

LOGRAR MARCOS JURÍDICOS DE APOYO AL CRECIMIENTO (II)

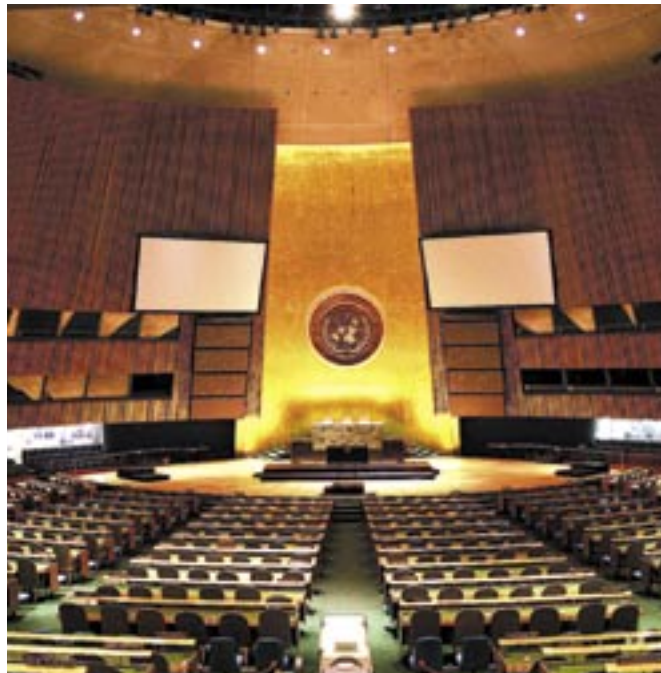
Al igual que la Organización Internacional del Trabajo, las Naciones Unidas han aconsejado reiteradamente a los gobiernos de todo el mundo la adopción de normas que fomenten el desarrollo de las cooperativas.

Es frecuente encontrarnos con el punto de vista de personas –muchas de ellas dirigentes políticos– que consideran a las cooperativas como una modalidad marginal del mundo empresarial, es decir una especie de ambulancias que recogen a los excluidos del sistema económico de base capitalista.

Tal vez esta situación derive de la falta de un adecuado enfoque del modelo cooperativo en el proceso de educación y formación de quienes en el futuro ocuparán aquellos lugares donde se generan las decisiones, lo que contribuye a la existencia de infraestructuras financieras, jurídicas y reguladoras esencialmente diseñadas para las empresas orientadas a la obtención de beneficios y por lo tanto no apropiadas para las cooperativas.

Del mismo modo, es fundamental que las propias cooperativas se resistan a reproducir las prácticas operativas, gerenciales y de gobierno de las empresas propiedad de sus inversores que no reflejan la singularidad de un ente creado para prestar servicios y no para la obtención de lucro.

Porque a menudo esa reproducción directa puede resultar



la opción más fácil cuando se opera en un entorno diseñado para las empresas lucrativas, pero si las cooperativas no resisten y luchan para obtener el reconocimiento y el trato que se merecen, se estarán arriesgando a perder su singularidad y las ventajas competitivas que ella puede generar.

Las Naciones Unidas

En nuestra entrega ante-

enunciados por la Alianza Cooperativa Internacional”.

También la Organización de las Naciones Unidas viene desde hace décadas reconociendo el valioso rol de las cooperativas en el desarrollo social y aprobando en las sesiones de su Asamblea General resoluciones en tal sentido.

Por ejemplo, en la resolución 56/114 dictada el 19 de diciembre de 2001 y en la más reciente 64/136 –adoptada el 18 de diciembre de 2009 y por la cual se proclamó al 2012 como Año Internacional de las Cooperativas– se alienta a los gobiernos a que sigan examinando, según proceda, las disposiciones jurídicas y administrativas que rigen las actividades de las cooperativas, a fin de promover su crecimiento y sostenibilidad.

Pero lo más importante en esta materia es que los legisladores y reguladores entiendan la diferencia intrínseca de las cooperativas y los beneficios sociales que ellas reportan, para traducir ese entendimiento en marcos jurídicos que reconozcan la particular naturaleza de estas entidades y generen un entorno propicio para su constitución y desarrollo.

Nuevo



**LE PUSIMOS LA TAPA
A NUESTRO PROPIO ENVASE**

Por Ignacio Gerbino
y Lorena Pereyra



Y POR QUÉ NO MUFFINS SALADOS

Aunque hablar de muffins nos hace pensar en saborear un té acompañado de deliciosos pasteles, también esta creación de la gastronomía británica ofrece exquisitas alternativas saladas.

Muffins de salmón

Ingredientes:

200 gr de salmón fresco
100 gr de queso parmesano
2 huevos
250 gr de crema
250 gr de harina
30 gr de levadura
1 cucharadita de sal
60 cc de aceite de oliva
Pimienta
Tomillo
1 pote de queso crema
100 gr de salmón ahumado

Preparación: Cortar el salmón y el queso en cubos pequeños.

En un bol mezclar los huevos con la crema, la harina, la levadura y la sal.

Agregar a la preparación anterior el aceite de oliva, las especias y luego, el salmón y el queso.

Colocar la preparación en un molde para muffins y cocinar en horno a 180° C durante unos 20 minutos.

Una vez cocidos y fríos, decorarlos con queso crema y una feta de salmón ahumado.



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

Nivel Técnico

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

Nivel pedagógico

- Profesorado en Educación Física



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





Muffins de curry

Ingredientes:

3 huevos
250 gr de ricota
150 gr de queso rallado
250 gr de harina
10 gr de levadura seca
1 cucharadita de sal
1 cucharada de curry
1 pote de queso crema
1 atado de ciboulette

Preparación: Batir en un bol los huevos con la crema, la ricota y el queso rallado.

Luego incorporar la harina, la levadura, la sal y el curry. Mezclar bien y colocar la preparación en un molde para muffins previamente enmantecado y enharinado.

Hornear a 180° C durante unos 15 minutos.

Una vez fríos, decorar con queso crema y ciboulette picado.



Muffins de chorizo y queso gruyere

Ingredientes:

100 gr de crema
1 huevo
100 gr de queso crema
100 cc de aceite de oliva
250 gr de harina
20 gr de levadura seca
100 gr de chorizo colorado
100 gr de queso gruyere
Sal
Orégano

Procedimiento: Mezclar en un bol la crema, el huevo, el queso crema y el aceite.

Luego incorporar la harina, la levadura, la sal y el orégano.

Agregar el chorizo colorado y el queso gruyere finamente picados.

Mezclar y colocar la preparación en un molde para muffins previamente enmantecado y enharinado.

Cocinar en el horno a 180° C durante unos 20 minutos.

Servir tibios o fríos.

Muffins de tomates secos y finas hierbas

Ingredientes:

30 gr de tomates secos
Aceite de oliva
250 gr de crema de leche
2 huevos
100 gr de queso rallado
250 gr de harina
1 cucharada de polvo de hornear
1/2 cucharadita de sal
2 cucharaditas de tomillo seco
1 cucharadita de albahaca, de romero y de orégano

Preparación: Hidratar los tomates secos en agua hirviendo por una hora.

Escurrirlos y rociarlos con aceite de oliva. Reservar.

Colocar en un bol la crema, los huevos y el queso rallado. Agregar la harina, el polvo de hornear, la sal, los tomates secos hidratados y las hierbas. Mezclar bien.

Colocar la preparación en un molde para muffins previamente enmantecado y enharinado.

Cocinar en horno a 180° C durante unos 20 minutos.

Servir tibios o fríos.



LA PASIÓN QUE DESDE SIEMPRE PONEMOS EN CADA UNO DE NUESTROS VINOS
ES LA MISMA QUE HOY SE DISFRUTA EN MÁS DE 50 PAÍSES EN TODO EL MUNDO.



Reserva

Vino de
TUPUNGATO

Vino de
BARRANCAS

Expresiones

GESTOS

CABALLERO
DE LA CEPA

MISTERIO

FINCA FLICHMAN
HORLE

Extra
BRUT

REAL PASSION | REAL PEOPLE

WWW.FLICHMAN.COM.AR

BEBA CON MODERACION. ESTA PROHIBIDA LA VENTA DE BEBIDAS ALCOHÓLICAS A MENORES DE 18 AÑOS.

EL MALVÓN: UNA PLANTA MUY VERSÁTIL



Por su fácil mantenimiento, el malvón constituye una de las plantas recomendadas para todos aquellos que quieran iniciarse en la jardinería. Sólo es cuestión de animarse y conjugar las combinaciones de colores que ofrece.

Vistosos y con una fortaleza inigualable, los malvones constituyen una de las plantas más populares de nuestro país, al punto que resulta muy común encontrarlos en macetas, canteros o jardines. Su altura alcanza, en promedio, entre 40 y 60 centímetros, aunque si la poda no es la adecuada puede superar un metro.

El tallo es carnoso, las hojas muestran un color verde intenso y sus flores –que se producen desde la primavera hasta finales del otoño– pueden aparecer solas o agrupadas y tienen tonalidades blancas, rosadas y rojas.

Si bien es sensible a las heladas, la versatilidad del cultivo de esta planta permite desarrollarla en jardines expuestos a pleno sol, en balcones protegidos del viento y en macetas dispuestas en el exterior, recibiendo exposiciones solares directas durante 4 o 5 horas.

Capaz de crecer en distintos tipos de suelo, aunque sean de poca profundidad, se pudo comprobar que en los de mayor fertilidad el malvón puede alcanzar abundante follaje pero con baja cantidad de flores.

Régimen de riego

Cuando se lleve a cabo el primer riego, debe tomarse el recaudo de realizarlo de manera pausada, para facilitar que la planta se afirme al terreno. Posteriormente, los riegos sucesivos pueden realizarse dos veces por semana en época de floración, mientras que durante el invierno no es necesario regarlos.

Debe tenerse en cuenta que el exceso de agua pudre los tallos, por lo que hay que regar el suelo solamente. Tampoco hay que mojar hojas y flores, porque podrían llegar a quemarse con la exposición solar.

El riego excesivo o un ambiente muy húmedo pueden deparar que la planta resulte afectada por una especie de hongo caracterizada por dejar un sello de moho oscuro. En cambio, si la cara opuesta de las hojas se torna de color naranja, puede resultar que el malvón esté siendo atacado por otra especie de hongo.

Plantación y podas

La plantación de los malvones debe realizarse a comienzos de primavera o superado el período de heladas.

Si el crecimiento se experimenta de manera lenta, casi no se registran flores y las hojas alcanzan una tonalidad amarillenta, es señal de que a la planta le hacen falta nutrientes, lo que puede solucionarse con el agregado de fertilizante líquido cada 20 días en época de floración.

Es recomendable que las podas se lleven a cabo entre fines del invierno y principios de la primavera, con cortes que deben hacerse cerca de la base de la planta para estimular la aparición de nuevos brotes.

Para la reproducción, que puede realizarse en cualquier época del año, es común utilizar los tallos que quedaron de la poda sin las hojas que estén en el sector inferior, cortándolos unos 10 centímetros por debajo de un nudo.

Antes de introducirlos en el suelo o en una maceta, resulta conveniente dejar los gajos reposando toda la noche, de modo que el corte cicatrice.

PARA LOS FANATICOS
DEL CHOCOLATE



Cofler



EN LA COCINA DE LA VIDA

Francisco Fioriti es un cocinero bahiense que decidió viajar por el mundo en procura de experiencias que le permitan seguir aprendiendo y abrirse paso en el difícil mundo de la gastronomía.



Si bien probó estudiar ingeniería en sistemas, Francisco Fioriti (28) siempre tuvo claro que ese gusto por cocinar que lo acompañaba desde pequeño finalmente le allanaría su futuro laboral.

Por eso, tras meterse de lleno en la carrera de Gastronomía, no dudó a la hora de armar las valijas y partir hacia los Estados Unidos, cuando llegó la primera oferta a través de un programa laboral.

“Junto con una prima y una amiga pasamos cuatro meses espectaculares trabajando en un hotel y sumando una buena experiencia. Cuando regresé a Bahía Blanca, con la idea fija de volver a irme, preparé un mail de presentación y lo envié a cuanto lugar me pareció interesante para seguir aprendiendo”.

El destino le depararía al hijo de Carmelo Fioriti, director del Coro de Niños de la Cooperativa Obrera, y Adriana Miconi, ex directora del Conservatorio Provincial de Música, una frustrada experiencia en uno de los cayos situados en el estado de Florida.

“A los pocos días de llegar y a raíz de una cañita voladora arrojada en la noche de Año Nuevo, un incendio afectó seriamente al hermoso resort en el que estaba trabajando, por lo que no me quedó otra que buscar un destino distinto”.

Hablar inglés lo acercó esta vez a Inglaterra, tras insistir repetidamente en otros países vía mail. “Fue un trabajo de hormigas, pero a medida que pasaba el tiempo iba armándome de una rutina y de una pequeña base de datos, visitando infinidad de páginas web para tomar conocimiento de las últimas vacantes en los hoteles de 4 o 5 estrellas”.

A mediados de 2009 llegaría la ansiada propuesta. “Comencé a trabajar ni bien llegué, aunque las condiciones laborales resultaron muy diferentes a lo acordado por vía telefónica, con el chef Simon Bolsover”.

“Pasaba cinco días de la semana, de 8 a 22, adentro de la cocina y, lejos de los afectos, estuve tentado a volverme. Pero como al menos quería recuperar la plata del pasaje, finalmente me quedé. Fue una buena decisión, porque aprendí muchísimo y, ascenso mediante, la estadía se prolongó más de dos años, lapso en el cual el restaurante alcanzó la tercera Rosette, una distinción muy reconocida en el mundo gastronómico”.

Paralelamente, Francisco conoció a Stacy Lee, su actual pareja, con quien decidió compartir un departamento, al que también se sumó su hermano Andrés, que escogió a Inglaterra para doctorarse en Economía en la Warwick University.

“Quería trabajar en la zona de esa universidad y así fue como me sumé a Restaurant 23, propiedad del joven y prestigioso chef Peter Knibb, quien me demostró que mucho de lo que se realiza a elevado nivel igualmente puede llevarse a cabo en las cocinas hogareñas, porque no es necesario tener todo el equipamiento para alcanzar resultados similares o mejores”.

La vuelta al pago natal

“En julio de este año llegó el tiempo de retornar a Bahía para estar cerca de mis padres y amigos. Y de paso, ofrecer una propuesta gastronómica diferente. Abrimos ‘Más allá de la milanesa con papas’, una mesa redonda



para hasta 10 comensales donde ofrecimos un menú degustación de siete pasos. En poco tiempo llenamos las 10 fechas disponibles que asignamos al proyecto e, incluso, nos vimos obligados a agregar dos más por la demanda”.

Su derrotero por el mundo lo llevará ahora, siempre junto a su novia, a Nueva Zelanda. “Una vez un gran sous-chef me dijo que el día en que crea que deje de aprender será el momento de buscar un nuevo trabajo. Esa inquietud de seguir aprendiendo me lleva a juntar energías para armar las valijas y buscar nuevos destinos, no con el fin de hacer turismo, sino de estar en contacto con cosas diferentes, absorber culturas distintas y dejarme sorprender”.

También Francisco se permite aconsejar a aquellos que quieran viajar por el mundo y forjar su propio camino: “El dinero que se invierte en un pasaje se recupera con dos meses de trabajo, así que es cuestión de animarse, fijarse un objetivo e ir detrás de él”.

En la parte final de la entrevista, reconoce que si bien en nuestro país se evidencian proyectos gastronómicos que apuntan a ofrecer nuevas alternativas, aún queda mucho camino por recorrer. “Justamente hace poco se anunciaron los 50 mejores restaurantes elegidos en América Latina por la empresa productora de la famosa agua San Pellegrino, de los cuales 15 están en la Argentina. Esto indica que hay potencial, pero para continuar avanzando es necesario que los nuevos cocineros se animen a viajar y a recoger conocimientos, con la finalidad de que luego los puedan volcar en proyectos innovadores que no dejen de lado las raíces nacionales”.

Bolsas de Papel

Estuches

IW
Induswhite
Packaging

Una empresa con una especialidad. **SU IMAGEN**

Cajas de corrugado

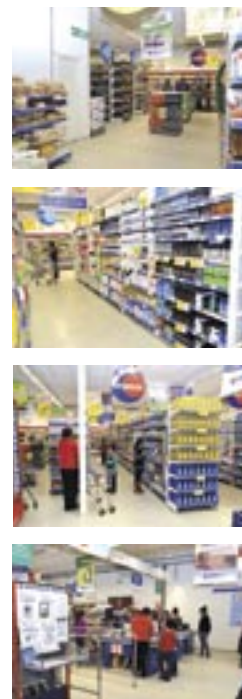
Mascarello 3650 - Telefax: (0291) 4570646
(8103) Ing. White
Ventas: induswhite@bvconline.com.ar
www.induswhite.com.ar

Tu perro merece lo mejor

Tiernitos
SELECCIÓN

GEPSA PET FOODS

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



YA FUNCIONA EN CHIMPAY LA "NUEVA" SUCURSAL DE LA COOPERATIVA OBRERA

En su proyecto de expansión en las ciudades del denominado Valle Medio del Río Negro, una de las sucursales habilitadas por la Cooperativa Obrera fue la número 99 ubicada en Chimpay, lugar famoso por haber nacido allí el beato Ceferino Naumuncurá.

La habilitación de esta sucursal se produjo el 5 de octubre de 2012 en las mismas condiciones en que se encontraba funcionando allí el anterior supermercado. Pero a partir del 8 de junio pasado cerró sus puertas para dar lugar a una importante remodelación y con el compromiso de reabrir las en menos de tres meses, tal como oportunamente informara Familia Cooperativa.

Fue así como tras un acuerdo celebrado entre la firma propietaria del inmueble, Maxicom S.A., que realizó la ampliación



El personal, muy satisfecho con el nuevo ámbito laboral.

y otros trabajos de refacción del edificio, y nuestra entidad, que tomó a su cargo la renovación total de las instalaciones, puede afirmarse que los consumidores de esa población rionegrina se encontraron el viernes 30 de agosto con una "nueva" sucursal, acorde a la impronta que otorga

la Cooperativa Obrera a sus establecimientos.

El supermercado

Ahora el área de ventas de la sucursal 99, dedicada íntegramente a los productos habituales de un supermercado,

alcanza a 300 m², gracias a la ampliación del inmueble que también permitió instalar 5 cámaras frigoríficas, una central de frío alimentario, dependencias de fraccionamiento y baños y vestuarios para el personal.

En el local, flamantes góndolas y exhibidoras refrigeradas son complementadas por 3 modernos pasillos de revisión, mientras que el sector carnes cuenta con atención personalizada.

El día previo a su reapertura, la sucursal fue visitada por las autoridades municipales, encabezadas por el Intendente y el presidente del Concejo Deliberante, junto a representantes de las entidades comunitarias de Chimpay, todos los cuales se sintieron gratamente sorprendidos por el nivel de la propuesta de servicios ofrecida por la Cooperativa Obrera.

Queso

Cremon

es...

único

rendidor

inigualable

doblemente

cremoso!

Doble
Crema



f /aserenisima



Círculo CÍRCULO

El encuentro final del ciclo 2013 de las reuniones zonales organizadas por el Círculo de Consumidores de la Cooperativa Obrera está previsto para el jueves 3 de octubre a las 16 hs. en el salón de actos "Américo Agostini", ubicado en Zelarroyán 560, Bahía Blanca.

Participarán asociados de la ciudad anfitriona y delegaciones de consumidores que se trasladarán especialmente para este evento desde General Cerri y Médanos.

El Círculo, creado en 1997 con 8 sedes, hoy cuenta con 48 filiales en una amplia región que abarca desde Mar del Plata hasta Plottier y desde General Villegas hasta Viedma.



EN OCTUBRE, LA ENTREGA DE PREMIOS

Después de prorrogarse hasta el 30 de septiembre el plazo de entrega de los trabajos correspondientes a la vigésimo sexta edición anual consecutiva del certamen escolar organizado por la Cooperativa Obrera y que en esta oportunidad tuvo por lema "Canto a la Patria y a la Libertad", como adhesión al bicentenario del Himno Nacional Argentino, a

lo largo del presente mes de octubre se desarrollarán los actos de entrega de los premios instituidos.

El cronograma establecido para las distintas regiones es el siguiente:

- **Miércoles 9, a las 15.30 hs.**

En el salón de actos de la Cooperativa Obrera, Zelarroyán 560; Bahía Blanca.

- **Miércoles 16, a las 10.00 hs.**

En el salón de actos de la Asociación Italiana, Mitre 1263, Coronel Suárez.

- **Miércoles 16, a las 14.30 hs.**

En el salón de actos del Banco Credicoop, Ciudad de Rodez 390, Pigié.

- **Miércoles 23, a las 15.30 hs.**

En el salón de actos de la Asociación Española, España 1371, General Roca.

Oral-B®
3D WHITE
DIENTES MÁS BLANCOS
REMOVIENDO HASTA 14 AÑOS DE MANCHAS.*
RESULTADOS QUE DURAN MESES.

*BASADO EN PROMEDIO DE ACUMULACIÓN DE MANCHAS POR AÑO PUBLICADO EN ESTUDIOS CLÍNICOS VS. ESTADO INICIAL DE LOS DIENTES. WHITESTRIPS NO SUSTITUYE LA ADECUADA HIGIENE BUCAL Y LA CONSULTA REGULAR A SU ODONTÓLOGO

Oral-B

LA PROMO 93º ANIVERSARIO: "DE VACACIONES CON LA COOPE"

Como todos los años, la Cooperativa Obrera pondrá en marcha en todas sus sucursales una importante promoción comercial vinculada a la celebración de un nuevo aniversario institucional.

Desde el 4 de octubre hasta el 28 de noviembre, los asociados que adquieran productos correspondientes a los centenares de marcas auspiciantes recibirán un cupón por cada 5 de esos productos, salvo que se trate de artículos del hogar, en cuyo caso se les otorgará un cupón por cada \$ 100 de compra.

Si el pago del tique se efectuara con las tarjetas Coopeplus, BBPS,



Visión Card o Visión Plus, se obtendrá un cupón extra y el límite por compra ha sido fijado

en 20 cupones.

En total habrá 10 ganadores, la mitad en el sorteo del 8 de noviembre y el resto en el que se realizará el 6 de diciembre, pudiendo cada uno de ellos optar por cuatro premios alternativos: tres son viajes de vacaciones en familia (a Buzios, Cataratas del Iguazú o Mar del Plata) y el cuarto vales de compra por \$ 30.000 para renovar el equipamiento del hogar.

Para los sorteos, las distintas sucursales se agruparán en cinco subregiones y los cupones no ganadores en el primer sorteo también participarán del segundo.

P&G

HIDRATA y SELLA
LA FIBRA CAPILAR
MEJOR QUE
LA MARCA LÍDER
PROFESIONAL*

NUEVA COLECCIÓN
HIDRO-CAUTERIZACIÓN

PANTENE
PELO TAN SALUDABLE QUE BRILHA

Gardel

GARDEL

Los premios Gardel constituyen una de las principales distinciones que se otorgan a los artistas de la música nacional. Y dentro de ellos, el Gardel de Oro es el reconocimiento más preciado.

Abel Pintos, quien parte de su formación musical la adquirió como integrante del Coro de Niños de la Cooperativa Obrera, acaba de acreditarse no sólo dos premios Gardel (al Mejor Álbum del Año Artista Masculino Pop y a la Mejor Canción del Año), sino también el mismísimo Gardel de Oro, con el que se reconoce al Álbum del Año.

Nuestras más cálidas felicitaciones al joven autor de "Sueño dorado".

CARMELO: PERSONALIDAD DESTACADA

El maestro Carmelo Fioriti, quien creara en 1978 el Coro de Niños de la Cooperativa Obrera, agrupación infantil que dirige desde entonces, fue distinguido por el Honorable Concejo Deliberante de Bahía Blanca como Personalidad Destacada de la ciudad.

El proyecto de ordenanza en tal sentido lo presentó la vicepresidenta del cuerpo, señora Ana C. Civitella, y contó con el voto unánime de todas las bancadas en la sesión del jueves 22 de agosto, donde se puso de manifiesto que Carmelo cuenta con "méritos y valores indiscutidos en su amplia actividad como director de coros, docente, arreglador y



Carmelo Fioriti (der.) recibiendo la distinción del HCD bahiense.

cantante".

En la actualidad, Fioriti también se desempeña como profesor del Conservatorio Provincial de Música y es director del Coro de la Universidad Nacional del Sur y del Coro Juvenil de las Escuelas Medias de esa casa de

altos estudios.

Familiares y dirigentes de la Cooperativa Obrera vivieron junto a Carmelo ese momento tan emotivo que ha venido a sumarse a los diversos lauros cosechados a lo largo de su prolongada y prolífica labor en el arte musical.

LA CUENTA ES CLARA

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

Rádios AM y FM

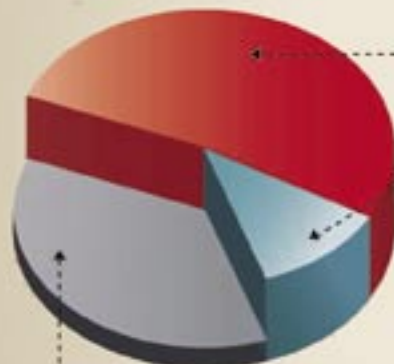
Lunes a viernes

6 a 12 hs

Ambos sexos

Todas las edades

Todos los N.S.E.



Suma de 2 AM y más de 50 FM 38,7%

1º LU2 Radio Bahía Blanca 50,4%

2º FM Ciudad 94.7 10,9%

LU2 AM 840 + FM 94.7 61,3%



LU2 AM 840 + FM 94.7
PODER DE VENTA

LU2
RADIO
BAHIA
BLANCA
AM 840

Dos radios,
todas las generaciones.



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

ciudad
fm 94.7
Bahía Blanca



Pintura: "San Ciruja IV"



Escultura: "Sin título"

IV SALÓN ANUAL DE PINTURA Y ESCULTURA

Del 16 al 29 de septiembre tuvo lugar en el salón de usos múltiples del Bahía Blanca Plaza Shopping la muestra correspondiente al IV Salón Anual de Pintura y Escultura, que organizan en conjunto ese complejo comercial y el departamento cultural de la Cooperativa Obrera.

En el certamen se presentaron 98 obras pictóricas y 18 esculturas, exhibiéndose además de las premiadas—que detallamos seguidamente—otros quince trabajos seleccionados por el Jurado, que

contó con la participación del prestigioso plástico argentino Jesús Marcos, a quien acompañaron Cecilia Miconi, directora del Museo de Bellas Artes y Arte Contemporáneo, e Ileana Cerato, artista plástica local.

La nómina de las distinciones fue la siguiente:

En Pintura

- Primer premio: "San Ciruja IV", de Jorge L. Moyano.

- Segundo premio: "Sapere Aude", de Carlos S. Ocampos.

- Primera mención: "An-

dando", de Magalí Figueroa.

- Segunda mención: "En Gondag", de Romina Tejerina.

- Premio juvenil: "Días de invierno", de Josué Pagano.

En Escultura

- Primer premio: "Sin título", de Juan I. Valenzuela.

- Segundo premio: "Vuelitas de la vida", de Alina M. Liberman.

- Primera mención: "Mucia - desgarrándose en plena caza del niño de Aveyron", de Agustina A. Álvarez.





CARTAGENA: UNA JOYA COLONIAL EN LAS ORILLAS DEL MAR CARIBE

Situada al norte de Colombia, la histórica ciudad de Cartagena de Indias conjuga la amabilidad de su gente con bellas playas e islas, centenarias edificaciones, museos y una activa vida nocturna.

Fundada el 1º de junio de 1533 por Pedro de Heredia y ubicada a orillas del mar Caribe, Cartagena de Indias –o simplemente Cartagena– es uno de los puertos más importantes de Colombia y un reconocido destino turístico.

Con más de un millón de habitantes, contabilizando el área metropolitana, la capital del departamento de Bolívar cuenta con una encantadora arquitectura colonial, que mereció que la

«Ciudad Amurallada», es decir su centro histórico, fuera declarada en 1959 como Patrimonio Nacional de Colombia y en 1984, por la UNESCO, como Patrimonio Histórico y Cultural de la Humanidad.

Magníficas playas, paisajes exuberantes y una calificada oferta gastronómica y hotelera, que va desde los hospedajes coloniales hasta los exclusivos hoteles boutique, constituyen atractivos dignos de ser conocidos.

El Palacio de la Inquisición, la Torre del Reloj, el Castillo de San Felipe y las propias murallas son, además de las playas, lugares frecuentados por millares de turistas que sienten el placer de recorrer las calles de una ciudad que entrega todo el encanto de su historia.

Precisamente esa historia también está relacionada con los piratas, ya que la ciudad fue víctima de frecuentes ataques de corsarios provenientes de

Europa, hecho que la convirtió en su momento en la ciudad más reforzada de América del Sur.

La celebración más representativa de la comunidad de Cartagena son las “Fiestas de Independencia”, que se celebran durante cuatro jornadas a partir de cada 11 de noviembre, día en el que en 1811 se convirtió en el primer territorio de la actual Colombia en declararse independiente de España.

ARGENTINA EN NOVIEMBRE

CATARATAS DEL IGUAZÚ

- Salidas: 13 de octubre y 3 y 17 de noviembre • 7 días y 6 noches
- Incluye: Transporte, Hotel Don Pedro 13* con media pensión y excursiones a Cataratas argentinas, brasileñas y ruinas de San Ignacio (no incluye entradas a parques nacionales).
- Bus semicama \$ 2.950 + \$ 200*
- Bus cama \$ 3.250 + \$ 200*
- MENORES DE 3 A 7 AÑOS \$ 1.790 + \$ 100*

CALAFATE / USHUAIA

- Salida: 19 de noviembre • 2 noches en El Calafate, 2 en Río Gallegos y 3 en Ushuaia • Incluye: Bus semicama, Hotel Upsala, Comercio y De los Andes (2* y 3*) con media pensión • Excursiones: Glaciar Perito Moreno y Parque Nacional Tierra del Fuego (begun programa, no incluye entrada a parques).
- \$ 6.385

AVISTAJE DE BALLENAS

- Salida: 15 de noviembre • 3 días y 2 noches • Incluye: Bus semicama, hotel Playa 3* con desayuno • Excursiones: avistaje de ballenas con navegación y entrada a Península Valdés incluidas.
- \$ 1.980
- Menores 50% de descuento**

Señal: expuesto en pesos argentinos en base habitación doble a triple y según se indique. No válido para fines de semana largos, fechas especiales ni feriados. No incluye: comidas y bebidas en resto, entradas a parques nacionales, excursiones, ni menores. *Precios en Bps. \$10.000/2013 publicada el 10/09/2013. **Hasta 5 años compartiendo habitación con dos adultos.

12 cuotas sin interés

0810-333-9859

www.coopeviajes.com

Coopeviajes.com

Un destino de confianza

Comercializa Nikiari Tour S.A. EVT Leg. 8614 Pcia. 67208 - Av. Cordero 177 (8000) Bahía Blanca

Puedes pagar tu viaje en cualquier sucursal de La Coope.

ATMA

Ideal para preparar
todas tus recetas.



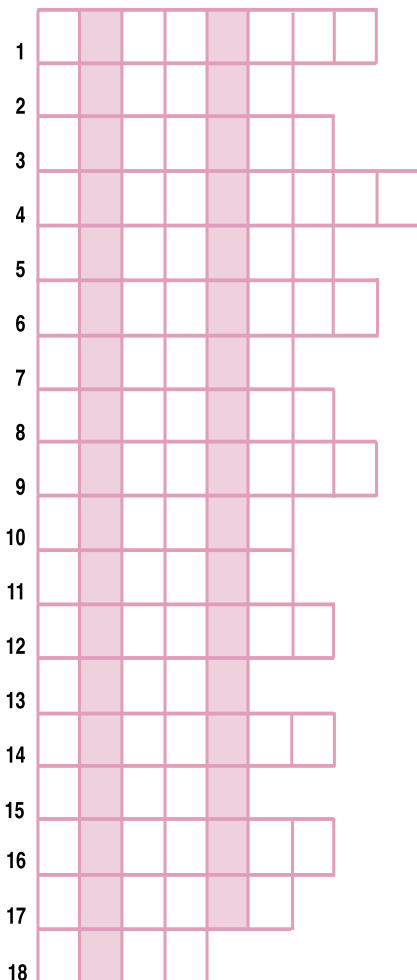
 **Electronic System**

ELECTRONIC SYSTEM S.A. CUIT: 30-64358677-7. ROQUE PEREZ 3650 CAP. FED.



atma.com.ar

Encuentre las respuestas y ubique cada palabra en la fila correspondiente. Luego, recorriendo en forma vertical las columnas coloreadas, podrá leer el grado, nombre y apellidos del militar argentino a quien se considera fundador de Cipolletti, la ciudad rionegrina que el 3 de octubre cumplirá 110 años de vida.



- Extenuante, fatigoso.
- Nombre de pila de la cantante lírica nativa de Portugal, esposa del presidente argentino Marcelo T. de Alvear y fundadora de la Casa del Teatro, en cuyo homenaje fue impuesto dicho nombre en la denominación de una importante ciudad rionegrina a la que suele llamársela "la Perla del Valle".
- Masa espesa y pegajosa hecha de harina cocida en agua que sirve para pegar papel u otros materiales livianos.
- Ciudad del centro-oeste bonaerense, cabecera del partido de Hipólito Yrigoyen y en la cual funciona la sucursal 94 de la Cooperativa Obrera.
- Sistema de escritura y lectura para ciegos que utiliza puntos en relieve.
- Barrio de Bahía Blanca en el que está ubicada la sucursal 35 de la Cooperativa Obrera.
- Planta baja de un cine o teatro donde se disponen los asientos en filas frente al escenario.
- Tener en gran estima a una persona.
- Denominación que lleva cada campaña solidaria promovida por el Círculo de Consumidores de la Cooperativa Obrera en beneficio de una entidad de bien público.
- Sazonar la carne.
- Primera palabra del nombre de la empresa de viajes y turismo vinculada a la Cooperativa Obrera.
- Persona que tripula un avión.
- Ciudad bonaerense en la que fue fundada el 1º de octubre de 1898 la cooperativa de seguros "El Progreso Agrícola", que es considerada punto de partida del cooperativismo argentino.
- Bosquejar, hacer un primer diseño o proyecto.
- Prefijo que significa pequeño.
- Cometido que corresponde en una cooperativa al síndico y al auditor externo.
- Pequeño pez marino comestible, curado en salmuera.
- Especie arbórea nativa de la llanura pampeana, a la que también se la conoce como "bella sombra".

A - A - A - A - A - AD - AN - BAR - BO - BRAI - BU - CI - CHO - CO - CON - CRO - DE - DER - DO - DO - DON - DOR - DOR - EN - ES - FI - GI - GO - GRU - GUE - HEN - KANT - LLE - MI - MI - NA - NI - O - OM - PA - PI - PLA - RAR - RE - RE - TA - TE - TROL - VIA - ZAR

SOLUCIÓN

1. AGOTADOR - 2. REGINA - 3. ENGRUDO - 4. HENDERSON - 5. BRALLIE - 6. PACIFICO - 7. PLATEA - 8. ADMIRAR - 9. REDONDEO - 10. ADOBAR - 11. NIKANT - 12. AVIADOR - 13. PIGÜE - 14. ESBOZAR - 15. MICRO - 16. CONTROL - 17. ANCHOA - 18. OMBU

Humor

HUMOR

• Por Zanotta-Haus



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



Momentos Mágicos