

LIBERTAD DE PENSAMIENTO

Fundado el 20 de octubre de 2001.

Junio 2024
Año XXIII N°261

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

CUMPLIÓ LA ESCUELITA



33
AÑOS

LA UNO INFORMA

NOTICIAS SOBRE LA
UNIVERSIDAD NACIONAL
DEL OESTE

pág. 4

PÁGINA DE LA MUJER

SU IMPORTANCIA
EN LA VIDA

pág. 8

BENEFICIOS DE COMER ARROZ

pág. 6

CAPACITACIÓN

PARA MÚSICOS
EN MERLO

pág. 14

pensarte

LOS MÚSICOS



DE MERLO

LA COMUNICACIÓN SECUESTRADA

pág. 2

YOGA SOMÁTICO

pág. 12

LA CARTA DE FRIDA KHALO

pág.15

pensar deportivo EL ESTADIO



MÁS
CONVOCANTE
pág. 11

NOTICIAS DE MERLO



SALUD NEUROLOGÍA

MEMORIA A
CORTO PLAZO

pág. 16 y 17

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

pensar
El periódico de Padua

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- 3215 - 2753

Editorial

LA COMUNICACIÓN

Secuestrada

Hay un poder oculto que ejerce funciones determinantes qué hace de los otros poderes víctimas de éste. Cuando hablamos de comunicación nos referimos a los grandes medios corporativos que son dueños de la información a través del papel, radios y canales de cables y televisión. En nuestro país un individuo siniestro y perverso se apoderó ilegalmente hace 50 años aproximadamente del monopolio del papel, Papel Prensa. A partir de ahí construyó un imperio periodístico que extorsionó, extorsiona y lo seguirá haciendo con la complicidad de jueces, políticos y empresarios, muchos de ellos, por supuesto, extorsionados. El político que ose enfrentarlo terminará en las tapas y títulos mediáticos, causas armadas y hostigamiento judicial constante. Pero, uno de los daños más perversos fue que a través de sus medios inculcó un odio, instalado ex profeso, en la sociedad que destruyó amistades y familias. Odio, no grieta o diferencias ideológicas que nacieron con el comienzo de nuestra historia. Todo el pueblo argentino debería saber, principalmente los jóvenes, quienes eran los enemigos de nuestros próceres. San Martín, Belgrano, Moreno y otros qué sufrieron la saña de aquellos otros que nunca fueron expuestos y que

lamentablemente están en bronce, plazas, calles y ciudades de nuestro país. También se dedica a instalar políticos mediocres afines a sus intereses y hasta logra hacerlos presidentes. Ninguno de ellos fue reelecto.

No vienen a servir los intereses del pueblo y la nación, vienen a servir los intereses de quién los hizo presidentes. Todo esto producto de la incomunicación y el ocultamiento de los grandes medios corporativos cómo el antes nombrado. Para que la verdad y justicia verdadera impere para siempre hay que enfrentar el imperio de la comunicación. No hay batalla cultural posible sin antes vencer la comunicacional.

Hay dos periodistas en Argentina que acusaron al gran medio informativo de monopolio, extorsivo, manipulador y otras cuestiones conspirativas contra algún político que intentó enfrentarlo. Uno de ellos, V.H.Morales sigue pensando lo mismo. El otro, J.Lanata, cambió de opinión después que fue comprado vilmente. Pasó de estar quebrado económicamente a tener un patrimonio inmenso y vivir cómo una diva payasesca. Esto es capaz de hacer este imperio inmoral y corrupto ll amado cómo un instrumento de viento. Clarín.

¿PENSÁS EN AUSPICIAAR?

pensar
El periódico de Padua

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

mapensar@gmail.com

Cel: 011 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

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

MEMBRANAS IMPERMEABLES
¡NUEVA DIRECCIÓN!

Open House
Decoraciones

Durlock
Relaciones en general
Alfombras - Cortinas
Empapelados - Cortlock
Pisos vinílicos y de goma
Adhesivos - Barrales
Carpintería a medida
Arbolamiento - 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

LA ESCUELITA JUANITO LAGUNA CUMPLIÓ 33 AÑOS



El pasado miércoles 5 de junio la Escuela de Educación Artística de Merlo Juanito Laguna celebró su 33° aniversario con una interesante propuesta "Cumple Retro de la escuelita".

Toda la comunidad educativa compartió un emocionante festejo artístico colectivo; como la escuelita nos tiene acostumbrados. La escuela de Educación Estética, ahora llamada escuela de Educación Artística, tuvo sus inicios en el año 1991 en la localidad de Libertad donde compartía edificio con la secundaria nro. 6. Años después tendría su edificio propio en San Antonio de Padua.



E. E. A.

**Escuela de Educación
Artística
Juanito Laguna**

**Escuela Pública y gratuita
de Arte**

Lisandro de La Torre 840
San Antonio de Padua

☎ 11-5652-9656

✉ esteticamente@abc.gob.ar



Orden de
Frailes Menores

ATENEOSANANTONIO



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

*La
Central*

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

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

**ELECTRÓNICA
ROCA**

**PEABODY
Ariete
BRAUN**

CORADIR S.A.

SERVICIO TECNICO

Pte. Alfonsín (ex Roca) 1063

TV LED - LCD
AUDIO - MICROONDAS
COMPUTACION
ELECTRODOMESTICOS

- S.A. de Padua -

@elec.roca

☎ 11-3318-9291 // 0220-4824772

FERRETERIA y CERRAJERÍA

ROJ MAR

ELECTRICIDAD

Suipacha 730 - Merlo - Cel: 11 5221 4041

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 6441-0722

Mail: ejetravelviajes@gmail.com

www.ejetravel.tur.ar

CONSULTAR PROMOS
EN REDES SOCIALES

Facebook: EJETRAVEL VIAJES

NOTICIAS SOBRE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL OESTE.

La Universidad Nacional del Oeste invita a las escuelas secundarias de los partidos de Merlo, Ituzaingó y Morón, con Orientación en Ciencias Económicas, a las Olimpiadas Regionales de Ciencias Económicas y Contables (ORCEC) a realizarse el día 8 de octubre de 9 a 17 hs.

Desde la creación de la UNO se han llevado a cabo diversas actividades cuyos objetivos han sido promover y fomentar la articulación entre las Escuelas Secundarias de la región y la Universidad. En esta ocasión, el objetivo de nuestra Institución es posibilitar el crecimiento personal del/la estudiante, así como el trabajo colaborativo entre los participantes, estimulando en ellos el interés por las Ciencias Económicas.

¿De qué se trata?

El proyecto se basa en un certamen de preguntas y respuestas en forma escrita con ejercicios prácticos y consignas vinculadas a conocimientos adquiridos en los años del ciclo orientado en las áreas de economía, contabilidad y administración. En el certamen cada escuela podrá presentar hasta 2 (dos) equipos de, a lo sumo, 2 (dos) participantes cada



uno. La inscripción de estos deberá realizarse con antelación. La misma se realizará del 2 al 13 de septiembre en la Escuela de Administración de la UNO, en el Campus Universitario, en el horario de 8 a 19 hs, donde deberá asistir un representante de la escuela participante con toda la información requerida en la web de la UNO.

Fuente: Universidad Nacional del Oeste

Estudiantes de Odontología de la Escuela de Ciencias de la Salud a cargo de la Dra. Alicia Mateos de la Universidad Nacional del Oeste visitaron la Escuela Primaria Número 38, esta semana, en el proyecto "Actividad extramuros" donde los futuros odontólogos compartieron sus conocimientos y experiencias con los más jóvenes, enfocándose en la importancia de una buena higiene oral y la prevención de enfermedades dentales.



Durante esta enriquecedora experiencia, los niños tuvieron la oportunidad de aprender sobre el correcto cepillado, el uso del hilo dental y la importancia de las visitas regulares al dentista. Además, los estudiantes universitarios realizaron demostraciones prácticas,

enseñando técnicas de cepillado y respondiendo preguntas curiosas de los pequeños.

La visita también inspiró a algunos niños a considerar carreras en el campo de la salud. Ver a los estudiantes de odontología en acción despertó su interés y les mostró cómo pueden contribuir al bienestar de la comunidad a través de la atención dental.

Con estas actividades la Escuela de Ciencias de la Salud de la UNO continúan fortaleciendo los lazos entre la universidad y la comunidad escolar. Una sonrisa saludable es un regalo para toda la vida, y estos jóvenes profesionales están comprometidos a asegurar que todos tengan acceso a una atención dental de calidad.



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

MPLANET 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 @/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

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

JORNADA SOBRE VIOLENCIA INSTITUCIONAL

Autoridades municipales, estudiantes y docentes participaron de un espacio de reflexión y de la presentación de "Historietas contra la Violencia Policial". La actividad fue organizada por la Dirección de Derechos Humanos de Merlo en el ISFD N° 109 Juana Azurduy.

En el encuentro se abordó la temática de la violencia institucional y se hizo hincapié sobre la importancia de contar con herramientas que permitan el abordaje de esta problemática dentro y fuera del ámbito escolar. Además, se inauguró la muestra de "Historietas contra la Violencia Policial", que produjo la Comisión Provincial por la Memoria. Las historietas abordan relatos de víctimas de violencia institucional, y se realizaron a través del Museo de Arte y Memoria.

Fueron inspiradas por la serie "Historietas por la Identidad" de Abuelas de Plaza de Mayo. La jornada se realizó en el marco del Mes de la Lucha contra la Violencia Institucional y fue posible por un trabajo conjunto entre la Dirección de Derechos Humanos de Merlo con la Comisión Provincial por la Memoria. En este sentido, la Dirección de Derechos Humanos reafirma su compromiso conjunto a la comunidad



educativa por la lucha contra la violencia institucional y la promoción de una sociedad más justa y equitativa.

Participaron la Presidenta del HCD, Alejandra Hahn; la Concejala María Rosa Ponce, la Directora de DD.HH. de Merlo, Anabela Osorio; la Directora del Programa Jóvenes y Memoria, María Elena Saraví; Nancy Sosa, madre de Ismael Sosa, víctima de la violencia institucional; el Cura Pancho Velo, la Concejera Escolar, Noelia Delgado; y la Directora del ISFD N° 109, Felisa Bedia.

Para más información, comunicarse con la Dirección de Derechos Humanos: Av. del Libertador 355. Teléfono: (0220) 483-7573. De lunes a viernes hábiles, de 9 a 15 hs. Email: derechoshumanos@merlo.gob.ar

DÍA NACIONAL DEL BOMBERO VOLUNTARIO

Se realizó en Merlo como cada 2 de junio, el homenaje en el Día Nacional del Bombero Voluntario. El Intendente Gustavo Menéndez compartió la jornada en primer lugar, en el Destacamento de Mariano Acosta y luego en el de Parque San Martín, que a su vez celebró el 50° aniversario de su fundación. Con la presencia de autoridades municipales, directivos de la institución, vecinos, amigos y familiares, se celebró al cuerpo activo de los bomberos de Merlo, y se rindió homenaje a los agentes caídos en cumplimiento de su servicio. "Vinimos a festejar con una institución maravillosa que no para de crecer, que presta un servicio fundamental para la comunidad y por eso los homenajeamos en este día",



manifestó el mandatario local. Además remarcó la presencia de "los reservistas, el Cuerpo de Bomberos Activo, y los aspirantes, que son los que están ahora recién ingresando a la carrera de bombero". En este contexto el Jefe Comunal le reconoció el trabajo del Cuerpo de Bomberos porque "no solamente trabajan para mantener a sus familias, sino que en su tiempo libre lo dedican para cuidar a los demás y hasta ponen en riesgo su propia vida". El Director de Defensa Civil y Jefe Departamental de Bomberos de Merlo, Sergio Ravelli expresó: "para nosotros es un día muy importante, donde nos juntamos entre los camaradas de todos los cuarteles de Merlo, la familia, y bueno, recordar este día, recordar a los que ya pasaron por aquí y no están, homenajear a los que estamos y alentar a los que son el futuro". Por su parte el Presidente de los Bomberos de Mariano Acosta agradeció la presencia del Intendente, "es una alegría tener la presencia de Gustavo, porque hoy es un día lindo para nosotros, se acercó y compartió una tacita de chocolate, que es nuestra costumbre, además nos acompañó con el izamiento a la bandera".

Fuente: www.merlo.gob.ar

Ocre
PLATERÍA - ACCESORIOS
Noguera 86 - S.A. de Padua
ocrepadua
f Ocre Padua

1954 68 años de tradición 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

BENEFICIOS DE COMER ARROZ

Los beneficios de comer arroz son innumerables por su alto valor nutritivos es uno de los alimentos más completos. Excelente fuente de vitaminas y minerales.

Los beneficios de comer arroz son innumerables por su alto valor nutritivos es uno de los alimentos más completos. Excelente fuente de vitaminas y minerales. El arroz es una excelente fuente de vitaminas y minerales como niacina, vitamina D, calcio, fibra, hierro, tiamina y riboflavina.

El arroz (*Oryza sativa*) es un alimento repleto de propiedades y beneficios para la salud que suponen el sustento básico de más de la mitad de la población mundial y, probablemente, es el cereal más apreciado por sus equilibradas propiedades nutricionales.

Estas vitaminas proporcionan la base para el metabolismo del cuerpo, la salud del sistema inmunológico y el funcionamiento general de los órganos.

Además, sus mucílagos contribuyen a reparar la mucosa inflamada, algo muy recomendable en personas con el síndrome de colon irritable.

Beneficio de comer arroz

Proporciona energía

Como el arroz es abundante en carbohidratos, actúa como combustible para el cuerpo y ayuda en el funcionamiento normal del cerebro.

Los carbohidratos son metabolizados por el cuerpo y convertidos en energía funcional y utilizable. Las vitaminas, minerales y componentes orgánicos que se encuentran en él aumentan el funcionamiento y la actividad



metabólica de todos los órganos, lo que aumenta aún más los niveles de energía.

Previene la obesidad

Forma parte integrante de una dieta equilibrada, ya que puede proporcionar nutrientes sin tener ningún impacto negativo en la salud. Los bajos niveles de grasa, colesterol y sodio también ayudan a reducir la obesidad y las afecciones asociadas. Aunque la mayoría de la gente tiene la idea errónea de que el consumo de

arroz blanco provoca un aumento de los niveles de glucosa en sangre, no existen evidencias al respecto.

Controla la presión arterial

El arroz es bajo en sodio, por lo que se considera uno de los mejores alimentos para quienes sufren de hipertensión. El sodio puede hacer que las venas y las arterias se contraigan, aumentando el estrés y la tensión en el sistema cardiovascular a medida que aumenta la presión arterial.

Esto también está asociado con

afecciones cardíacas como aterosclerosis, ataques cardíacos y accidentes cerebrovasculares, por lo que evitar un exceso de este mineral siempre es una buena idea.

Cualidades diuréticas y digestivas

La cáscara de arroz se considera un medicamento eficaz para tratar la disentería. Como diurético, ayuda a eliminar toxinas del cuerpo como el ácido úrico.

E incluso a perder peso, ya que aproximadamente el 4% de la orina está compuesta de grasa corporal. El alto contenido de fibra también aumenta la regularidad de la evacuación intestinal y protege contra varios tipos de cáncer, además de reducir las posibilidades de enfermedades cardiovasculares. Los chinos creen que aumenta considerablemente el apetito, cura las dolencias del estómago y reduce todos los problemas digestivos.

Mejora el metabolismo

El arroz es una excelente fuente de vitaminas y minerales como niacina, vitamina D, calcio, fibra, hierro, tiamina y riboflavina.

Estas vitaminas proporcionan la base para el metabolismo del cuerpo, la salud del sistema inmunológico y el funcionamiento general de los órganos.

Fuente: Pablo González
www.diariouno.com.ar



GUILLERMO MELO

Negocios Inmobiliarios
Mat. 2758

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

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

Juncal 540 - Merlo
Tel: 0220 486 5637

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

EL MUNDO DE LAS MASCOTAS
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



AOC
SMART TV 32" HD (1)
MOD.: 32S5135.

AHORRÁ: \$25.000
\$185.000
NORMAL: \$210.000



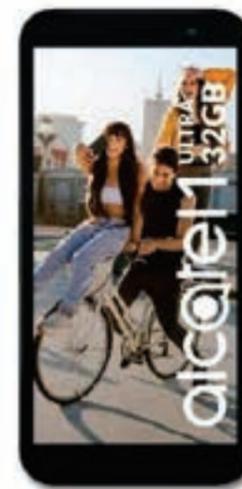
NOBLEX
SMART TV 43" (2)
MOD.: DK43X7100.

AHORRÁ: \$50.000
\$339.000
NORMAL: \$389.000



RCA
SMART TV 50" (3)
MOD.: AND50P6UHD.

AHORRÁ: \$56.000
\$459.000
NORMAL: \$515.000



alcatel
CELULAR LIBRE (4)
MOD.: 1 ULTRA. PROC. QUAD CORE, CÁMARAS 8MP Y 2MP, 16GB HDD, 1GB RAM.

AHORRÁ: \$5.000
\$58.000
NORMAL: \$63.000



[1] [ARG.] STOCK: 20U. [177-AQC-052] [2] [ARG.] STOCK: 20U. [187-NOB-756] [3] [ARG.] STOCK: 20U. [191-RCA-247] [4] [ARG.] STOCK: 20U. [156-ALA-166] *SALVO QUE CAMBIEN LAS CONDICIONES COMERCIALES, VER LEGALES EN WWW.CASADELAUDIO.COM. CFT VARIABLE SEGÚN ENTIDAD EMISORA. LAS CARACTERÍSTICAS, IMÁGENES Y PRECIOS DE LOS ARTÍCULOS PUEDEN VARIAR SIN PREVIO AVISO. OFERTAS VÁLIDAS HASTA EL 10/06/2024 INCLUSIVE O HASTA AGOTAR STOCK, LO QUE OCURRA PRIMERO. NINGUNA PROMOCIÓN ES ACUMULABLE ENTRE SÍ. MARANGI S.A. AV. RIVADAVIA 21288, CASTELAR, BUENOS AIRES, CUIT: 33-70871199-9.

INGRESÁ y AHORRÁ





La Página de la Mujer



MUJERES Y SU IMPORTANCIA EN LA VIDA.

Las mujeres tienen un papel fundamental en la sociedad y en la vida de las personas. Contribuyen en áreas como la educación, la salud, la economía y la política, y juegan un papel importante en la formación de la familia y en la crianza de los hijos. Es importante reconocer y valorar el papel de las mujeres en la vida y trabajar para garantizar que tengan las mismas oportunidades y derechos que los hombres.



A lo largo de los años se ha logrado la aceptación de la mujer en la sociedad, la libertad en el amor, el divorcio, pero de momento sigue la lucha por la igualdad, mejores salarios y puestos, en los que todavía se establece una diferencia entre el trabajo del hombre y el trabajo de la mujer, siendo desaprobado lo que se asocia con lo femenino. Así, mientras los hombres son vistos como poderosos, confiados y asertivos en el ambiente laboral, estas mismas características son vistas como autoritarismo, agresividad y frialdad en las mujeres. Como resultado, entre las muchas transformaciones de la mujer 3 en 1 (madre, esposa y profesional), también surgieron otros desafíos, a saber, la conciliación de múltiples tareas.

Se tiene que tomar muy en cuenta que las mujeres hacen grandes aportaciones a la vida en general:

En el ámbito familiar, las mujeres son a menudo las principales cuidadoras y educadoras de los hijos. Su papel en la crianza y el desarrollo de los niños es esencial para la formación de una generación sana y equilibrada. Además, su influencia en la toma de decisiones importantes en el hogar es vital para el bienestar de la familia.



En el ámbito educativo, las mujeres han demostrado ser igual de capaces que los hombres en términos de logros académicos. Sin embargo, a menudo enfrentan dificultades para acceder a la educación y para progresar en sus carreras, debido a prejuicios de género y falta de oportunidades. Es importante asegurar que las mujeres tengan acceso a la misma educación y oportunidades que los hombres, para poder desarrollar al máximo su potencial y contribuir al desarrollo de la sociedad. En el ámbito de la salud, las mujeres enfrentan desafíos únicos que a menudo son ignorados o subestimados. Es importante garantizar que las mujeres tengan acceso a servicios de salud de calidad y a información sobre su salud, incluida información sobre seguros, anticoncepción y aborto. Además, es importante garantizar que las mujeres estén incluidas en la investigación médica y que sus necesidades y prioridades sean tenidas en cuenta en el desarrollo de tratamientos y medicamentos. En el ámbito económico, las mujeres han contribuido significativamente al



crecimiento económico y al desarrollo de las empresas. Sin embargo, todavía enfrentan desigualdades en el empleo y en los salarios, y son menos propensas a ocupar puestos de liderazgo. Es importante garantizar que las mujeres tengan acceso a las mismas oportunidades y recursos que los hombres para poder desarrollar al máximo su potencial económico.

Valiosa contribución

Las mujeres tienen un papel valioso en la vida, ya sea como compañeras, madres, mentores, líderes y defensoras de la igualdad. Es importante valorar y respetar su contribución en todos los aspectos de la vida. Por ello con nuestra membresía familiar MedicallHome les brindamos el servicio de salud que se merecen, poniéndolas en las manos de médicos capacitados para atenderlas a ellas y a sus familias.



Fuente: www.medicallhome.mx

MASOTERAPEUTA

MASAJES RELAJANTES
DESCONTRACTURANTES
REIKI CON RESPIRACIÓN CONCIENTE

Cel: 011 4149 3285
A DOMICILIO
CON PROTOCOLO



Carrera "AUXILIAR EN COSMIATRIA"

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 Beatríz 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

Cel: 011 - 3035 - 3681

SAN ANTONIO E PADUA



SENS

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 CASAZZA
Odontóloga - 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. 4558-8753 / Tel. 0220 - 481 9081

Diseño y Diagramación

- diarios
- revistas
- publicidades
- edición de fotos

*su pregunta
no molesta*

11-6786-3220

natita8187

SORTEO DE LA COPA LIBERTADORES 2024: CÓMO QUEDARON LOS OCTAVOS DE FINAL

Contra quién juegan River, Talleres y San Lorenzo, los clubes argentinos que siguen en competencia en los torneos de CONMEBOL.

El lunes 3 de junio se realizó en la sede de la CONMEBOL en Luque, Paraguay, el sorteo de los octavos de final de la Copa Libertadores. Cómo quedaron los cruces, los partidos del Playoff, las llaves del cuadro y las fechas.

San Lorenzo (ARG) vs Atlético Mineiro (BRA)

Nacional (URU) vs Sao Paulo (BRA)

Flamengo (BRA) vs Bolívar (BOL)

Colo-Colo (CHI) vs Junior (COL)

Talleres (ARG) vs River (ARG)

Peñarol (URU) vs 1º Grupo C (The Strongest, Huachipato o Gremio)

Botafogo (BRA) vs Palmeiras (BRA)

2º Grupo C (The Strongest, Huachipato o Gremio) vs Fluminense (BRA)

Debido a las inundaciones en Brasil, Gremio aún tiene dos partidos pendientes: ante Huachipato de visitante y frente a Estudiantes de local.

Es por eso que aún falta confirmarse qué equipos clasificarán en el grupo C de la Copa Libertadores y en qué orden lo harán.

¿Cuándo se juegan los octavos de final de Copa Libertadores 2024?

Octavos de Final:
semana del 14/8 y 21/8

Cuartos de Final:
semana del 18/9 y 25/9

Semifinal:
semana del 23/10 y 30/10

Final:
sábado 30 de noviembre



Fuente: www.pagina12.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 HACETE 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
ESCUELITA DE TENIS PARA NIÑOS
EQUIPOS DE INTERCLUBES

LOS 5 EQUIPOS DE FÚTBOL MÁS CONVOCANTES DEL MUNDO.

La pasión del fútbol es incomparable, cada día millones de hinchas se movilizan para ver a sus equipos, ya sean clubes o selecciones en diferentes torneos.

River

Tradicionalmente, el portal Transfermarkt, hace un balance de los equipos que más hinchas llevaron a las canchas en 2023 y nos encontramos una sorpresa. River Plate y su renovado estadio es el equipo que en promedio llevó más hinchas a su cancha. En total llevó 84.567 hinchas, el promedio llenando su campo durante todo el año. Los jugadores del millonario no defraudaron porque durante un importante lapso donde la cancha siempre estuvo llena consiguieron 20 victorias de forma consecutiva. La cancha de River tiene capacidad de más de 86 mil espectadores, pero durante el año que fueron habilitando tribunas que dejó el promedio final. El equipo consiguió dos títulos durante la temporada.



Barcelona

El segundo club con más hinchas fue el Barcelona, que llevó 83.273 fanáticos por partido. En el caso del Barcelona, a diferencia del de River, pasó a jugar en un estadio más pequeño (Montjuic), ya que su estadio también está sufriendo de refacciones.



Borussia Dortmund

El fútbol alemán no decepciona, lo vemos cada fin de semana, por eso, el Borussia Dortmund es un asiduo en estos rankings, este año llevó 81.312 por encuentro a su campo, el Signal Iduna Park.



Bayer Múnich



El cuarto puesto también es para el fútbol alemán, el Bayern Múnich llevó a 75.003 en promedio al Allianz Arena.

Manchester United

Por último veremos un caso de fidelidad absoluto, el Manchester United, con un presente bastante complicado, llevó a Old Trafford un total de 73.503 en todo el año. Pese a todos los cuestionamientos al equipo de Eric Ten Hag, los hinchas de los "Red Devils" siguen respondiendo.



Fuente: Leopoldo Carrasquero
www.tribunadeporativa.com

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

WINDOW GYM

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.

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

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.

DESCUBRE EL YOGA SOMÁTICO: UNA PRÁCTICA CONSCIENTE PARA EL BIENESTAR INTEGRAL

En medio del ajetreo de la vida moderna, encontrar formas de conectar profundamente con nuestro ser interior se vuelve cada vez más crucial.

Como profesora de Yoga Somático, me complace compartir una práctica que ha transformado no

solo mi vida, sino la de muchos otros, ofreciendo un camino hacia el bienestar integral y la autoconciencia.

El Yoga Somático, inspirado en el concepto griego de "soma" que significa cuerpo vivo, nos invita a experimentar nuestro cuerpo desde dentro, abandonando la visión estática y tradicional de este.

En mis clases, guío a los estudiantes a través de un viaje de exploración interna, donde la atención plena a las sensaciones del cuerpo se convierte en la clave para desbloquear una mayor autoconciencia.

A medida que nos movemos a través de las posturas, enfatizó la importancia de prestar atención a las sensaciones sutiles que surgen en el cuerpo, permitiendo que estas guíen nuestro movimiento.



A través de la respiración consciente y las técnicas de relajación, buscamos liberar la tensión acumulada y cultivar un sentido de calma y equilibrio en cuerpo y mente. El Yoga Somático no se trata solo de hacer posturas, sino de conectarse profundamente con uno mismo y con el mundo que nos rodea. Es una práctica que nos recuerda que el verdadero yoga comienza dentro de nosotros mismos, y que al cultivar la amistad con nuestro cuerpo, también construimos una mayor comunión con toda la humanidad.

En un mundo lleno de distracciones y desconexión, el Yoga Somático ofrece un santuario de paz y autoconexión.

Invito a todos aquellos que buscan un camino hacia el bienestar integral a unirse a esta hermosa práctica y descubrir el poder transformador que yace dentro de cada uno de nosotros.

Por Gabriela Paola Figini,
profesora de Yoga Somático

www.periodicopensar.com.ar

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 - Especies

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

\$ 6.000

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

MÁS QUE PALABRAS

Pienso que algo que enriquece a las personas es fomentar la autovaloración y reflexionar sobre la ejercitación de la autocrítica. Estas palabras nos llevan a explorar y fortalecer un yo interior, asimismo a analizar el trato hacia el prójimo. Asumir con modestia los aciertos como con entereza admitir los errores y esencial no desmoronar la autoestima ante las equivocaciones (y tampoco "empalagarse" con la gloria de los éxitos). Siempre hay una respuesta y salida en todo acertijo existencial. Lograr un equilibrio con las circunstancias. Allí comienza uno a ejercer su responsabilidad, con la familia y las amistades, con todo lo que nos rodea, con el país. Es una palabra significativa y valor indispensable.

Opino que en una sociedad las cosas fallan cuando se pierde el equilibrio y cuando el sentido común -como dijo un pensador- se vuelve el menos común de los sentidos.

No creo en el "ellos" y en el "nosotros", sino en el "todos". Si "todos" vamos para adelante, con autovaloración, autocrítica y responsabilidad, el acertijo se hace mucho más fácil de resolver.

Cuanto más seamos los que enfoquemos nuestra convicción en

el objetivo y trabajemos con perseverancia, mayor es la posibilidad de conseguirlo. Mirar con pensamiento crítico. Hablarnos mejor, escucharnos más. Procediendo con respeto, integridad, prudencia.

Procurar que los jóvenes aprendan cosas buenas de nosotros. Que nos vean leer un libro y así despertar el ánimo de imaginar, de acercarse a la lectura. Que enseñemos a respetar el valor de la palabra empeñada. Que aprendan a cuidar el ambiente, el valor de la solidaridad, defender causas justas. La seguridad que incorporen en edad temprana, será base sólida de su carácter. Estemos ahí, aún cuando sientan que no tenemos tiempo. Que nos pongamos serios si se portan mal y generosos en el estímulo y en el elogio. Que nuestra conducta sea ejemplar.

Me gustaría mencionar, entre otros, 2 de junio, Día de los Bomberos Voluntarios; 7 de junio, Día del Periodista (honor a Mariano Moreno); 13 de junio, Día de San Antonio de Padua y Día del Escritor, (Leopoldo Lugones); 15 de junio, Día del Libro; 17 de junio, honrar a Martín Güemes y el 20 de junio a nuestra Bandera y Manuel Belgrano. Siempre muchas gracias, estimados lectores.

Cristian Jesús Gentile

CAPACITACIONES PARA MÚSICOS DE MERLO

Artistas y músicos locales participaron de una capacitación en Derechos Intelectuales de la Música en La Colonial.

La jornada fue organizada por la Subsecretaría de Juventudes y estuvo a cargo del músico merlense Diego Boris.

La actividad estuvo destinada músicos de Merlo y su objetivo fue conocer sobre el proceso de registro de canciones y los derechos intelectuales del autor, del intérprete y del productor fonográfico.

"Es lindo poder transmitir algunos disparadores para tener más herramientas para relacionarnos con lo que amamos que es la música", manifestó Boris.



Asimismo, el también ex presidente del Instituto Nacional de la Música aseguró que "es muy importante poder charlar con artistas de la zona, que se les dificulta poder acceder a la información sobre por qué hay que registrar eso que alguien compone".

También participaron los artistas inscriptos en la plataforma Registro de la Música Merlense. "Ellos están muy agradecidos porque tienen un espacio donde pueden mostrar su talento y donde también se conocen entre otros músicos", expresó la Subsecretaría de Juventudes, Natalia Luxen.

"Como Estado Municipal estamos presentes, con capacitaciones para hoy y para el futuro", al tiempo que agregó "desde que comenzamos con el Registro de la Música tenemos cerca de 200 artistas inscriptos, y eso es muy importante para nosotros, porque fomentamos la participación merlense desde la música".

Para más información, comunicarse con la Subsecretaría de Juventudes. Dirección: Av. del Libertador 285. Teléfono: (0220) 482-8176. Instagram: sdjuventudesmerlo

Fuente: www.merlo.gov.a

www.periodicopensar.com.ar

PENSAR EN NADA
DOMINGOS 10 A 13 HS

RADIO CONTACTO AM 1450

PAÑO PET

PAÑOS SANITARIOS PARA MASCOTAS

[@PANIOPETOK](https://www.instagram.com/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 [f Roxana Martinez Zabala](https://www.facebook.com/RoxanaMartinezZabala)

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

SALSA

TEATRO
Niños y Adolescentes

FOLKLORE
Niños y Adultos

TALLER DE ESTIMULACIÓN DE LA MEMORIA

BACHATA

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
[@historiasanantoniodepadua](https://www.facebook.com/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
[@labibliotecadepadua](https://www.facebook.com/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.

QUÉ VALENTÍA LA DE FRIDA KAHLO

Una carta de amor... y dolor

La carta que Frida Kahlo escribió a Diego Rivera, antes de amputársele el pie, es considerada una de las cartas más famosas de separación entre celebridades, que contiene sentimientos verdaderos opuestos entre el amor, el odio y la ira.

México, 1953
Sr. mío Don Diego:

Escribo esto desde el cuarto de un hospital y en la antesala del quirófano. Intentan apresurarme pero yo estoy resuelta a terminar ésta carta, no quiero dejar nada a medias y menos ahora que sé lo que planean, quieren herirme el orgullo cortándome una pata...

Cuando me dijeron que habrían de amputarme la pierna no me afectó como todos creían, NO, yo ya era una mujer incompleta cuando le perdí, otra vez, por enésima vez quizás y aún así sobreviví.

No me aterra el dolor y lo sabes, es casi una condición inmanente a mi ser, aunque sí te confieso que sufrí, y sufrí mucho, la vez, todas las veces que me pusiste el cuerno...nó sólo con mi hermana sino con otras tantas mujeres...

¿Cómo cayeron en tus enredos? Tú piensas que me encabroné por lo de



Cristina pero hoy he de confesarte que no fue por ella, fue por ti y por mi, primero por mi porque nunca he podido entender ¿qué buscabas, qué buscas, qué te dan y qué te dieron ellas que yo no te di?

Por que no nos hagamos pendejos Diego, yo todo lo humanamente posible te lo di y lo sabemos, ahora bien, cómo carajos le haces para conquistar a tanta mujer si estás tan

feo hijo de la chingada Bueno el motivo de esta carta no es para reprocharte más de lo que ya nos hemos reprochado en esta y quién sabe cuántas pinches vidas más, es sólo que van a cortarme una pierna (al fin se salió con la suya la condenada)...

Te dije que yo ya me hacía incompleta de tiempo atrás, pero ¿qué puta necesidad de que la gente lo supiera?

Y ahora ya ves, mi fragmentación estará a la vista de todos, de ti... Por eso antes que te vayan con el chisme te lo digo yo "personalmente", disculpa que no me pare en tu casa para decírtelo de frente pero en éstas instancias y condiciones ya no me han dejado salir de la habitación ni para ir al baño.

No pretendo causarte lástima, a ti ni a nadie, tampoco quiero que te sientas culpable de nada, te escribo para decirte que te libero de mí, vamos, te "amputo" de mi, sé feliz y no me busques jamás. No quiero volver a saber de ti ni que tú sepas de mí, si de algo quiero tener el gusto antes de morir es de no volver a ver tu horrible y bastarda cara de malnacido rondar por mi jardín.

Es todo, ya puedo ir tranquila a que me mochen en paz.

Se despide quien le ama con vehemente locura, Su Frida.

Extraído de la página Literatura y Psicoanálisis

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

¿CUANDO SE DEBE VISITAR AL NEURÓLOGO? LAS SEÑALES QUE INDICAN QUE ES HORA DE IR.

Existen algunos síntomas de alerta que pueden dar cuenta de una afección más grave.

La neurología es la especialidad médica que se encarga de un sistema sumamente complejo y fundamental para el funcionamiento de todo nuestro organismo como es el sistema nervioso. Cuidarlo es fundamental para nuestro existir, por lo que es pertinente saber cuándo se debe acudir a un médico especialista en esta área.

El sistema nervioso es el sistema de procesamiento de información y comunicación del cuerpo. Está compuesto por un órgano fundamental como lo es el cerebro, la médula espinal, encargada de la transmisión de mensajes desde el encéfalo hasta el resto del organismo y los nervios, que llevan las señales desde el cerebro a todo del cuerpo, incluidos los órganos internos. Además se encarga de guiar nuestros movimientos, esos que son necesarios para que podamos celebrar que nuestro día está completo, para desempeñarnos plenamente en las actividades que nos interesan, pero también para realizar rutinas fundamentales para nuestro existir como es el caso de respirar y otras más complejas como sentir emociones.

El trabajo del neurólogo: ¿cuáles son las labores de este especialista?

El neurólogo es el encargado de cuidar este conjunto tan complejo. Este debe tratar aquellas afecciones que perjudican tanto al cerebro como a los demás nervios y músculos del sistema nervioso.

Las consultas a este especialista son menos frecuentes que otras visitas al médico, como al ginecólogo, endocrinólogo, al dentista o inclusive al traumatólogo. Para saber cuándo es pertinente acudir a este especialista, se deben tomar en cuenta ciertas señales de alerta.

Durante la consulta, los neurólogos inicialmente escuchan al paciente para conocer el tiempo y frecuencia de cada síntoma y realizan el examen neurológico.

Dependiendo de cada caso, pueden necesitar realizar pruebas diagnósticas de imágenes como una tomografía o



resonancia magnética, eco Doppler, electroencefalogramas, electromiografías, estudios del sueño, etc.

Las señales de alerta: ¿cuáles son los síntomas que pueden indicar una afección del sistema nervioso?

Las señales que pueden indicar que es oportuno visitar a este médico se destacan por ser repetidas y frecuentes, dándose el caso de los dolores de cabezas intensos y recurrentes; la sensación de inestabilidad, mareo o vértigo; la pérdida de fuerza, equilibrio o visión; alteración en el lenguaje; dolor irradiado por brazos o piernas; pérdida de sensibilidad en las extremidades o temblores. Otros problemas pueden relacionarse más con la capacidad cognitiva como es el caso de los problemas de memoria; la pérdida de consciencia y la falta de concentración. También se destacan otros síntomas como las alteraciones o problemas de sueño, las alteraciones en la visión y la sospecha de crisis epiléptica o confusiones.

Es en todos estos casos fundamental apuntarse a un médico especialista que pueda establecer un diagnóstico lo más presuroso posible y así también facilitar el tratamiento correspondiente para cada caso.

Fuente: www.lageceta.com.ar

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

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

MEMORIA A CORTO PLAZO: LAS 8 CLAVES PARA NO OLVIDARTE ALGUNAS DE LAS COSAS QUE HICISTE Y PODER RETENER NUEVOS CONOCIMIENTOS.

A veces, olvidar algo relevante poco después de haberlo hecho nos genera mucha frustración. La capacidad de retener información a corto plazo es crucial en nuestras rutinas diarias. Existen 8 claves para potenciar nuestra memoria a corto plazo. Estos hábitos, recomendados por los expertos de Mejor con Salud, nos ayudan a recordar las tareas recién realizadas y a facilitar la retención de nuevos conocimientos. ¡Tomá nota para ponerlas en práctica y mejorar tu salud cognitiva!

1. Prestá atención

En nuestra vida diaria, es crucial evitar realizar varias tareas al mismo tiempo, siempre que sea posible. Aunque algunos piensen lo contrario, la investigación demuestra que la multitarea no es eficaz. Aunque podemos dividir nuestra atención entre diferentes actividades, es preferible concentrarnos en una sola tarea a la vez. Esto optimiza el rendimiento cerebral y reduce el estrés en nuestro sistema nervioso.

2. Disfrutá de los juegos mentales

La memoria a corto plazo puede ser

fortalecida de diversas maneras, al igual que los músculos del cuerpo responden a los ejercicios. Cada vez que aprendemos algo nuevo, el cerebro crea conexiones neuronales adicionales, lo que lo mantiene activo y en constante crecimiento.

Es esencial proporcionar al cerebro el ejercicio necesario para mantenerlo activo y en funcionamiento.

3. Usá todos tus sentidos

Los recuerdos no se limitan a lo que vemos; a menudo, están asociados con estímulos sensoriales como los olores y los sonidos. Estas experiencias sensoriales, tan comunes en la niñez, pueden ser revividas en la edad adulta para estimular la memoria. Utilizar conscientemente nuestros sentidos puede evocar recuerdos igualmente vívidos. Nuestros sentidos son: Vista/ Oído/ Olfato/ Gusto/ Tacto

4. Recursos mnemotécnicos

De acuerdo con un estudio realizado en la Universidad de Ciencias Pedagógicas José Martí en Cuba, la técnica de asociación de palabras, imágenes o frases puede ser muy útil para mejorar la memoria a corto plazo. También podés crear tus propias reglas

basadas en información personal fácil de recordar, como las iniciales de los nombres de tus familiares o personas importantes en tu vida.

5. Fragmentá la información

Recordar un número de teléfono completo de 10 dígitos puede ser difícil, pero dividirlo en secuencias más pequeñas lo hace mucho más manejable. Este enfoque facilita la tarea al simplificar la información. Practicar la memorización de los números de teléfono que usamos con regularidad puede ser un ejercicio valioso para mejorar la memoria. Consiste en repetir estas secuencias de números varias veces hasta que queden fijadas en la memoria de manera efectiva.

6. Comé mejor

La calidad de nuestra alimentación está estrechamente vinculada con el rendimiento cerebral. Según un estudio de la Universidad Estatal de Ohio, consumir alimentos ricos en ácidos grasos omega-3 puede mejorar la memoria. Algunos alimentos que contienen este nutriente beneficioso son: Salmón/Nueces /Palta. Además, las proteínas vegetales presentes en frutas y verduras son esenciales para facilitar los procesos bioquímicos que

permiten al cerebro establecer nuevas conexiones neuronales.

7. Dormí bien

Es común experimentar dificultades para recordar información al final del día o después de una noche de sueño insuficiente. Estos lapsos de memoria son señales evidentes de agotamiento. El sueño es tan vital como la alimentación para el funcionamiento óptimo del cerebro. Es esencial establecer hábitos de sueño saludables, lo que implica dormir entre 7 y 8 horas cada noche y mantener una rutina regular de horas de sueño.

8. Hace ejercicio para mejorar la memoria a corto plazo

Practicar ejercicios físicos beneficia al cuerpo y también a la memoria a corto plazo. La actividad física aumenta la oxigenación del cuerpo, incluido el cerebro, lo que mejora la capacidad de las áreas cerebrales relacionadas con la memoria. Entre los ejercicios más comunes, tenés: Caminar/Correr/Natación/Yoga/Spinning/Pilates/Baile

Fuente: www.cronista.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



AXEL KICILLOF BUSCA HACERSE CARGO DE LAS OBRAS DE LAS UNIVERSIDADES BONAERENSES

Según la provincia, hay 42 obras paralizadas. El ministro Katopodis se reunió con rectores. Otro gesto para marcarle la cancha a Milei posmarcha federal.

Después de lo que fue la multitudinaria marcha federal en defensa de la educación pública, contra el recorte presupuestario del gobierno de Javier Milei a las universidades nacionales, el gobernador Axel Kicillof decidió que su administración se irá haciendo cargo de las obras que quedaron paralizadas en la provincia de Buenos Aires.

La promesa se la transmitió el ministro de Infraestructura, Gabriel Katopodis, a los rectores en una reunión que se llevó adelante en Hurlingham.

Kicillof escuchó el reclamo

El mandatario bonaerense estuvo en la masiva movilización del pasado 23 de abril junto con una columna de la dirigencia provincial. Parece haber tomado nota del reclamo en defensa de las universidades públicas del país proclamado por un coro transversal de personas de diferentes espacios políticos y clases sociales que coincidieron en ponerle un freno a la motosierra libertaria.

Este viernes, Katopodis anunció que la gestión de Kicillof buscará hacerse cargo de reactivar las obras universitarias paralizadas en la provincia de Buenos Aires. Lo hizo tras un encuentro con rectores y representantes de las casas de altos estudios de Avellaneda, Florencio Varela, José C. Paz, Luján, Carmen de Areco, San Martín, Quilmes, Tres de Febrero, La Matanza, Moreno, Lomas de Zamora y Almirante Brown, que se realizó en la Universidad Nacional de Hurlingham.

Hasta la asunción de Milei, el programa nacional de infraestructura universitaria contemplaba en territorio bonaerense la ejecución de 63 obras, de las cuales entre 2019 y 2023 se finalizaron 21 intervenciones. De este total, 58 contaban con financiamiento internacional y sólo



cinco de ellas recibían transferencias del tesoro nacional. Por lo que Kicillof podría avanzar sin la necesidad de desembolsar una gran cantidad de fondos, escasos en estos momentos en las arcas provinciales. Según explicó una fuente del ministerio de Infraestructura de la provincia a Letra P, aunque no es una tarea fácil, la provincia podría hacerse cargo si el gobierno nacional trasfiere esas obras, tanto aquellas que deberían recibir fondos del tesoro nacional como las que tienen financiamiento internacional.

Limite a Milei

En total, hoy hay 42 obras en universidades paralizadas; 17 de ellas se encontraban en ejecución; estaban próximas a iniciar; había dos

en proceso de licitación; y tres proyectadas.

“Vamos a ir retomando esta infraestructura para que los pibes y pibas puedan seguir construyendo su futuro. Hay cosas que en la Argentina no se tocan, eso demostraron los jóvenes en la marcha del 23 de abril y es lo que vamos a hacer en la movilización al Senado para ponerle un límite a la ley de Milei”, señaló Katopodis.

Fuente: Macarena Ramírez
www.letrap.com.ar

ESTRECHO DE MAGALLANES

Sabías Que El Estrecho de Magallanes es una vía marítima ubicada en el extremo sur de América del Sur, que conecta los océanos Atlántico y Pacífico. Fue descubierto por el explorador portugués Fernando de Magallanes en 1520 y es una importante ruta de navegación internacional. Su paso es crucial para el comercio marítimo, ya que proporciona una alternativa al peligroso Cabo de Hornos. Además, es conocido por su belleza natural y su importancia histórica en la exploración de la región. El estrecho de Magallanes tiene aproximadamente 570 kilómetros de longitud.

Una curiosidad interesante sobre el estrecho de Magallanes es que, a pesar de su importancia histórica y su papel crucial en la navegación, es una vía marítima relativamente estrecha y con condiciones climáticas impredecibles. A lo largo de los siglos, ha desafiado a los navegantes con sus fuertes corrientes, vientos cambiantes y aguas turbulentas, lo que lo convierte en un paso desafiante pero fascinante para quienes lo atraviesan.



PD: Apoderarse ilegalmente de las Islas Malvinas fue el motivo inglés de tener a poca distancia de: 1) acceso directo al estrecho que une el Atlántico con el Pacífico. 2) acceso directo a los hielos continentales de agua dulce. 3) acceso cercano a la Antártida y las riquezas que podrían estar en ella. Ese es el motivo pirata imperial que visionaron los ingleses antes de su invasión. ¿Ustedes creen que este gobierno entreguista les pondrá freno alguno? No. Los únicos países que votan en contra en la ONU, las resoluciones favorables a nuestra posiciones reivindicativas son: EEUU, Reino Unido e Israel. El trío admirado de Milei. El pueblo argentino debería estar atento ante la entrega de nuestros derechos soberanos y la historia de nuestra Nación.

Miguel Andino

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
YVES SAINT LAURENT

Noguera 141 - San Antonio de Padua

Cel 11 3097 0033

SEGUIMOS EN CONTACTO

AGENDÁ

LUNES 19:00HS.

PRENDETE

EN VIVO

¡NO TE LO PIERDAS!

RADIO CONTACTO AM 1460

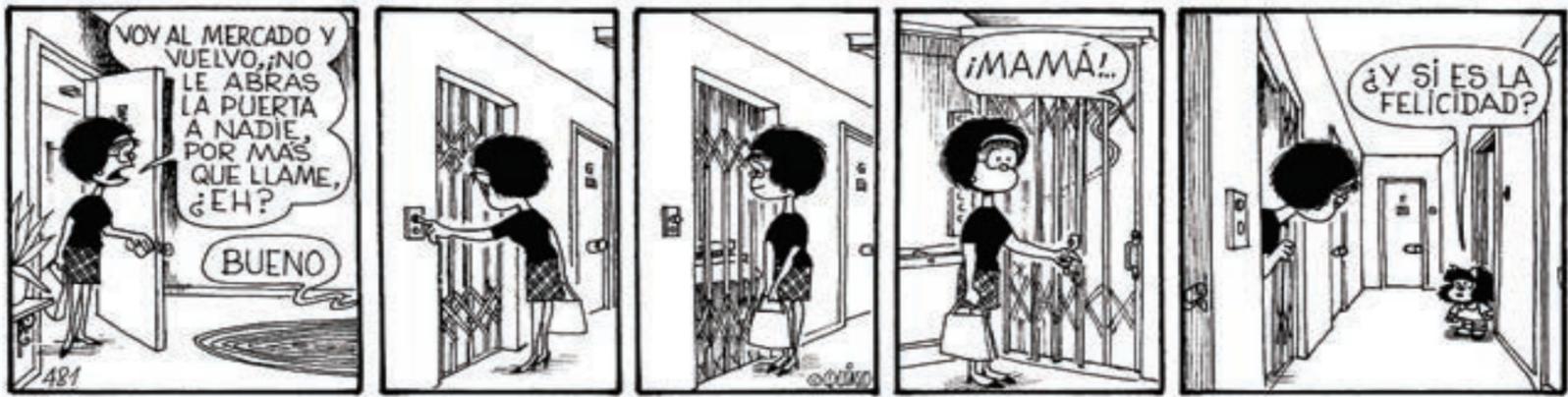
BUSCANOS EN YOUTUBE

Cristian Jesús Gentile

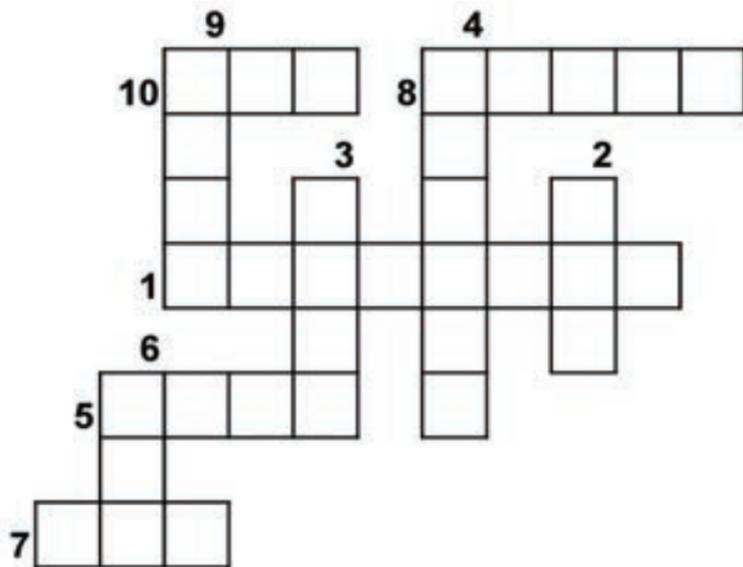
Ángel Félix

PENSAR PARA ENTRETENERNOS

M
A
F
A
L
D
A



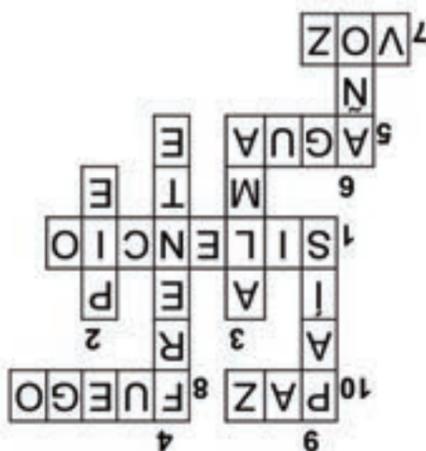
CRUCIGRAMA



1. Falta de ruido.
2. Base de la pierna.
3. Espíritu inmortal. Sustancia inmaterial de los seres vivientes 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.
4. Parte superior de la cara que se extiende desde las cejas hasta la vuelta superior del cráneo. Zona de la cara por encima de los ojos, línea de fuego.
5. Líquido (H2O).
6. Doce meses.
7. Sonido de habla humana.
8. Combustión.
9. Estado independiente.
10. Concordia. Tranquilidad y sosiego del ánimo, contrarios a la turbación que producen las pasiones.

Fuente: www.crucigrama.org

SOLUCIONES



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
MÁS ALLÁ DE LOS LÍMITES DE LA MENTE.

ACTIVIDADES

YOGA INTEGRAL (GRUPAL) RESPIRACIÓN
MEDITACIÓN CON SONIDOS
YOGA SOMÁTICO (GRUPAL O INDIVIDUAL)
MASAJE FUSIÓN
SESIONES PARA ACOMPAÑAR LO QUE SUCEDE
BIODECODIFICACION

PREPARACIÓN EN MASAJE FUSIÓN
REIKI (SESIONES Y NIVELES)
CONSTELACIONES FAMILIARES
PREPARACIÓN EN TERAPEUTA HOLÍSTICO
BIOENERGETICA-VIAJE SENSORIAL

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

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

Estamos en San A. de Padua

☎ 11 4423-0318

**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 -

Facebook: @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

Facebook: 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: EJETRAVEL 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