

pensar

El periódico de Padua
www.periodicopensar.com.ar

DISTRIBUCIÓN
GRATUITA

Optica Lentes de contacto



Zarate 24 - Padua Norte
www.araloptica.blogspot.com

11 2480 5615
optica aral

HERMOSOS LUGARES PARA CONOCER EN LA PROVINCIA DE BS.AS.



SALUD
PÉRDIDA DE PESO
HABLAR SOLO/A
QUE SIGNIFICA
pág. 16 Y 17

**EL LITIO
ARGENTINO**

pág. 2

LIBERTAD
**¿PARA QUÉ Y
PARA QUIÉN?**
pág. 2

pensarte
CHARLA DE GENIOS

ARGENTINOS
pág. 15

**PÁGINA DE LA
MUJER**
**MARÍA REMEDIOS
DEL VALLE**
**LA MADRE
DE LA PATRIA**
pág. 8

**ALCOHÓLICOS
ANÓNIMOS**
50 AÑOS EN PADUA
pág. 3

**MARATÓN
EN MERLO**
**POR LOS DERECHOS
Y LA MEMORIA**
pág. 5

pensardeportivo
DE MERLO

**CAMPEONA
MUNDIAL**
pág. 11

LA UNO
INFORMA
pág. 4

**EL RIÓ
PARANÁ**

pág. 14

TODA UNA VIDA
**TRES CIUDADES
TRES CANCIONES**
pág. 14

ORTOPEDIA del Oeste



Expertos en salud • Líderes en la fabricación de plantillas para niños y adultos

Ayacucho 112 San Antonio de Padua 0220 - 4827509 www.ortopediadeloeste.com



Libertad de Pensamiento

Fundador

Miguel Andino

Director

Miguel Andino

Columnista

Cristian Gentile

Diseño

Natalia Parodi

El Periódico no adhiere o garantiza los servicios y productos ofrecidos en los espacios publicitarios, la calidad de los mismos corre por cuenta de los anunciantes. Prohibida la reproducción total o parcial de las notas que aparecen en los ejemplares.

mapensar@gmail.com

www.periodicopensar.com.ar

Celular

011 15 - 3215 - 2753

Editorial

LIBERTAD

¿Para quién y para qué?

Al norte de América hay una potencia que pregona la palabra Libertad enfáticamente. Una de sus expresiones más publicitadas es la estatua de la Libertad enclavada en las puertas de Nueva York.

Lo que yo pienso y creo es que utilizan la palabra para beneficio propio. ¿Es Libertad invadir países y destruirlos en nombre de ella? No: eso no tiene nada que ver con la Libertad. Lo hacen para sacar provecho de sus riquezas.

Sería interminable nombrar todos los países invadidos a través de la historia. También, "invaden" gracias a la colaboración entreguista de ciertos gobiernos, que más adelante nombraremos enfáticamente.

En otra parte del planeta, Asia, hay otra nación poderosa y en crecimiento sostenido que no usa la palabra Libertad cómo expresión ideológica. Pero a través de estos últimos años sacó de la pobreza a mil millones de sus habitantes. Eso sí, sin invadir y atacar a ningún país. Al sur de nuestra América, se encuentra otro país gobernado por un señor que utiliza la palabra con un agregado, "viva

la Libertad, carajo". La Libertad que pregonan y practica en sus acciones son, destrucción del aparato productivo de empresas nacionales y Pymes, tarifas impagables de todos los servicios para todos los sectores, salarios y jubilaciones devaluados, extorsión a gobernadores para que aprueben leyes a cómo dé lugar y otras "libertades" que perjudican a la población en todos sus estamentos.

Todo en nombre de la Libertad. Ah, y al otro defensor de la palabra, nombrado al comienzo de esta nota quiere entregarle el control del río Paraná, un puerto base en Tierra del Fuego y alguna entrega más que por ahora desconocemos.

Para él que esto escribe, la Libertad es, ser soberano en defensa de su nación y que su pueblo disponga de bienestar y posibilidades para todos, con las herramientas que brinda el Estado y por supuesto, no lo hace el mercado. Por todo esto, Libertad bien entendida. La otra "Libertad" pregonada es para destruir y saquear países, con la mayoría de sus habitantes adentro.

¿PENSÁS EN AUSPICIAAR?



Si estás pensando en auspiciar tu comercio, empresa o profesión, tenés que pensar en Pensar. Cuando lo pienses, llámanos, nosotros pensamos que somos el medio que estás necesitando.

mapensar@gmail.com

Cel: 011 15 3215- 2753

www.periodicopensar.com.ar



INSTITUTO MODELO AUXILIO DE MARIA
INICIAL - E.P. - E.S. - E.S.S.

DIEGEP 2484 - 3866



ABIERTA INSCRIPCIÓN 2024
VACANTES LIMITADAS



INFORMES E INSCRIPCIÓN: TEL./FAX: 011 2062 5166 E-MAIL: institutomodeloauxiliodemaria@gmail.com
DIRECCIÓN: INDEPENDENCIA 2096 (ESQ. SAAVEDRA) - MERLO - BS. AS.



DISTRIBUIDORA
ART.FERRETERIA

ATENCIÓN MAYORISTA :
AYACUCHO 1139 (0220) 482 2242
VENTA AL PÚBLICO :
Merlo : Calle Real 1225 (0220) 4857790
Merlo N: H.Yrigoyen 570 (0220) 4856633
roca@ferreteriaroca.com.ar

www.ferreteriaroca.com

Maipu 797 - Merlo - Tel/Fax: 0220 485 9092
Cel: 011 15 5339 2800 / 011 15 6585 3459
openhousedecora@hotmail.com

MEMBRANAS IMPERMEABLES
Decoraciones
Open House
¡NUEVA DIRECCIÓN!

Durlock
Relaciones en general
Alfombras - Cortinas
Empapelados - Cortlock
Pisos vinílicos y de goma
Adhesivos - Barrales
Carpintería a medida
Amoblamiento - Pintura
Instalaciones en general
Limpieza de alfombras

Refrigeración Biger
VENTA DE REPUESTOS

HELADERAS - SECARROPAS - MICROONDAS
LAVARROPAS AUTOMÁTICOS
BOBINADOS DE MOTORES
AIRE ACONDICIONADO - SPLIT

VENTA AL GREMIO

Suipacha 796 esq. Libertad - Merlo / refrigeracionbiger@hotmail.com
Tel: 0220 483 4584 - 486-4010

CERRAJERÍA
JORGE

PARABRISAS - BURLETES - CRISTALES PARA AUTOMOTORES - LEVANTA CRISTALES ELÉCTRICOS - COLIZAS TELEMANDO - LLAVES CODIFICADAS Y CON INMOVILIZADOR DE ARRANQUE

VENTA Y COLOCACIÓN
REPARACIÓN DE PARABRISAS

Pte. Perón (ex Rivadavia 24.184)
S.A. de Padua - tel. (0220) 482-3071
ID: 593*2426

ACPO
Dimaro

Gimnasia modeladora - localizada step - complementos con aparatos potencia - fisicoculturismo - nutrición

Av. Esteban Echeverría 1576
San Antonio de Padua
Cel: 011 15 5055 8136

ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS, EL GRUPO PADUA Y UN POCO DE HISTORIA EN SUS 50 AÑOS DE VIDA

En el anochecer del martes 19 de Marzo de 1974, tres hombres, Humberto, Ramón y Carlos (más conocido por su apellido Chirino), se dieron cita en la entrada de la Iglesia de San Antonio de Padua en la calle Centenario 1399. Se ubicaron debajo del frondoso y añoso pino que se encontraba a la entrada y en ese mismo lugar desarrollaron la primer reunión que terminó constituyendo lo que hoy es el Grupo Padua de Alcohólicos Anónimos mediante esa primera reunión fundante. Luego de algunas conversaciones con el párroco, se logró que les brindaran un espacio físico para reunirse en los fondos de la parroquia donde funcionaba la cochera y el sitio de reunión de los scouts. Con el correr del tiempo, se les facilitó un nuevo espacio dentro de la misma instalación parroquial, precisamente el salón que estaba contiguo a los baños y hoy es un aula más del colegio parroquial. Durante algunos años el grupo celebraba sus reuniones los siete días de la semana, cosa que dejó de hacer para solamente realizarlas tres veces por semana como las realiza actualmente. También funcionó durante un breve tiempo el Grupo de Familias AL- Anón, teniendo como lugar de reunión el sitio que hoy ocupa la secretaria parroquial. Estos tres hombres, eran residentes de la localidad de Padua y hacía un tiempo que habían ingresado a la comunidad en búsqueda de su recuperación. Sus ingresos habían sido en la primera



casa de reunión que tuvo Alcohólicos Anónimos en la Calle Garay en la Ciudad de Buenos Aires. Su espíritu fraterno y servicial ya los había llevado a alguno de ellos a fundar anteriormente otros grupos como el Grupo Chirino en la Provincia del Chaco y el Grupo Ferroviario en el Hospital Ferroviario. Eran épocas de demasiado estigma social y desconocimiento de la problemática, del dolor y sufrimiento que provoca la enfermedad del alcoholismo en el

alcohólico y en la familia misma. Apenas se contaba con dos grupos en la zona Oeste en aquellos años, uno en Morón, y otro en Merlo lo que limitaba la difusión del mensaje de recuperación. El Grupo Padua de Alcohólicos Anónimos ha cumplido 50 años de vida, dando y llevando el mensaje en la comunidad local. Sus puertas abiertas al alcohólico aun sufriendo y el mensaje esperanzador se han dado y continúa dándose también en las organizaciones e instituciones intermedias cuando lo solicitan, estando y contando siempre con un espíritu disponible y una actitud fraterna y amorosa. El cumplir los 50 años de vida como grupo, nos lleva a hacer un recorrido por los procesos por los que atraviesa el sentimiento humano; vidas que han logrado recomponerse, heridas que van cerrando logrando la recuperación, y otras, que han partido por el camino del destino feliz. En estos 50 años, el Grupo Padua, a través de sus miembros y servidores, no han dejado nunca de estar solícitos a los pedidos de ayuda, consulta y atención tanto del miembro ya ingresado a la comunidad como del que está por hacerlo. Aun en los momentos más críticos que ha vivido sociedad, en la época de la pandemia por Corona Virus durante los años 2020 y parte del 2021, los miembros se organizaron para llevar a cabo reuniones virtuales de mantenimiento, acompañamiento y difusión del mensaje

de recuperación. Eran épocas de aislamiento y puertas que se cerraban y la Iglesia no fue la excepción. El miércoles 18 de agosto del año 2021, un grupo muy reducido de miembros comenzó a reunirse a la entrada de la iglesia, precisamente, debajo de un frondoso pino, ahí llevaron sus banquitos con la esperanza de volver a verse y en poco tiempo más retomar las reuniones presenciales. Esta rémora del acto fundacional, llenaba de recuerdos y esperanzas a los alcohólicos que allí se reunían. Hasta el querido Padre Leonardo, (Leo) al verlos reunidos en el jardín y conocer la historia de los fundadores se comprometió a facilitar en breve el acceso al salón de reuniones, pidiéndoles solamente un poco de tiempo para acomodar algunas cosas. Fue de esa manera, como, luego de un mes de reunirse tres veces por semana debajo del pino histórico, al aire libre, el domingo 19 de Setiembre del año 2021 el padre Leonardo reabrió las puertas de la parroquia permitiendo que el grupo de Alcohólicos Anónimos retomara sus reuniones presenciales. Hoy se recuerda a todos y cada uno de los alcohólicos que han pasado por la sala de reuniones dejando su experiencia de dolor y recuperación, que han compartido su fortaleza para sobreponerse y la esperanza de lograr una nueva vida sin alcohol.



ATENEO SAN ANTONIO

Orden de Frailes Menores

ATENEOSANANTONIOOK #elcorazóndepadua



ESTAMOS RENOVANDO EL CLUB, POTENCIANDO NUESTRA RICA HISTORIA INSTITUCIONAL. TE INVITAMOS A SER SOCIO- SOCIA

• FÚTBOL INFANTIL • GIMNASIA RÍTMICA • BÁSQUET • HANDBALL • PREPARACIÓN FÍSICA ORIENTADA AL FÚTBOL • NUEVAS DISCIPLINAS CULTURALES

**ALQUILERES DE CANCHAS DE FUTBOL SINTÉTICO.- PADDLE (CANCHAS RENOVADAS)
TENIS (CANCHAS RENOVADAS) ESCUELA DE TENIS A CARGO DE PROFESIONALES DEL ÁREA**

Centenario1275 - San Antonio de Padua - Teléfono: 0220-4815600 - Email: sanantonioateneo@gmail.com

Confitería y Panadería



Especialidad en masas y postres
Sandwiches de miga - Servicio de lunch
Desayunos - Bombojería

Ayacucho 85 - Tel. 0220-482-2318 - confiterialacentral@hotmail.com
SAN ANTONIO DE PADUA



SERVICIO TECNICO
TV LED - LCD
AUDIO - MICROONDAS
COMPUTACION
ELECTRODOMESTICOS

PEABODY
Ariete
BRAUN

CORADIR S.A.
Pte. Alfonsín (ex Roca) 1063
- S.A. de Padua -
@elec.roca
11-3318-9291 // 0220-4824772

FERRETERIA y CERRAJERÍA



ROJAMAR

ELECTRICIDAD
Suipacha 730 - Merlo - Cel: 11 5221 4041

AGENCIA DE VIAJES Y TURISMO



Leg. N° 16876
¡Viajar, la mejor terapia!

Paquetes nacionales e internacionales - Cruceros - Pasajes aéreos
Bus - Luna de miel - Viajes quinceañeras - Viajes holísticos y de relax

COORDINAR VISITA PREVIA

Cel: 011 15 6441 0722
Mail: ejetravelviajes@gmail.com
www.ejetravel.tur.ar

CONSULTAR PROMOS EN REDES SOCIALES
Facebook: EJE TRAVEL VIAJES

LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL OESTE ABRIÓ NUEVE CARRERAS CON DOCENTES AD HONOREM

Ecós de la multitudinaria movilización estudiantil en defensa de la educación pública: el rector de esa casa de estudios reveló que de cada 10 pesos que ingresan a la entidad, 9,4 son para el pago de salarios al personal que presta servicios. Pero que incluso varios profesores empezaron igual sin siquiera cobrar ni contar con el nombramiento. La impactante movilización del movimiento estudiantil y docente de universidades públicas de todo el país dejó al Gobierno nacional el contundente mensaje en defensa de la educación como un valor que la sociedad argentina no está dispuesta a negociar. En medio de la discusión abierta por la gestión libertaria de Javier Milei en torno a la administración de esas casas de estudios de nivel superior, la masiva respuesta que recibió en las calles obliga a replantear el sendero. Y la realidad también desmiente que exista un reclamo fuera de lugar.

Nueve carreras nuevas

A modo de ejemplo, el rector de la Universidad Nacional del Oeste (UNO), Roberto Gallo, contó en el programa periodístico Primer Plano por el canal Somos, de Flow, que la entidad con sede en Merlo abrió este año 2024 nueve carreras nuevas, entre las que se encuentran Contador Público, Criminalística e Ingeniería Ambiental



Roberto Gallo, rector de la Universidad Nacional del Oeste.

con docentes sin nombramiento y que dan clases sin cobrar por su trabajo. "Tuvimos que hacer una suerte de ingeniería para poder brindar el servicio sin dejar alumnos que ya estaban

inscriptos afuera de la universidad. Tenemos muchísimos docentes de este primer año que están dando clases este año ad honorem, esa es la verdad, con la promesa de que en algún momento

se solucione el tema presupuestario y podamos formalizar su contratación y darle la renta que corresponde por el trabajo que realizan", reveló el funcionario.

Para evaluarlo concretamente: la UNO contaba con una proyección presupuestaria para este año y amplió su oferta educativa luego de superar todas las evaluaciones respectivas. Cuando llegó la hora de poner en marcha esa arquitectura institucional el dinero no alcanza, porque es el mismo con el que contaba sin las carreras nuevas. No hay manera de seguir adelante.

Educación servicio esencial

Este recorte que experimentan las universidades, en interpretación de Gallo, "entra en contradicción con el mismo DNU (que sacó el Presidente, que considera la educación un servicio esencial. Y si es la educación un servicio esencial, ¿cómo es que nos saca los subsidios? La verdad que no lo entendemos".

Gallo reconoció, de todos modos, que no es la primera vez que ocurre esto de apelar a recortar fondos al sistema de educación superior: ya lo experimentaron durante la gestión de Macri y con la de Alberto Fernández.

Fuente: www.primerplanoonline.com.ar

www.periodicopensar.com.ar

pensar
El periódico de Padua

El mes que no encuentres nuestro periódico en la calle... recurrí a Internet.

www.periodicopensar.com.ar

MELANET MOTOS
KTM Y USADAS

VENTA DE REPUESTOS
ACCESORIOS
LUBRICANTES
SEGUROS

TODO PARA TU MOTO

AV. YRIGOYEN 673 • MERLO NORTE • CEL. 1162191819

ZINGUERIA PADUA

Horario:
L a V de 8 a 12
y de 14 a 18 h.
Sábados de 8 a 13 h

Canaletas • Claraboyas
Sombreros giratorios • Campanas artesanales
Trabajos en cobre y bronce

Av. Rivadavia 23552- San Antonio de Padua
Tel: 011 4159 7381
E-mail: zingueriapadua@live.com.ar

QUERÉS ESTAMPAR TU REMERA CON TU LOGO? QUERÉS DECORAR TU CASA CON VINILO?

DISEÑO GRAFICO

vinilos decorativos ESMERILADOS PUBLICIDAD.
ESTAMPADOS PLOTEOS COMERCIALES MUALES DECORATIVOS SENALETICA

[f/xpresiumpublicidad](https://www.facebook.com/xpresiumpublicidad) [ig/xpresiumdesign](https://www.instagram.com/xpresiumdesign) 11.30995169

alarmas **IONRAY**

MONITOREO las 24 hs.

Av. Gaona 2186 - Paso del Rey
Administración y Servicio Técnico: 0237 460 9230
Central de Monitoreo 24 hs.: 0237 460 9200

CEREALERA "La Nona"

Legumbres - Harinas
Productos dietéticos - Frutas secas
Todo para celíacos

PRODUCTOS FRIZADOS

¡ DESDE AHORA ATENDEMOS TARJETAS DE DÉBITO Y CRÉDITO !
Como siempre, lo mejor y más barato
ÚNICA DIRECCIÓN

SUIPACHA 640 - MERLO - Cel. 11 5838 6382

RC

RECTIFICACIÓN CAMARGO

RECTIFICACIÓN DE MOTORES CIGÜEÑALES
TAPAS DE CILINDRO ALESADO DE CILINDROS

V. Camargo 3193
Hurlingham
Tel: 011 4450 6571

Av. Rivadavia 23500
San Antonio de Padua
Cel: 11 5800 5049

NOTICIAS DE MERLO

MILES DE MERLENSES

CORRIERON POR LOS DERECHOS Y LA MEMORIA.

Más de 10 mil inscriptos participaron de la carrera solidaria organizada por la Subsecretaría de Deportes para conmemorar y homenajear a nuestros héroes de Malvinas.

El Intendente Gustavo Menéndez compartió la jornada con los vecinos y señaló que *"fue una convocatoria enorme, donde hemos visto el crecimiento de nuestro trabajo en deporte y el gran desempeño de atletas de alto rendimiento merlenses"*.

El Jefe Comunal sostuvo que *"este evento nos reúne para homenajear a nuestros veteranos y ex combatientes; donde volvemos a afirmar que las Malvinas son argentinas, y los desaparecidos también."*

Los ganadores de la competencia de 10K fueron Fabián Manrique en la categoría "Masculino" y Antonella Guerrero en "Femenino".

Además, cientos de niños corrieron 1K en la modalidad "Kids" y participantes de todas las edades compartieron el tramo de 3K recreativos.

El Subsecretario de Deportes Mauro Schmahl destacó la importancia de



la actividad física a física a cualquier edad y manifestó que *"plasmear una cuestión histórica de nuestro país, como la soberanía sobre las Islas Malvinas en un evento deportivo con tanta gente, nos llena de orgullo*

y nos hace sentir más argentinos que nunca".

"Ésta es una época muy brava"

El ex combatiente y Presidente del

Centro de Veteranos Unidos de Merlo Gustavo Bellido afirmó que *"ésta es una época muy brava y estamos eternamente agradecidos con el pueblo de Merlo por esta tercera edición de la carrera"*, al tiempo que expresó *"esperamos que continúe por muchos años"*.

Los asistentes colaboraron con alimentos no perecederos como requisito de inscripción, que serán entregados a comedores y merenderos que ayudan a nuestra comunidad.

El Municipio dispuso puestos de atención médica, stands de frutas y verduras e hidratación para los corredores. Colaboraron equipos de Defensa Civil, Tránsito, Bomberos Voluntarios de Merlo, la Asociación Civil "Tu Vida Vale Mucho" y todas las áreas de gobierno municipal a fin de garantizar una jornada segura y ordenada.

Fuente: www.merlo.gov.ar

OCRE
Bijouterie Regalos

Volta 1341
San Antonio de Padua

1954 68 años de creación 2022

Creaciones para novias, madrinas 15 años
Trajes, Jackets
Smokings.
Ramos, tocados
Alquiler y venta
Confecciones a medida

Vidita NOVIAS
Sarandí 577
1722 Merlo (B.A.)
Telefax (0220) 482-8624
www.viditanovias.com.ar

FERRARO

Venta, reparación y restauración de relojes antiguos

Noguera 70
San Antonio de Padua
Tel: 0220 482 6290

Calzados Nilda

VENTA DE CALZADOS EN GENERAL

Noguera 30
SAN ANTONIO DE PADUA

LACBac.
Laboratorio de Análisis Clínicos y Bacteriológicos

Compromiso y tecnología para un mejor diagnóstico.

Directorio 340 - San Antonio de Padua - Teléfono: 0220 483-2926 - E-mail: lacbac@gmail.com

Facebook/LACBac Twitter @LACBacLab Instagram @LACBacLab

EXTRACCIONES a domicilio!
LACBac Laboratorio de Análisis Clínicos & Bacteriológicos
va a tu casa!
Solicitá tu turno:
1135613371 / 0220 483 2926

INSTITUTO "COMANDANTE LUIS PIEDRABUENA"
Jardín de Infantes "Lucerito"

Nivel **INICIAL** (salas 3, 4 y 5 años):
Di.Pr.E.Ge.P. N° 2500

Nivel **PRIMARIO** (1° a 6° años)
Di.Pr.E.Ge.P. N° 2858

Nivel **SECUNDARIO** (1° a 6° años)
Di.Pr.E.Ge.P. N° 5724

Proyecto Educativo Institucional: **EDUCACIÓN EN VALORES**

- Asignaturas **EXTRACURRICULARES**
- SEGUIMIENTO PERSONALIZADO** del Proceso de Aprendizaje de cada alumno
- EQUIPO DOCENTE** de amplia experiencia y actualización permanente
- RECURSOS PEDAGÓGICOS**: Internet wi-fi en todas las aulas, gimnasio propio totalmente cerrado, escenario para eventos culturales y/o recreativos, salón de usos múltiples con calefacción, aire acondicionado, LCD, proyector, etc.
- Participación en **OLIMPIADAS, FERIAS Y TORNEOS DEPORTIVOS**
- SALIDAS EDUCATIVAS**
- TALLERES DE INGLÉS**
- CHARLAS ORIENTATIVAS para Padres** con Profesionales docentes universitarios
- Actividades de **ORIENTACIÓN VOCACIONAL y Ocupacional**
- CONVENIOS CON UNIVERSIDAD de Morón** para actividades educativas conjuntas

Pueyrredón 546 (e/Alte.Brown y A.del Valle) – San Antonio de Padua - Tel.: 0220-485-2500 instpiedrabuena@hotmail.com

EL TOP 10 DE LOS PAÍSES CON MAYORES RESERVAS DE LITIO: QUÉ PUESTO OCUPA ARGENTINA

América Latina lidera la carrera del "oro blanco", ya que Bolivia, Argentina y Chile va a la cabeza con las reservas naturales de este mineral.

Según datos del Servicio Geológico de Estados Unidos (USGS), América Latina alberga la mayor parte de las reservas mundiales de litio, un recurso natural crucial en la era tecnológica actual.

Bolivia se posiciona en la cima con una reserva de 21 millones de toneladas, seguida de cerca por Argentina, con 20 millones de toneladas, y Chile, con 11 millones de toneladas. Estas cifras confirman que más del 50% del total mundial de aproximadamente 98 millones de toneladas de litio se concentra en esta región.

El litio: el "oro blanco" de la industria tecnológica

Conocido como el "oro blanco", el litio desempeña un papel fundamental en numerosos sectores industriales y tecnológicos. Desde la fabricación de dispositivos electrónicos como laptops y teléfonos celulares, hasta la industria de la electromovilidad, donde se utiliza en la producción de vehículos eléctricos y baterías de almacenamiento para energías renovables como la eólica y solar. Recientemente, México anunció la estatización del litio en su territorio, otorgando al Estado el control exclusivo sobre la exploración, explotación y aprovechamiento de las reservas minerales de litio. Esta medida, aunque no afecta las concesiones previamente otorgadas, busca fortalecer el papel del Estado en el desarrollo y gestión de este recurso estratégico.

Por su parte, Argentina cuenta con un



régimen federal de regulación minera, donde las provincias tienen la competencia para adjudicar concesiones mineras. Sin embargo, el gobierno nacional recibe la mayor parte de los recursos tributarios asociados a esta actividad. En el ámbito provincial, Salta, Jujuy y Catamarca lideran la actividad minera del litio, ya que se trabaja en conjunto a través de la Región Minera del Litio para desarrollar proyectos de investigación, extracción, producción

e industrialización del recurso.

Los 10 países con mayores reservas de litio en el mundo

Esta es la lista de los países con mayores reservas de litio del mundo. Cabe destacar que cada uno tiene su propia política de extracción, así como organización entre las empresas y el Estado.

Primero Bolivia, con 21 millones de toneladas totales.

Segundo Argentina, con 20 millones de toneladas totales.

Tercero Chile, con 11 millones de toneladas totales.

Cuarto Estados Unidos, con 12 millones de toneladas totales.

Quinto Australia, con 7.9 millones de toneladas totales.

Sexto China, con 6.8 millones de toneladas totales.

Séptimo Alemania, con 3.2 millones de toneladas totales.

Octavo Congo, con 3 millones de toneladas totales.

Noveno Canadá, con 2.9 millones de toneladas totales.

Décimo México, con 1.7 millones de toneladas totales.

Fuente:
www.eldestapeweb.com



GUILLERMO MELO

Negocios Inmobiliarios
Mat. 2758

Chubut 314
San Antonio de Padua
Tel: 0220 412 0583
Cel: 15 2308 5379
www.meloprop.com.ar

Juncal 540 - Merlo
Tel: 0220 486 5637

Da Vinci

Novias - 15 años - Fiestas
Trajes - Smokings - Jackets
Alquiler y Venta

AUTOSERVICIO



Noguera 498 esq. Rio Negro - Nobel 855
Padua Sur



Venta de repuestos para todo tipo de artefactos del hogar.

- Refrigeración - Lavarropas automáticos
- Calefacción - Cocinas - Cámping
- Electrodomésticos - Kerosene
- Ventilación - Grifería

Juncal 699 - Merlo
Tel/Fax: 0220 485 8030

Neumáticos Rivadavia

Alineación y balanceo
Cubiertas y llantas
Tren delantero - Amortiguación
Todas las tarjetas

Av. Pte. Perón 24524
Merlo
Tel. 0220-4004833

PRO PLAN
PURINA EUKANUBA

www.elmundodelasmascotas.com.ar
Alimentos - Accesorios - Pipetas - Canarios
ENTREGA A DOMICILIO

Directorio 78 - Tel: 0220 486 7642
Directorio 414 - Tel: 0220 486 1929
PADUA - 11- 6793-6783

Carlos Pietranera e hijos

REPUESTOS Y SERVICIOS
CARBURACIÓN • ENCENDIDO
INYECCIÓN • MECÁNICA GENERAL

Rivadavia 22742/68
Ituzaingó
Tel: 011 4661 0288



CASA del audio



Kodak

SMART TV 32" HD (1)
MOD.: WE-KD/32MT005/2.



AHORRÁ: \$40.000
\$179.000
NORMAL: \$219.000



NOBLEX

SMART TV 43" (2)
MOD.: DK43X7100.



AHORRÁ: \$36.900
\$319.000
NORMAL: \$355.900

SMART TV
FHD
androidtv
STAR+

43"



RCA

SMART TV 55" (3)
MOD.: AN-D55P6UHD.



AHORRÁ: \$82.000
\$479.000
NORMAL: \$561.000



NEBA
HELADERA CON FREEZER (4)
MOD.: A280.



AHORRÁ: \$72.000
\$419.000
NORMAL: \$491.000



DREAN
LAVARROPAS AUTOMÁTICO (5)
MOD.: CONCEPT 5.05-V1.



AHORRÁ: \$51.000
\$389.000
NORMAL: \$440.000



motorola
CELULAR LIBRE (6)
MOD.: E22. PROC. OCTA CORE, CÁMARAS 16MP Y 5MP, 32GB HDD, 3GB RAM.



3 CUOTAS SIN INTERES DE
\$66.333
NORMAL: \$199.000

OFERTAS PARA CAMPEONES

(1) [ARG.] STOCK: 20U. [177-KDA-152] (2) [ARG.] STOCK: 20U. [187-NOB-756] (3) [ARG.] STOCK: 20U. [192-RCA-242] (4) [ARG.] STOCK: 40U. [428-NBA-034] (5) [ARG.] STOCK: 30U. [471-DRE-224] (6) [ARG.] STOCK: 20U. [156-MOR-582] *SALVO QUE CAMBIEN LAS CONDICIONES COMERCIALES, VER LEGALES EN WWW.CASADELAUDIO.COM. CFT VARIABLE SEGUN ENTIDAD EMISORA. LAS CARACTERISTICAS, IMÁGENES Y PRECIOS DE LOS ARTÍCULOS PUEDEN VARIAR SIN PREVIO AVISO. OFERTAS VÁLIDAS HASTA EL 15/05/2024 INCLUSIVE O HASTA AGOTAR STOCK, LO QUE OCURRA PRIMERO. NINGUNA PROMOCIÓN ES ACUMULABLE ENTRE SÍ. M. PANSI S.A. AV. RIVADAVIA 2128B, CASTELAR, BUENOS AIRES. CUIT: 33-70871199-9.

INGRESÁ y AHORRÁ





La Página de la Mujer



QUIÉN FUE MARÍA REMEDIOS DEL VALLE, HEROÍNA DE LA GUERRA DE LA INDEPENDENCIA

Aunque su labor no fue reconocida en vida, será la protagonista del billete de \$10.000. Cada 8 de noviembre se celebra el Día de los Afroargentinos y de la Cultura Afro en su honor.

Por su valentía y patriotismo, María Remedios del Valle se ganó el mote de "Madre de la patria". La argentina de origen africano nació en 1766 en Buenos Aires, ciudad que en ese momento era la capital del Virreinato de La Plata. La historia de una de las heroínas de la Guerra de la Independencia merece ser recordada y reivindicada.

Su vocación de servicio quedó demostrada por primera vez durante las invasiones inglesas en el año 1807, momento en el que María Remedios del Valle ejerció como enfermera y auxilió a quienes defendieron la ciudad de Buenos Aires.

Luego de la Revolución de Mayo, María decidió enlistarse y participó como auxiliar y combatiente en diferentes batallas. Vale recalcar que del Valle era una de las pocas mujeres que participaba en este ámbito, sin embargo, el reconocimiento a su valiosa tarea tardó décadas en llegar.

Capitana del ejército

Su primera participación fue en la Expedición del Alto Perú, donde acompañó al ejército alimentando y auxiliando a los heridos, pero también combatió a la par del resto de los soldados. Además, también dio el presente en las batallas de Ayohúma, Vilcapugio y Tucumán, y en el Éxodo jujeño. En todas las ocasiones, María Remedios del Valle luchaba por la patria junto a su esposo y sus dos hijos. Lamentablemente, los tres perdieron la vida en combate. Por su valentía y compromiso, el mismísimo Manuel Belgrano la nombró Capitana de su ejército. Sin embargo, el gran reconocimiento no la salvó de ser capturada y torturada por los realistas en 1813. A pesar de los numerosos embates, la afroargentina pudo salvarse de ser fusilada.

Aunque su labor por la patria no fue reconocida en vida, durante los últimos años su historia comenzó a ser reivindicada. En ese sentido, este año el Banco Central anunció que la cara de la heroína de la Guerra de la Independencia será una de las protagonistas del billete



de \$10.000, junto a Manuel Belgrano, creador de la bandera nacional.

María Remedios del Valle, de la batalla a la pobreza

Cuando terminó la guerra, ya sin su marido ni sus dos hijos, María Remedios del Valle volvió a Buenos Aires. A la combatiente le costó muchísimo que se le reconociera como capitana y que le pagaran su correspondiente sueldo. Esta situación terminó condenándola a una vida en la pobreza, lejos de cualquier tipo de reconocimiento material y simbólico por haber luchado y defendido su patria. El escritor Carlos Ibarguren comenzó a rescatar la historia de del Valle a partir de una serie de artículos periodísticos. Allí recopila varios detalles de la vida de la capitana una vez terminada la guerra. Ibarguren afirmó que la mujer vivía en un rancho en las afueras de Buenos Aires, y frecuentaba las iglesias de San Francisco, Santo Domingo y San Ignacio y la Plaza de la Victoria (hoy Plaza de Mayo) ofreciendo pasteles y tortas fritas para poder sobrevivir, o mendigando y recibiendo sobras de alimentos. La suerte de María Remedios del Valle cambió recién en el año 1827, cuando el general José Viamonte la reconoció mendigando en las calles de la ciudad de Buenos Aires, hundida en la pobreza. Viamonte solicitó a la Junta de Representantes de la provincia de Buenos Aires que le otorgaran a la combatiente su merecida pensión. El 11 de octubre de 1827, la Junta de Representantes aprobó unánimemente el reconocimiento de María Remedios del Valle como capitana de infantería y su

pensión correspondiente. Además, se propuso confeccionar una biografía y construir un monumento en honor, aunque ninguna de estas dos propuestas se terminaron llevando a cabo.

En 1830, y durante su primer año de gobierno, Juan Manuel de Rosas decide nombrarla como sargento mayor, lo que aumenta sustancialmente su pensión. Para mostrar su gratitud, María Remedios del Valle se cambió el nombre a Remedios Rosas.

El reconocimiento post mortem

María Remedios del Valle murió el 8 de noviembre de 1847, sin haber recibido en vida su merecido reconocimiento. No obstante, en los últimos años se realizó un esfuerzo por reivindicar y darle luz a las historias de las mujeres que fueron silenciadas durante décadas, y del Valle es una de ellas.

En ese sentido, a partir del año 2013, cada 8 de noviembre en Argentina se conmemora el Día Nacional de las y los Afroargentinos/as y de la Cultura Afro en homenaje a María Remedios del Valle, recordada como "Madre de la Patria" por su rol en la lucha por la independencia. Además, se han levantado numerosos monumentos en su nombre, y también se han nombrado calles, escuelas y espacios públicos en su honor.

Este año el Banco Central anunció que la cara de la heroína de la Guerra de la Independencia será una de las protagonistas del billete de \$10.000, junto a Manuel Belgrano, creador de la bandera nacional. Según declaraciones oficiales, este billete comenzará a circular en mayo.



Fuente: www.lacapital.com.ar

MASOTERAPEUTA

MASAJES RELAJANTES
DESCONTRACTURANTES
REIKI CON RESPIRACIÓN CONCIENTE

Cel: 011 4149 3285

A DOMICILIO
CON PROTOCOLO



Carrera "AUXILIAR EN COSMIATRÍA"

Mira Dror Zona Oeste y Bio Beauty

Programa:

- Historia de la Cosmetología
- Ética profesional
- Célula: tejido clasificación y función
- Anatomía y fisiología de la piel
- Anexos cutáneos
- Biotipos cutáneos
- Hidratación activa y pasiva
- Peeling: concentraciones y PH
- Extracciones y Alta Frecuencia
- Anatomía de la cabeza
- Masaje Facial: Técnicas
- Acción de los rayos solares
- Lesiones primarias y secundarias
- Patologías: Seborrea - Acné - Rosácea
- Peeling - Envejecimiento cutáneo

Duración: 8 meses

Beneficios extra:

Becas para perfeccionamiento, Premio especial del laboratorio al mejor promedio.

Anotarse con anticipación.

Cupos limitados.

Tel. 0220-4858790

Cel: 011 15 5388 5357 (Adriana)

www.periodicopensar.com.ar



El Algarrobo 364 casi Noguera. Padua



11 2438 1244



BABYANDHOME1

PAÑALES
BEBES Y ADULTOS
(directo de fabrica)

POR MAYOR Y MENOR

Dra. Norma Beatriz Monía

ABOGADA

Familia - sucesiones - divorcios - tenencias de hijos - alimentos - desalojos - cobro de alquileres - ejecutivos

NOGUERA 1561 - S.A. PADUA

Tel. 0220-4826333 Cl. 011-1563649798
lunes - miércoles y viernes 17 a 19 h. con turno

Estudio Inmobiliario**R. BONISOLO**

1981 - 2016

35 años al servicio inmobiliario de toda la comunidad de Merlo.

Av. Eva Perón 125 - L.2
San Antonio de Padua
Telefax: 0220 482-1043 / 485-1530
rfbonisolo@hotmail.com

CONSULTORIO**AYACUCHO 29**

Tel: 011 5365 7535

Lunes a sábados de 9 a 20 h.

Llamá sin cargo al: 0800 777 1919

www.dentaltotal.com.ar

Prof. Dr. Omar Grossi

MÉDICO URÓLOGO

CENTRO UROLÓGICO DE MERLO

Avda. Argentina 1095 - Merlo
Tel: 0220 485 0767

Dra. Claudia A. Bonisolo

Contadora Pública Nacional
Perito Contable Judicial
Profesora Universidad de Morón

Av. Eva Perón 125 L.2 - S. A. de Padua
0220-482-1043 (011) 15-5821-9552
claudia_bonisolo@yahoo.com.ar

pensar
El periódico de Padua

**PUBLICÁ EN
PROFESIONALES**
mapensar@gmail.com
Cel: 011 15 3215 2753

PROFESORA DE FRANCÉS

Verónica

CLASES INDIVIDUALES
Y GRUPALES

Tel: 0220 485 1519
Cel: 011 15 3035 3681

SAN ANTONIO E PADUA



CLÍNICA Y CIRUGÍA DE LOS OJOS

Chaco 320 - San Antonio de Padua

Tel. 011 - 2147-7430

11- 3352-0857

**CHACO****CONSULTORIOS
ODONTOLÓGICOS**

Horario de atención:
Lunes a viernes de 8.30 a 12.30 h.
y de 15 a 20 h.
Sábado de 9 a 13 h.

CHACO 393**SAN ANTONIO DE PADUA**

Tel: 0220 482 9778

11 3218 8295

Más info en página 16

Lorena Laura Hruszecki

Gestora Administrativa
Judicial - Mandataria - Productora
Asesora de seguros

Tel: 0220 494 7683 - Cel: 11 15 5515 5795
gestoria_integral@yahoo.com.ar
lorena.hruszecki@gmail.com

Balcarce 2612 - Libertad**MÉDICO ESPECIALISTA
EN UROLOGÍA****Dr. SEBASTIAN CASAZZA**

Ayacucho 978 esq. B. Mitre
San Antonio de Padua
Tel. 0220-482-0965 / 011-5565 8982

Dra. MARIANA CASAZZAOdontóloga - U.B.A
OSDE

Ayacucho 978 esq. B. Mitre
San Antonio de Padua

Tel: 0220-482-0965

Cel: 011-5565 8982

ALQUILO**HORA - DÍA - MES**

• PROFESIONALES
• ACTIVIDADES TERAPÉUTICAS
• BIENESTAR Y BELLEZA, ETC
LLAVALLOL DE ACOSTA 21
(Altura Noguera 199)
SAN ANTONIO DE PADUA
CEL: 15 5810 0030

**JUAN CARLOS
RODRIGUEZ****Asesor Inmobiliario**

Av. de la Calle Real 1651
Merlo

Tel. 0220 - 497 6183

Cel. 11 5847-0743

YOGA**Eduardo**

INSTRUCTOR SUPERIOR DE YOGA

Teléfonos
011 15 3609 2604
0220 - 494 2347

pensar
El periódico de Padua

PUBLICÁ

EN

PROFESIONALES**COMUNICATE :**

Cel: 011 15 3215 2753

E-mail:
mapensar@gmail.com

Oficina Integral**SEGUROS**

ABOGADOS
ACCIDENTES
JUBILACIONES
AUTOMOTOR
CONTADORA

Av. Eva Perón 2606
Libertad

Cel: 11 6377 6853
11 2552 9972

oficinaintegralhugofabrizio@gmail.com

ESTUDIO JURÍDICO**Dra. Alba Elina Riggio - Dr. Eduardo Estevez**

Abogados

Sucesiones - Divorcios - Laborales
JUBILACIONES Y PENSIONES

Horario de atención: *Martes y jueves de 16 a 18 horas.*

Cel. 154 558 8753 / Tel. 0220 - 481 9081

JOSÉ MARIA NOVOA (H)
ABOGADO

Lunes, miércoles y viernes de 17 a 20 horas

Comunicarse al:
15 4166 6789 - 15 5830 0583
novoahabogado@hotmail.com

HISTÓRICO: HORACIO ZEBALLOS ES EL PRIMER N°1 ARGENTINO DEL TENIS

Lo que no pudo ni Vilas, lo logró Zebolla: con el español Granollers ganaron en Madrid y llegó a la cima del ranking.

"El tenis argentino nunca tuvo un varón N° 1 del ranking", escribimos pronosticando la posibilidad de que se diera algo histórico. Porque aquel concepto ya es parte del pasado: Horacio Zeballos es el primer argentino varón mayor que llegó a la cima del ranking. Histórico.

Zebolla se anotó en los libros al trepar al escalón más alto del listado en dobles, al que llegó igual de su compañero, Marcels Granollers, quienes así lo consiguieron al ganar por cuartos de final del Masters 1000 de Madrid, torneo que se había quedado sin argentinos en singles tras la derrota de Francisco Cerúndolo. El marplatense y el español, segundos favoritos del torneo, derrotaron al monegasco Hugo Nys y el polaco Jan Zielinski (séptimos) por 4-6, 6-2 y 16-14 para pasar a semifinales y, lo que es más importante, ser los oficiales N° 1 del listado de duplas en la ATP. El último set fue para el infarto y estuvo a punto de ser para la dupla rival. Zeballos servía con segundo saque en el 12-13 (match point en contra) y atajó una volea increíble para el 14-14. Luego, Granollers hizo lo mismo y Zebolla decoró con un inteligentemente cruzado passing para el 15-14. Finalmente, y en el tercer match point, una devolución imperfecta tras el saque del español consumó la hazaña y el abrazo de los nuevos reyes del tenis en dobles.

Hace un par de semanas el zurdo de 38 años había difundido un mensaje por el cual se alegraba de volver a ser el N° 3 del mundo en dobles. Y había anunciado que ahí no iba a frenar... Y no frenó. "Muy contento de volver a mi mejor ranking!!! Mucho trabajo, dedicación y pasión llevan a estos momentos de satisfacción. Y ahora a seguir por mas objetivos, a seguir soñando y confiando en darlo todo!!! Gracias a todas las personas que me llevan a mi mejor rendimiento día a día y al apoyo de todos ustedes. Vamos por más!!!!", escribió y lo cumplió.

Como dato para Zebolla, si bien en singles no fue top ten, sí se dio el gusto de ganar un torneo, y nada menos que a Rafa Nadal, en Viña del Mar. Ese 10 de febrero de 2013 (año en el que logró su mejor posición en el listado individual, 39 de la ATP), el zurdo se anotó como uno de los únicos cuatro jugadores que derrotaron a La Fiera en una definición sobre polvo de ladrillo.

Nunca antes un N° 1 varón; sí mujeres

Nuestro país nunca había tenido un N° 1 varón de mayores, aunque sí de juveniles, como Mariano Zabaleta, Sebastián Báez, Thiago Tirante. Lo mejor nacional del ranking de hombres en singles fue Guillermo Vilas, que llegó a ser 2° en



1975. Los que llegaron al N° 3 fueron tres justamente: Guillermo Coria (2003), David Nalbandian (2006) y Juan Martín del Potro (2018). En mujeres mayores individuales tampoco hubo una en la cima; Gabriela Sabatini

llegó al N° 3 en el 89. En cambio, Argentina registró dos mejores jugadoras en dobles, en diferentes años. Paola Suárez fue N° 1 en el 2002, 2003 y 2004 y Gisela Dulko en 2010.

Fuente: www.ole.com.ar

www.periodicopensar.com.ar



NEUMÁTICOS

«El Turco»



Av. Pte. Perón 24202 esq. Beruti- San Antonio de Padua - Cel 11 3860 4154



DEPORTIVO MERLO HA CETE SOCIO

ACOMPaña AL EQUIPO DESDE EL ESTADIO

Balbastro y Blanco Encalada - Parque San Martín - Merlo



NUEVO
Teniludius
www.teniludius.com.ar



4 CANCHAS DE TENIS DE POLVO DE LADRILLO
CON EXCELENTE ILUMINACION

CONFITERIA - CAFETERIA - MINUTAS
VESTUARIOS - PARQUE - PARRILLAS

0220-4840298
radio: 279*161
ALBERDI 351 MERLO

VENTA DE RAQUETAS Y ACCESORIOS
ENCORDADOS

CLASES PARTICULARES - ARMADO DE PARTIDOS
ESCUELA DE TENIS PARA NIÑOS
EQUIPOS DE INTERCLUBES

CAMPEONA MERLENSE: “LA CHUCKY” ALANIZ.

Celeste “Chucky” Alaniz recibió un reconocimiento del Intendente Gustavo Menéndez tras consagrarse múltiple campeona mundial de boxeo en la categoría peso mosca. Alaniz se impuso ante la estadounidense Marlen Esparza en el Save Mart Center de California, donde conquistó los títulos mundiales de la Organización Mundial de Boxeo (OMB), la Confederación Mundial de Boxeo (CMB) y la Asociación Mundial de Boxeo (AMB).



Luego de su llegada a la Argentina, el Jefe Comunal recibió a la deportista y aseguró que “es un orgullo enorme tener a una representante así en nuestro pueblo, es la primera boxeadora que logra traer de Estados Unidos a la Argentina tres títulos”.



Por su parte, la boxeadora enfatizó que se siente “muy feliz de traer este logro para Argentina y compartirlo con todo Merlo”. Asimismo, agradeció al Intendente Gustavo Menéndez por el recibimiento, y alentó a “que todos los que se propongan algo, trabajen para lograr sus sueños porque es posible”.



Fuente: www.merlo.gob.ar

PUMAS 7'S Y SU LOGRO HISTÓRICO.

Los Pumas 7's hicieron historia el fin de semana en el Seven de Singapur, con ese quinto puesto que les permitió ganar por primera vez la fase regular del Circuito Mundial y consagrarse como el mejor equipo del mundo de esta especialidad. El seleccionado dirigido por Santiago Gómez Cora cumplió así uno de los grandes objetivos que tenían para esta temporada -aunque aún les falta disputar la instancia final que definirá al campeón.

“Teníamos hambre de ese primer puesto. Lo veníamos buscando. Por eso cuando lo conseguimos, sentimos emoción y felicidad, pero también un poco de alivio”, contó Luciano González.

“Sabíamos que el equipo estaba para eso.

Era injusto que Irlanda se llevara el primer lugar, sabiendo que no había ganado ningún torneo. No es por menospreciarlos, pero nosotros habíamos hecho una gran temporada. Y en Singapur hicimos historia. Ojalá se vuelva a repetir”.

Lo que se viene para Los Pumas

Entre el 31 de mayo y el 2 de junio disputarán la Gran Final del Circuito Mundial en Madrid, donde enfrentarán a los otros mejores siete equipos. Integrarán el Grupo A junto a Australia, Francia y Gran Bretaña. En el B jugarán Irlanda, Nueva Zelanda, Fiji y Sudáfrica. Y luego irán a París a los Juegos Olímpicos (del 24 al 30 de julio).



www.periodicopensar.com.ar

Yoga



Un cambio trascendental



Cuerpo
Mente
Alma

Eduardo: Instructor Superior de Yoga
Profesor Nacional de Educación Física
Instructor Nacional de Gimnasia Artística

Teléfonos:
011 15 3609 2604
0220 494 2347

RICARDO SARMIENTO

RELATA POR

Radio Ciudad 91.1
www.radiociudad.com

Aplicación Simple Radio 11 2398 7812

FÚTBOL DE ASCENSO



Importante sala de musculación Aerobics - Indoor Bike





Av. Libertador 223 • Merlo • Tel: 0220 483 8020

Horario: L. a V. de 8 a 24 h. - Sábados de 9 a 21 h.



[/WindowGymMerlo](https://www.facebook.com/WindowGymMerlo)

NATATORIO CLIMATIZADO

CLUB UNIÓN DE MERLO (Ex Sedem)

CURSOS DE ADULTOS y ADOLESCENTES
Lunes, Miércoles y Viernes de 10 a 11 h./13 a 14 h./14 a 15 h./17 a 18 h./19 a 20 h.
Martes y Jueves de 13 a 14 h/ 19 a 20 h./20 a 21h./Sábados de 13 a 14 h.

ESCUELITA: 3 a 12 años
Martes y Jueves de 17 a 18 h./18 a 19 h.

NATACIÓN COMPETITIVA
Equipo de natación promocional y federado. Natación master y de aguas abiertas. Entrenamiento como deporte salud

RESERVÁ TU HORARIO AL 11 7369 4784
Para mayor información comunicarse con la Secretaría de la institución de Lunes a viernes de 8 a 19 h - Sábados de 10 a 12 h.

PILETA LIBRE:
Lunes, Miércoles y Viernes de 8 a 14 h./16 a 17 h./19 a 21 h.
Martes y Jueves de 8 a 9 h./11 a 14 h./19 a 21 h.
Sábados de 11 a 14 h.

AQUA GYM:
Martes y Jueves de 11 a 12 h./19 a 20 h.
Sábados de 11 a 12 h.

BEBES: sábados de 11 a 12h.

Libertad 569 - Merlo [@uniondemerlo](https://www.facebook.com/uniondemerlo) [Club Unión de Merlo](https://www.facebook.com/ClubUniondeMerlo)

BELLEZAS DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

La mayoría se sorprende al enterarse que estos hermosos saltos de agua y piletones naturales están en la provincia.

A pesar de la aparente uniformidad de la región, la provincia de Buenos Aires tiene hermosos arroyos y cascadas que son un testimonio de la diversidad geográfica de la provincia. Estos increíbles saltos de agua, algunos muy cerca de CABA, atraen a cada vez más turistas que buscan escapar del bullicio urbano y conectar con la naturaleza en su estado más puro.

Estas cascadas presentan aguas frías y refrescantes, ideales para zambullirse antes de que lleguen las bajas temperaturas, y también increíbles miradores y lugares para hacer un picnic, sacar fotos y tomar unos mates.

Cascada Cifuentes



Ubicada a 45 kilómetros de Tres Arroyos, es la más alta de la provincia de Buenos Aires (entre 5 y 7 metros) y cuenta con una cueva detrás de su cortina de agua. Es parte del Río Quequén Salado, ofrece pesca y deportes acuáticos, así como una variedad de aves como cisnes, patos y loros. Se recomienda visitar en primavera. Tres Arroyos está a 498 km de la Ciudad de Buenos Aires.

Olla del Napostá, Tronquist

Es un piletón natural en las sierras, donde nace el arroyo Napostá. El acceso al circuito de trekking es a través de la estancia Funke, a 16 km de la localidad de Tronquist. El recorrido sigue el arroyo Napostá, mostrando piletas de agua,



cuevas y la flora y fauna local. Tronquist está a 588 km de la Ciudad de Buenos Aires.

Las Cascadas, Necochea



Es un balneario de aguas templadas situado a lo largo del Río Quequén, originario del macizo de Tandilia en el partido de Benito Juárez. Está ubicado a 12 kilómetros de Necochea. Cuenta con piletones, pequeños saltos y cascadas que alcanzan hasta un metro de altura, rodeadas de una exuberante vegetación. Además, para los aficionados a la adrenalina, el tramo del río cuenta con una pista de slalom, siendo la única en la provincia de Buenos Aires y la más constante en todo el país. Las

instalaciones incluyen fogones, una proveeduría y sanitarios.

Reserva Natural Sierras Grandes, Comarca Sierras de la Ventana

En la reserva se pueden explorar cerros de más de mil metros de altura y siete circuitos guiados, cuatro de los cuales incluyen cascadas y piletones. Es importante tener en cuenta que el caudal de las cascadas puede variar según las lluvias en la región. Los circuitos disponibles son: Excursión a la Cascada Escondida, Circuito Paredes Rosa, Piletón Grande y recinto Piedras, y Cascada Grande, este último de alta dificultad y una duración de ocho horas.



Fuente: www.ambito.com

SPEED UPBIKES

MECÁNICA - REPUESTOS - ACCESORIOS
RECTIFICACIÓN - TORNERÍA - INSERTOS

Leonardo 📞 11 3817 1268 Av. Yrigoyen 920 - Merlo Carlos 📞 11 6835 6393

PINTURERIAS

LEMAR

INNOVACIÓN EN PINTURAS
ENTREGA A DOMICILIO SIN CARGO



Av. San Martín 2629 - Parque San Martín - Merlo
Tel. 0220 481 9319 - 📞 11 3629 0432



TEL.: (0220) 482 - 9748

NUESTRAS REUNIONES

“VENGAN A MI TODOS LOS QUE ESTÉN
CANSADOS Y CARGADOS
Y YO LOS HARÉ
Descansar”

MATEO 11:28

SEGUINOS



ENTRE RÍOS 160, S. A. DE PADUA
DOMINGO 10HS
MIÉRCOLES 19:30HS

ECUADOR 965, ITUZAINGÓ
DOMINGO 18HS
MIÉRCOLES 18HS

ECHAGUE 1620, LIBERTAD
SÁBADOS 20HS
MIÉRCOLES 20HS



SPORT CAFÉ

Bodegón

Café de Especialidad

Av. 25 de Mayo 658
Merlo

Pedidos al
11 3308 6329



sport cafe



sportcafe_merlo

AUTOSERVICIO



Noguera 498 esq. Rio Negro - Nobel 855 -Padua Sur

DIETETICA

Abuela Antonia

Harinas - Legumbres - Frutos Secos
Herborestería - Semillas - Especias

Suplementos Dietarios
Productos para Diabéticos

Variedad productos para CELÍACOS
Productos veganos

abuelaantoniadietetica

Noguera 2577 casi esq. Av. Eva Perón
San Antonio de Padua



LOS TRONCOS

EMPANADAS
PIZZAS GIGANTES

Ahora ITUZAINGÓ

Mansilla esq. Juncal
Tel: 011 4623 0642
011 4458 0183 / 1054



Noguera 291 - Padua

0220 - 4851795 / 4850551

Suipacha 735 - Merlo

Tel: 0220 483 0039 / 0063

PANADERIA Y CONFITERÍA ARTESANAL

Ayelén



Noguera 778
San Antonio de Padua
Tel: 0220 486 5039

Pastas frescas
artesanales

MIS NENAS

Para este 29
pruebe

NUESTROS
ÑOQUIS

ENTREGAS
A DOMICILIO

Noguera 2101
San Antonio de Padua

Tel: (0220) 486-3554



30 años en PADUA

ABIERTO TODOS LOS DIAS
MEDIODÍA Y NOCHE

www.algonuevorestoran.com.ar

algonuevorestoran

Delivery sin cargo

Pizzas • Empanadas Tel: 483 6956 • 483 6162 • 483 8773
Pastas caseras
y comidas elaboradas Int. Mendiluce 398 (ex Lambaré)
esq. Llavallol de Acosta

La GoloteKa de Padua

Golosinas - Galletitas

ABIERTO LUNES A SÁBADO
8.30 A 22.30
DOMINGOS Y FERIADOS
9.30 A 21.00
NO CERRAMOS AL MEDIODÍA

Noguera 161
San Antonio de Padua



Drops Padua
12 años

Seguiremos siendo Rock !!

MÚSICA Y VIDEOS

/drops padua

/padua.drops

Noguera 131 • San Antonio de Padua

pensar
El periódico de Padua

PUBLICÁ EN
GASTRONOMÍA

COMUNICATE :

Cel: 011 15 3215 2753
mapensar@gmail.com

MENÚ DEL DÍA

\$ 5.500

Miércoles, jueves y viernes
(sólo mediodía)

Consultá los platos del día
y nuestra carta

ABIERTO MIÉRCOLES A DOMINGO
MEDIODÍA y NOCHE



•Cocina Argentina •Pastas Caseras
•Pizzas al molde •Cocina al disco

MENÚ VEGETARIANO:
Consulta variedad

•Milanesas •Empanadas •Tartas caseras
•Sandwiches •Hamburguesas y más

Delivery Tel: 0220 484 0048
de 12 a 15 y de 20 a 23 h.

Anticipe su pedido - Demora estimada 45 min aprox.

25 de Mayo 619 - Merlo

ESTAR ATENTOS

La discriminación y hostilidad en las escuelas son un flagelo social ante el cual el sistema educativo debe verse dinámico, disciplinado y desplegar todas las herramientas para erradicarlo.

Brindar mayor contención al alumno afectado, respaldado por todo el ámbito educativo, con participación activa, jamás asumiendo una posición desatenta de la realidad. Es esencial una respuesta inteligente, articulada, enriquecer el espíritu del sistema educacional, con la implementación de nuevas y adecuadas políticas en el orden institucional con miras al orden social; llegando así a la vieja premisa: La escuela, el segundo hogar. La sana disciplina y contención construyen el ambiente ideal; una escuela que pierde autoridad se torna débil en su función. Así, charlas informativas dirigidas a los chicos sobre la importancia de decirle no a la violencia en cualquiera de sus expresiones, donde sea y que se sientan apoyados a denunciarla apenas la padezcan o detecten. Potenciar los llamados "gabinetes", que asisten. No aislar el problema, sino tratarlo. Verse o parecer diferente no debe ser nunca motivo de burla, discriminación, exclusión ni hostigamiento.

Estimo vital que dicha enseñanza sea promovida por padres y/o tutores desde edad temprana. Y para quienes presenten conductas discriminatorias, agresivas, estudiar el caso en particular y comprometer a los padres y/o tutores con una asistencia que los acompañe en el tratamiento del problema, investigue las causas del mal comportamiento y actúe en consecuencia, ayudando a la solución y no librando las situaciones al azar; al abordar los conflictos a tiempo, se previenen casos más graves. "Instalar" la vía del

diálogo como forma habitual y natural para resolver todo conflicto en cualquier orden. También a los adultos orientarlos en la forma de lidiar con jóvenes que presentan frecuentes desórdenes de conducta, que van más allá de una "ligera travesura". La hostilidad comienza en el agravio, la discriminación, el insulto, el acoso (bullying), ataque físico en la expresión más extrema. Todos males hoy padecidos por miles de niños y jóvenes en el país y en el mundo. Males que perturban a los afectados y generan trastornos que los acompañaran, en muchos casos, a lo largo de su vida, vulnerando su autoconfianza y seguridad personal a tal punto de verse deteriorado el desenvolvimiento social. Es fundamental contar con un esquema educativo cada día más protector de valores éticos y morales de los educandos y acompañando el esmero de los educadores. Con una ágil enseñanza en relaciones humanas, respeto mutuo y el fortalecimiento del autorespeto como motor de la sana convivencia, lo que hace a una armonía individual y grupal. La escuela como origen de las culturas, que enseña, enmienda y corrige; jamás debe ser espejo de una realidad difícil. La escuela es precisamente la esperanza que tiene el presente para darnos un futuro. Es cierto que los malos ejemplos hacen mella y están al alcance de la mano o del oído, pero procuremos guiar de la mejor manera. Al final, lo malo, pasa; y lo bueno, queda. Conforme las sociedades van despertando sus bríos sin rendirse ante la dificultad, alimentan cada vez más el sueño de un país mejor. No bajemos los brazos. Digamos presente.

Cristian Jesús Gentile

TODA UNA VIDA TRES CIUDADES, TRES CANCIONES

MERLO CENTRO

Merlo centro, Merlo centro empedrado y boulevard desde el mastil a la estación dando vueltas sin parar.

Y el club Independiente basket, billar y pim pón sobresalía Carlitos que siempre fue el mejor.

El Prado Español estaba, el helado cordobés, yo paraba en Río Bamba con los amigos de ayer

Merlo centro, Merlo centro cómo te voy a olvidar añoranzas del pasado qué nunca voy a olvidar.

SAN ANTONIO DE PADUA BLUES

Al oeste de la gran ciudad hay una localidad tiene fama de buen clima y una iglesia señorial

Vive gente de trabajo solidaria y mucho más y otras cosas cotidianas cómo el culto a la amistad.

Es hermosa mi ciudad tiene al Casa ya lo ve mucho verde el Ateneo y hermosas señoritas para ver.

Miguel Andino

BLUES DEL PARQUE

En el Parque San Martín muchos años yo viví, la rotonda con la gruta son emblema del sentir.

No me olvido del club Parque con los Molfa corazón, y soñando con el Depo para qué salga campeón.

En la Plaza del Nahuel yo jugaba a la pelota con los pibes de la cuadra y las chicas que miraban.

En el Parque San Martín hace años que volví ya no quiero alejarme y mucho menos partir.

www.periodicopensar.com.ar

PENSAR EN NADA
DOMINGOS 10 A 13 HS



RADIO CONTACTO AM 1450

Facebook, Instagram, YouTube icons

PAÑO PET

PAÑOS SANITARIOS PARA MASCOTAS

Instagram icon PANIOPETOK

ROXANA MARTINEZ ZABALA
Clases de canto
Cantá, cantá, siempre cantá !!!
Por vocación, por terapia o porque simplemente tenés ganas.

SIN LÍMITES DE EDAD Si no sabés, te enseño
Si sabés, te perfecciono
Si tenés Vergüenza, te la saco !!!

A media cuadra de la estación de San Antonio de Padua

Cel: 15 5823 0343 Facebook icon Roxana Martinez Zabala

CENTRO CULTURAL DE SAN ANTONIO DE PADUA

ACROBACIA AÉREA Niños (a partir de los 6 años) Adolescentes- Adultos	YOGA	•• ALQUILER DE SALÓN •• CUMPLEAÑOS • GRADUACIONES BODAS • 15 AÑOS • CONFERENCIAS PRESENTACIONES Y MÁS	TALLER DE TÉCNICAS TEXTILES Encaje a bolillo - Bordados - Macramé Patchwork - Crochet - Tejido c/horquilla
TEATRO Niños y Adolescentes	FOLKLORE Niños y Adultos		TALLER DE ESTIMULACIÓN DE LA MEMORIA

VOLTA 1374 • SAN ANTONIO DE PADUA • Tel: 0220 486 7325
Horarios de atención: Lunes a Viernes de 9 a 12 h. y de 16 a 19h. - Sábados de 16 a 18 h.

BIBLIOTECA POPULAR RICARDO GÜIRALDES

TALLER DE BORDADO Jueves de 14 a 16 h. Prof. Eva Caloyri	TALLER DE ATRAPASUEÑOS 1er miércoles de c/ mes de 14 a 16 h. Prof. Eva Caloyri	ARCHIVO HISTÓRICO DE SAN ANTONIO DE PADUA Facebook icon @historiasanantoniodepadua www.archivohistoricosanantoniodepadua.org.ar
NUEVO TALLER Informes e inscripción en la Biblioteca	TALLER DE DIBUJO Y PINTURA (niños y adultos) Martes o Jueves de 16 a 18 h. Prof. Maria Eugenia Rodríguez	

Volta 1374 - 1er Piso - San Antonio de Padua
Tel .0220 486 2313 - info@bibliotecaguiraldes.org.ar
Instagram icon @labibliotecadepadua • www.bibliotecaguiraldes.org.ar

HORARIO DE ATENCIÓN: Lunes, miércoles y viernes de 10 a 18 h. - Martes y jueves de 13 a 18 h.

CHARLA DE GENIOS, ARGENTINOS.

– ¿Qué tema de Charly te hubiera gustado componer, Luis?

Spinetta: –Viernes... Bueno, creo que hasta a Lennon y a McCartney les hubiera gustado componer Viernes 3 AM. Después de discos muy grossos de él, como **Yendo de la cama al living** o **Clics modernos**, hay una parte del material mío que entra en la onda charlyana o garciesca. Nunca es el mismo efecto, porque siempre, por algún lado, se me escapa la deformidad. En algún lado corto el ritmo, y mando un tono que... Yo siento que me he acercado al terreno de él en mis temas más simples. Sin embargo, García nunca cometió ese error...

–¿Y a vos, de Luis, Charly?

García: –**Los libros de la buena memoria**. Y después, **Artaud**, todo el disco Artaud. Spinetta me influenció, también; **El karma de vivir al sur** es García pasado por la experiencia de trabajar con el genio de al lado, y de haber sido siempre su honesto fanático.

–Llevan veinte años en el negocio musical...

G: –Tenemos las cachas tan abiertas que...



S: –... cuando viene algo finito, uno lo goza (risas). No sé, Charly, la verdad es que yo he vendido diez veces menos discos que vos.

G: –Pero eso es relativo.

S: –No, loco, es posta, vos has ayudado a que se abran más cabezas que nadie en el rock de este país, porque has llegado a más gente. Y el saber construir las cosas de manera tal que impacten en la masa es también, a esta altura, una



característica del genio. No digo que el arte sea eso...

G: –Luis, en muchas épocas, en ventas, vos has estado por encima mío. Vender muchos discos... no sé si es artístico. Por ahí tiene que ver con la difusión, las giras, factores hasta psicológicos... Hay comidas que le gustan a todo el mundo, y hay comidas para paladares exquisitos. No sé cuánto vendió Pelusón of Milk, pero merecería vender cien mil, o medio millón.

S: –A mí me han cagado toda la vida, me pintan en la espalda un blanco, me paran debajo de un puente de la Panamericana, y desde arriba del puente hacen puntería de soretes. Gano 45 centavos por cada disco que se vende a 23 dólares. El año pasado me broté y casi hago una barbaridad: les iba a quemar todo.

–Los dos tienen hijos músicos...

S: –Ellos van a ser músicos... para que les afanen las regalías toda la vida, como a nosotros. Yo lo veo a Dante y pienso... ¡qué mejor sería que fuese doctor!

G: –Yo no pienso que si Migue tiene un grupo quizá lo garquen. Lo van a garcar seguro.

S: –Pero los pibes, Charly, van a ser más libres que nosotros. Tienen la cabeza más limpia. Los pibes vienen re-grossos. Salvo los hijos de los milicos, que los han educado con odio y tienen el boomerang de la picana. A mí, mis hijos me pueden ver re-loco de todo, pero saben qué hago, y nunca les voy a tirar una mala onda.

Fuente: Suplemento NO de Pagina 12 Carlos Polimeni- 1992

www.periodicopensar.com.ar

Escuela de Actuación
TODAS LAS EDADES
TODOS LOS NIVELES

Caracú
Teatro

SARMIENTO 2354
PADUA SUR

11 6851-5852
11 6761-8002

@caracuteatro

TALLER LITERARIO

(Prosa y poesía)

«Camino de letras»

*En **Centro Integral de Cultura «Estrellas»**
Noguera 521 – Padua Sur
Martes 16 a 18 h.
Escritura creativa, herramientas para auto corrección y mucho más.

*No se requieren saberes previos

*En **Biblioteca Popular R. Güiraldes**
Volta 1374 - Primer piso - Padua Sur
Consultar horarios

Consulte por **CORRECCIÓN** de libros y textos en general.

Modalidad virtual o presencial
Consulte en «Centro Sin Orillas»
Noguera 311-Gal.Paseo Las Lajas,L.7-Padua Sur y «La Casa Azul de Padua»

INGLÉS E ITALIANO: Conversación
Acercamiento al idioma-Apoyo escolar

COORDINA: Cristian Jesús Gentile
cristianjesus2010@gmail.com

Kiosco de Diarios y Revistas "Huguito El 22"



Retira "Pensar" todos los meses sin cargo.

Ayacucho 95



Desde 1955 a su servicio



Retira "Pensar" todos los meses sin cargo.

S. A. de Padua



Quijote del tiempo

Radio Contacto
AM 1460

Lunes 18 a 19 h.
Jueves 17 a 18 h.

Conduce: Cristian Jesús Gentile

Naturopatía -Dibujo y pintura
Metafísica - Meditación
Danza Rem (Ritmo, expresión y movimiento)
Sonidos sanadores -Cantos armónicos
- Instrumentos nativos - Hindúes
Cocina natural -Naturopatía
Introducción teatro para niños
Yoga Integral

Centro Sin Orillas



Navegando la conciencia

VENTA DE LIBROS

• MÚSICA • PIEDRAS • GEMAS EN PLATA Y ALPACA • DVD

www.sinorillas.com.ar

Cursos y atenciones personalizadas y sesiones en iniciaciones de Reiki
Terapias Florales - Shiatsu
Masaje Metamórfico
Reflexología - Mandalas
Astrología - Tarot Evolutivo
Rostros de la Diosa
Drenaje linfático
Masaje descontracturante

Noguera 311 - Local 4 - Paseo Las Lajas

Tel. 0220-483-3564 - sinorillas@gmail.com

PARROQUIA SAN ANTONIO DE PADUA

HORARIOS DE MISA

(Sede parroquial)

LUNES A VIERNES: 11 h.

19 h.

SÁBADOS: 19 h.

DOMINGOS: 8.30 h.

11 h.

19 h.

JUEVES 9 a 18 h. Adoración del Santo

BAUTISMOS: Sábados 16 h.

TODOS LOS 13 DE CADA MES

Misa de honor a San Antonio de Padua.

SECRETARÍA PARROQUIAL

Lunes, Miércoles y Viernes: 16 a 10 h.

CERRAJERÍA Christian

Directorio 195
San Antonio de Padua
Cel 011 15 4939 8054

Ferretería PACHI - ARIEL

Lunes a sábados 8.30 a 13 hs y 15 a 19.30
domingos y feriados 9 a 13 hs.

Scalabrini Ortiz (Ex Garibaldi)
1369
San Antonio de Padua
a una cuadra de la Iglesia

ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

*El enfermo alcohólico
puede recuperarse.*
Miércoles, viernes y domingo
18 a 20 horas

Centenario 1399 -San Antonio de Padua
Cel:11 4098 9450 (Santiago) - 11 6458 3519 (Guillermo)

SE NECESITA

AUXILIAR DE ENFERMERÍA
AMBOS SEXOS - CON RUP

Residencia Geriátrica Dr. Patiño
Alberdi 1051 - San Antonio de Padua
Tel: 0220 482 4983
E-mail:mlpj@speedy.com.ar

COMPRO

- MUÑECOS JACK (DÉCADA 60,70,80) • CHAPITAS CRUSH Y PEPSI
- ÁLBUMES Y FIGURITAS (DÉCADA 40,50,60,70,80)
- JUGUETES ANTIGUOS- YO YO RUSELL
- TARJETAS BOLICHES (DÉCADA 60,70,80)
- DISCOS DE VINILOS (En buen estado. Rock,pop,jazz,rock nacional)
- HISTORIETAS (Larguirucho,Hijitus, Patoruzú, hasta 1980)
- ENVOLTORIOS DE GOLOSINAS ANTIGUAS
- TODO SOBRE TITANES EN EL RING • AUTITOS MATCHBOX y BUBY

Preguntar por Hernán: Cel 11 5838 6382 - mazzucchelli_5@hotmail.com

PERDIDA DE PESO

Pérdida de peso sin motivo aparente

Causas

La pérdida de peso sin motivo aparente puede deberse a varios factores, médicos y no médicos. En muchos casos, una combinación de cosas produce un deterioro general de la salud que trae una pérdida de peso relacionada.

Con mayor frecuencia, los trastornos médicos que producen pérdida de peso incluyen otros síntomas.

A veces no se puede identificar una causa específica.

Algunos de los posibles motivos de la pérdida de peso sin causa aparente son los siguientes:

Cáncer

Demencia

Problemas dentales

Depresión (trastorno depresivo mayor) u otros trastornos del estado de ánimo

Diabetes

Hipercalcemia (nivel elevado de calcio en la sangre)



Hipertiroidismo (tiroides hiperactiva)

Hiponatremia (bajo nivel de sodio en la sangre)

Medicamentos

Enfermedad de Parkinson

Trastornos neurológicos o accidente cerebrovascular previos



Estas son las afecciones menos frecuentes que pueden relacionarse con la pérdida de peso:

Enfermedad de Addison (insuficiencia suprarrenal)

Trastorno por consumo de alcohol

Amiloidosis (acumulación de proteínas anormales en los órganos)

Celiaquía

Úlcera péptica

EPOC (enfermedad pulmonar obstructiva crónica): término general para referirse a un grupo de enfermedades que bloquean el flujo de aire a los pulmones, como el enfisema.

Enfermedad de Crohn

Drogadicción (trastorno de consumo de sustancias)

Insuficiencia cardíaca

VIH/sida

Abuso de drogas recetadas

Tuberculosis

Colitis ulcerosa (un tipo de enfermedad intestinal inflamatoria)

Fuente: www.mayoclinic.org

CONSULTORIOS

- ODONTOLOGÍA ESTÉTICA • IMPLANTES
- CORONAS DE PORCELANA • CARILLAS
- BLANQUEAMIENTOS • ORTODONCIA



CHACO

ODONTOLÓGICOS

ODONTOPEDIATRÍA

- Atención niños con capacidades especiales
- Técnicas atraumáticas

Horario de atención: Lunes a viernes de 8.30 a 12.30 h. y de 15 a 20 h. - Sábado de 9 a 13 h.

CHACO 393 - SAN ANTONIO DE PADUA - Tel: 0220 482 9778 - 📞 11 3218 8295

RESPIRA PROFUNDO AL SABER QUÉ SIGNIFICA HABLAR SOLO

La psicología explica qué significa para la salud hablar solo y cuál es el rasgo que predomina en las personas que lo hacen.

A través de nuestro pensamiento, estamos continuamente hablando con nosotros mismos. Cuando a esas ideas les ponemos voz y hablamos en voz alta, la creencia popular lo asocia a una enfermedad mental. ¿Qué significa hablar solo según la psicología?, ¿tiene beneficios? Diversas investigaciones han demostrado que hablar en voz alta con uno mismo define un importante rasgo de la personalidad. Además, la psicología destaca que esta práctica tiene beneficios para la salud mental y resalta la importancia de hacerlo en segunda o tercera persona, usando palabras como "vos", "el" o "ella".

Qué significa hablar solo

Es habitual repasar la lista de compras en voz alta, enfadarse mientras manejamos o incluso practicar un discurso en la ducha. Para los expertos, hablar solo puede ayudar a recuperar recuerdos, tener seguridad en uno mismo y aumentar la concentración.

Lejos de la creencia popular, en la que esta práctica representa un problema mental, la psicología afirma que hablar solo es un signo de inteligencia denominado habla autodirigida o habla privada. Hacerlo con frecuencia puede fortalecer la creatividad.



Beneficios de hablar solo en voz alta

Potencia la memoria: hablar solo es una excelente manera de aprender algo, mucho más efectiva que explicárselo a alguien más.

Estrategia de motivación: ante una situación desafiante, es necesario darse ánimos hablando solo. Incluso es mejor hacerlo en tercera persona, ya que se registra una respuesta positiva mayor al activarse recuerdos de apoyo que se han

recibido.

Favorece el refuerzo de objetivos: exponer los propios objetivos en voz alta ayuda a clarificar las metas y fortalecer su recuerdo. Guía de actuación: hablar solo mientras se realizan actividades que requieren una pauta de comportamiento ayuda a interiorizar los pasos y aprender rápidamente.

Refuerzo positivo: felicitarse a uno mismo en voz alta es beneficioso para el autoestima. Es recomendable en épocas de mucha exigencia o desafíos personales o académicos.

Ayuda a reflexionar mejor: cuantas más dificultades hay en aquello que hay que resolver, más se recurre al uso del lenguaje para resolverlo de manera más fácil.

Favorece el desarrollo de la inteligencia: hablar solo ayuda a ser más organizado, resolver los problemas de forma más efectiva, recordar cosas con facilidad, controlar mejor las emociones y sentimientos, fortalecer el ánimo. De ese modo, se da una respuesta mucho más inteligente física y emocional.

Fuente: Antonella Prandina
www.diariouno.com.ar

ORTOPEDIA del Oeste



«Atendida por sus dueños...Expertos en salud»

- Diseñamos y fabricamos las mejores PLANTILLAS
- Confección VALVAS y CORSET
- Instrumental y cotización de CIRUGÍAS
- Productos para FITNESS y KINESIOLOGÍA
- Realizamos CALZADOS ESPECIALES
- Comercializamos AUDÍFONOS de las mejores marcas.
- Todo tipo de FAJAS: lumbares, post parto, trabajo, entrenamiento, etc.

«TODA LA VARIEDAD DE ARTÍCULOS PARA TU REHABILITACIÓN»

www.ortopediadeloeste.com

AYACUCHO 112 SAN ANTONIO DE PADUA
TEL: 0220-4827509

OFRECEMOS SIEMPRE...¡ EL PRECIO MÁS BAJO..!

¡¡14 años en PADUA. GRACIAS POR ELEGIRNOS!!

Profesorado de Inglés

Título Oficial
Validez Nacional
Duración: 4 años
(36 materias)

ACOMPANAMOS
TU TRAYECTORIA.

Curso introductorio gratuito:
Gramática / Lengua inglesa: Oral y Escrita
Seminario de Orientación Pedagógica
Talleres Informativos
de Ingreso a la Docencia

¡Esperamos
tu consulta!



INSTITUTO DE ESTUDIOS SUPERIORES ALMAFUERTE
ASESORAMIENTO PERSONAL - ENTREVISTA INDIVIDUAL
Atención: lunes, martes y viernes de 18.30 a 21.30 hs
Riobamba 1365 - Merlo - Tel: (0220)483-0023
secretariasuperior@institutomodeloalfuerte.edu.ar
www.institutomodeloalfuerte.edu.ar

Residencia Geriátrica Dr. Patiño

Alberdi 1051
San Antonio de Padua
Tel: 0220 482 4983
Email: mlpj@speedy.com.ar



EL MALOLIENTE CUENTO DE LA “HIDROVÍA”.

Nuestro río Paraná, maravilla geográfica natural por su extendida y serena belleza y por la provisión de agua potable a lo largo de miles de kilómetros, es, a la vez, una extraordinaria fuente de vida, esparcimiento, salud y trabajo que beneficia a unos 10 millones de argentinas y argentinos las 24 horas de cada día, los 365 días del año.

El Paraná forma parte del excepcional sistema hídrico de América del Sur, constituido por los más grandes ríos: Amazonas, Iguazú y Paraguay en Brasil; el Orinoco en Venezuela y Colombia, y en Argentina el Alto Paraná, el Pilcomayo, el Bermejo, el Plata y el Uruguay, casi todos navegables.

Y sistema que es parte fundamental de una de las cinco maravillas fluviales más extensas del planeta, junto con los grandes ríos de Rusia (el Volga y el Lena), de Alemania (el Danubio, el Elba y el Rin); de los Estados Unidos (el Missouri y el Mississippi); y de China (el Yangtsé, el Mekong y el Amarillo).

“Hidrovia”

Aunque desde hace décadas se confunde a millones de argentinos llamándolo “hidrovia”, el Paraná se llama Paraná porque “hidrovia” es una palabra que no existe, ni figura como vocablo de la lengua castellana.

Y sin embargo sobre todo ese extraordinario sistema hídrico se han instalado en el último medio siglo las más diversas mentiras, seguramente originadas en intereses políticos y empresariales que, entre otras cosas, le cambiaron el nombre para engañar a los pueblos ribereños, que secular y orgullosamente amaron siempre esas aguas y las llamaron por su nombre originario.

Es hora entonces de que al agobiado y abusado pueblo argentino no se le mienta más, por lo menos en esta materia. Que ya suficientemente padecemos no sólo el abuso semántico que es esa falsa denominación, sino también las durísimas consecuencias políticas, económicas y ambientales.

Porque hoy en la Argentina –salvo las muchas poblaciones ribereñas que se nutren, benefician y disfrutan de las aguas del Paraná en ambas orillas– muy poca gente valora esta maravilla natural abusada por poderosísimas corporaciones extranjeras, a la vez que estúpidamente descuidada por el poder político y económico argentino.

Y es que más allá de su serena belleza y extraordinaria provisión alimenticia, el



“Padre Río” –como lo llamaban los pueblos originarios– alimenta a millones de habitantes ribereños en los 4.480 kilómetros de su recorrido total, de los cuales los 1.240 finales, hasta su desembocadura en el Río de la Plata, transcurren en territorio argentino, que es donde su profundidad es mayor y su navegabilidad insuperable, razón por la cual en sus orillas hay más de 40 grandes puertos exportadores y prácticamente todos extranjeros.

En ese recorrido, de fundamental importancia económica y social en ambas orillas pero sobre todo en la costa santafesina, el Paraná es un río importantísimo porque permite la salida de todo tipo de productos agrícolas e industriales al Océano Atlántico y una ciudades interiores de la Argentina. Para ello el dragado, mantenimiento y cobro de peajes está a cargo de la Administración General de Puertos (AGP) y otros organismos del Estado Nacional.

La variedad, calidad y cantidad de peces que provee el Paraná es asombrosa y asegura la alimentación a decenas de poblaciones en ambas orillas, siendo a la vez invaluable como extraordinaria fuente de energía: y ahí está la represa de Yaciretá, proveedora de electricidad para muchos millones de compatriotas. Por todo eso es cuestionable el tráfico de enormes buques oceánicos, de portes gigantescos, que requieren el neurótico dragado de los principales canales de acceso al y desde el Río de la Plata: el Canal Punta Indio, el Emilio Mitre, el Paraná Guazú y el de Las Palmas, por lo menos.

“Padre del Mar”

También por eso es lamentable la necia designación “Hidrovia Paraná-Paraguay”, inventada por vaya a saberse quién o quiénes que impusieron tan cipaya concepción que niega, oculta y confunde a millones de argentin@s.

El nombre originario del río ha sido distorsionado y no inocentemente: “Paraná” en lengua guaraní significa “Padre del Mar”, y así lo llamaron los pueblos originarios durante siglos. Pero también esa denominación ha sido degradada, al menos en casi todas las redes de internet, a “Pariente del Mar”. Que no es lo mismo.

Y para colmo es un hecho que en las últimas décadas este río excepcional se internacionalizó (para decirlo suave) subrepticamente. De hecho hoy el pueblo argentino poco o nada sabe – porque no se le ha informado– del supuesto acuerdo con los Estados Unidos respecto de la gestión y control de este río. Desinformación y manejo subreptico que, como se sabe, son viejas estrategias imperiales. Recientemente la Asociación Argentina de Abogados/as Ambientalistas, y el Colectivo de Acción por la Justicia Ecosocial, expresaron su preocupación ante la noticia de las “actividades conjuntas” entre la AGP y el Cuerpo de Ingenieros del Ejército de los Estados Unidos. Y bien hicieron, porque poco y nada se ha informado sobre tan estúpida decisión. Calificativo que es pertinente porque aparte de la infame cesión de soberanía no se hicieron públicos los contenidos, ni se ha sabido de funcionario alguno que por lo menos lo evidenciara.

Esta columna fue de las primeras en

hacer público que el US Army Corps of Engineers no es una institución par del sistema democrático argentino, tanto así que el anuncio del gobierno fue tan torpe que ni siquiera informaron al Ministerio de Defensa ni a la Armada Nacional ni a la Prefectura Naval Argentina. Lo que es elemental en cuestiones de Soberanía en aguas jurisdiccionales.

Pero la cosa es más grave, y necia, si se recuerda que esta columna ya explicó hace tiempo cómo funciona el sistema de cuidado fluvial norteamericano. Que es excelente y ejemplar en beneficio propio, pero que precisamente no es lo que se aplicará en nuestro río.

Porque en los Estados Unidos los ríos son propiedad del Estado y de soberanía absoluta. Y el cuidado y control de las costas está a cargo del Cuerpo de Ingenieros del Ejército estadounidense, mientras el buen uso y cuidado de las aguas es responsabilidad de la Marina. Y en algunos casos, para permitir la navegación de cargueros en aguas interiores hasta exigen que esos buques hayan sido construidos en astilleros norteamericanos.

Ilegal y cipaya

Por eso, y sin dudas, esta nota molestará a más de un cipayo local, pero ya era hora de explicarle al Pueblo Argentino cómo es el engaño sutil que se practica desde hace por lo menos 200 años. Igual que ese otro robo de hace pocas semanas y que esta columna denunció: el del Canal Magdalena, que debería ser símbolo de la soberanía fluvial y marítima argentina, pero que el presidente Milei cedió en forma gratuita, ilegal, cipaya y sobre todo estúpida al presidente uruguayo.

Mucho dinero y propaganda se continuará aplicando, todavía, para hablar de una “hidrovia” que no existe. Y mientras tanto nuestro río seguirá lastimado y no serán los milicos gringos quienes lo sanen. Deberá ser la política argentina cuando salga de su actual repudiable atontamiento y silencio. Entonces sí se podrá recuperar para 50 millones de compatriotas el hermoso y digno concepto “Soberanía”. Y además de todo es ofensivo e intolerable que se insista en cambiar –negar– la identidad del río en el que José de San Martín venció en San Lorenzo, y Manuel Belgrano creó la bandera celeste y blanca.

Fuente: Mempo Giardinelli
Página/12

IMPRESA
FERMAR GRAF

PAPELERÍA COMERCIAL
TARJETAS PERSONALES - PRESUPUESTOS - FACTURAS - VOLANTES - SOBRES
CALENDARIOS - ALMANAQUES - ALFOMBRAS LAVADEROS - INDIVIDUALES RESTÓ
CARPETAS - PLANILLAS PARA REMISERAS



11 6431 9507

graficafermargraf@gmail.com

Aramis hombres
ChristianDior YES SAINT LAURENT

Noguera 141 - San Antonio de Padua
Cel 11 3097 0033

SEGUIMOS EN CONTACTO
AGENDÁ PRENDETE EN VIVO
LUNES 19:00HS.
BUSCANOS EN YOUTUBE
¡NO TE LO PIERDAS!
RADIO CONTACTO AM 1460

Cristian Jesús Gentile

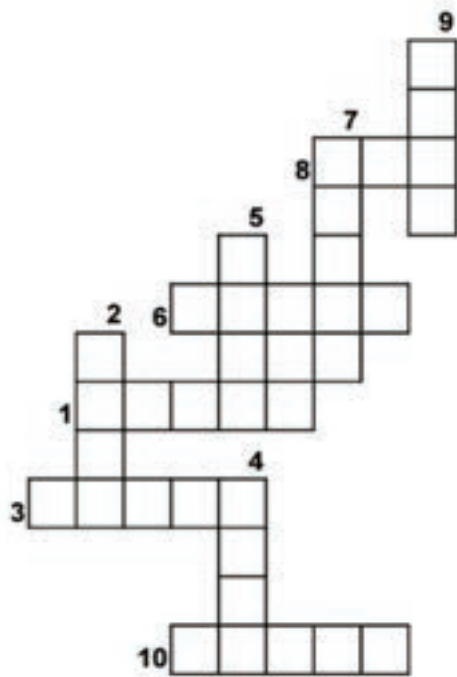
Ángel Félix

PENSAR PARA ENTRETENERNOS

M
A
F
A
L
D
A

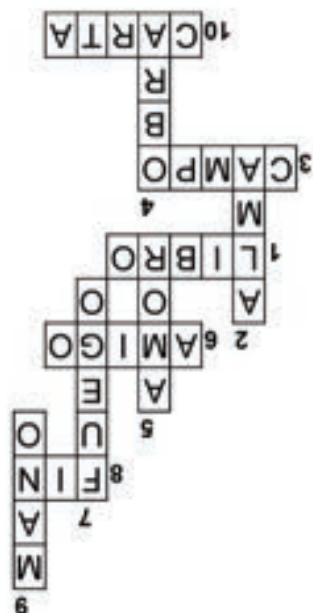


CRUCIGRAMA



Fuente: www.crucigrama.org

SOLUCIONES



1. Conjunto de hojas manuscritas o impresas y reunidas formando un volumen. Volumen, tomo.
2. Espíritu inmortal. Sustancia inmaterial de los seres vivos que en el ser humano es considerada como el principio del sentimiento y del pensamiento; para los creyentes, principio a través del cual se ponen en contacto con Dios.
3. Área, llano despoblado.
4. Tarea. Cualquier producto intelectual en ciencias, letras o artes, y con particularidad el que es de alguna importancia.
5. Afecto íntimo.
6. Alguien para confiar. Que tiene amistad. Utilizada también como tratamiento afectuoso, aunque no haya verdadera amistad.
7. Combustión.
8. Final. Término, remate o consumación de algo. Límite, confín.
9. Habilidad, recubrimiento, jugada. Parte del cuerpo humano unida a la extremidad del antebrazo y que comprende desde la muñeca inclusive hasta la punta de los dedos.
10. Hoja de papel escrita.



TELÉFONOS ÚTILES

POLICÍA:

- Comisaría 1ª Merlo: 482-0028 / 1113
- Comisaría 2ª San Antonio de Padua: 483-2222 / 482-8888
- Comisaría 3ª Parque San Martín: 480-8744 6011
- Comisaría 4ª Libertad: 494-1214 / 497-0499
- Comisaría 5ª Pontevedra: 492-0222
- Comisaría 6ª Mariano Acosta: 489-4061 / (499-6777)
- Subcomisaría Matera: 480-4242 / 480-6888
- Comisaría de la Mujer: 483-6060

Municipalidad de Merlo: Conmutador: 0220 482 3581/483 0954

- Hospital Héroes de Malvinas: 485 8886
- Hospital Municipal Eva Perón: 483 0122
- Hospital Materno Infantil Pedro Chutro: 482 2309/0797 - 486 3563

Centro de Sanidad Animal y Zoonosis: 494-1212.

BOMBEROS VOLUNTARIOS

- Administración y Jefatura: 482-2999
- Central de Alarma y Cuartel Central: 482-2222 / 100
- Destacamento 2º (Parque San Martín): 480-3333
- Cuartel Central (Mariano Acosta): 499-8151/ 8001
- Destacamento 3º (Pontevedra): 492-0044
- Destacamento 4º (Merlo Norte): 486-2130
- División Prevención y Matafuegos: 482-2999

ESPACIO VIDA LUCIDA ...

PARA ACOMPAÑAR TU VIDA DESDE UNA MIRADA TRANSPERSONAL
MAS ALLA DE LOS LIMITES DE LA MENTE.

ACTIVIDADES

YOGA INTEGRAL (GRUPAL) RESPIRACION
MEDITACION CON SONIDOS
YOGA SOMATICO (GRUPAL O INDIVIDUAL)
MASAJE FUSION
SESIONES PARA ACOMPAÑAR LO QUE SUCEDE
BIODECODIFICACION

PREPARACION EN MASAJE FUSION
REIKI (SESIONES Y NIVELES)
CONSTELACIONES FAMILIARES
PREPARACION EN TERAPEUTA HOLISTICO
BIOENERGETICA - VIAJE SENSORIAL

CARTAS NATALES FAMILIARES
(QUE NECESITA CADA HIJO DE
NOSOTRXS COMO MADRE/PADRE)
MOVIMIENTO CONSCIENTE /
DANZANDO LA VIDA
PREPARACION EN FLORES DE BACH

ENTRA EN NUESTRO INSTAGRAM... ESPACIO.VIDALUCIDA y consultanos

Estamos en San A. de Padua

15 44230318

**ELECTRÓNICA
ROCA**

SERVICIO TECNICO
TV LED - LCD
AUDIO - MICROONDAS
COMPUTACION
ELECTRODOMESTICOS

PEABODY
Ariete
BRAUN

CORADIR S.A.

Pte. Alfonsín (ex Roca) 1063

- S.A. de Padua -

@elec.roca

11-3318-9291 // 0220-4824772

**SUPERMERCADO
FOX**
*i Sólo pasión por servirlo!
Gracias por elegirnos*

!!!Siempre esperándolos con el mejor precio y atención de la zona!!!

Esquí esquina Alberdi • San Antonio de Padua
ENTREGA A DOMICILIO • Tel y WhatsApp 11 6908 1775



Luis R. González

ASESOR DE SEGUROS
Mat. 34294 S.S.N.

Av. Calle Real (ex Vergara) 1088 - Merlo
WhatsApp y llamadas: 11 2508 2212

SERVICIO DE CORTE y PEGADO DE CANTO DE PVC Y ABS

MB MADERAS

MATERIALES PARA INSTALACIONES COMERCIALES

MELAMINAS-AGLOMERADOS-TERCIADOS-FIBROFACIL
CORLOK-CHAPADUR-ADHESIVOS-MOLDURAS

VENTA Y COLOCACIÓN DE **DURLOCK**

Av. Calle Real 582 - Merlo

www.mbmaderas.com

Tel: 0220 482 2905 11 2381 4980

MB Maderas • Mail: info@mbmaderas.com

AGENCIA DE VIAJES Y TURISMO

Eje Travel

Leg. N° 16876

¡Viajar, la mejor terapia!

Paquetes nacionales e internacionales - Cruceros - Pasajes aéreos
Bus - Luna de miel - Viajes quinceañeras - Viajes holísticos y de relax

• COORDINAR VISITA PREVIA •

Cel: 011 15 6441 0722

Mail: ejetravelviajes@gmail.com

www.ejetravel.tur.ar

CONSULTAR PROMOS

EN REDES SOCIALES

Facebook: EJE TRAVEL VIAJES

FERRETERIA

¿Te falta un tornillo?



*Somos los mismos de siempre,
pero ahora nos mudamos
más cerca tuyo.*

Nueva dirección:

San Martín 1146 - entre Pellegrini y Sarmiento

(Nos encontramos a la vuelta de la Escuela N° 28)

Teléfono: 011 2358 2447

¿PENSÁS EN AUSPICIAR?

pensar
El periódico de Padua

Si estás pensando en auspiciar tu comercio, empresa o profesión,
tenes que pensar en contenido, cantidad de ejemplares y distribución.

Quando lo pienses, llamanos, nosotros pensamos que somos
el medio que estás necesitando

COMUNICATE 11 3215 - 2753 mapensar@gmail.com