

CONVIVIMOS

Argentina • Noviembre 2018 • N° 317 • Precio de Tapa: \$77



SORTEO: 6 DE DICIEMBRE



Luciano
Pereyra

“Me gusta ir de gira,
porque tengo adónde volver”

En noviembre podés ganar el 5to **Volkswagen Up!**



SIN OBLIGACIÓN DE COMPRA VÁLIDA DESDE EL 01/02/18 AL 24/11/18 PARA MÁS INFORMACIÓN CONSULTE EN WWW.NARANJA.COM
IMAGEN A MODO ILUSTRATIVO.

Sorteo:
07/11



Okm

¡Y queda uno más en diciembre!

• • • • • • • • • •

REVISTA
CONVIVIMOS

STAFF

DIRECTOR
DAVID RUDA

EDITOR
SEBASTIÁN MAGGIO
editor@editorialaccion.com.ar

COORDINACIÓN EDITORIAL
MARITÉ ITURRIZA

COORDINACIÓN PERIODÍSTICA
MARCELA AGUILAR

ARTE Y DISEÑO
JESSE LUNAZZI
RODRIGO LASCANO
MARISOL DÁVILA

IMPRESIÓN
ARCÁNGEL MAGGIO
LAFAYETTE 1695 - CÓDIGO POSTAL
C1286AEC CAPITAL FEDERAL

IPESA
MAGALLANES 1315 - CÓDIGO POSTAL
CP1288 BS. AS. - ARGENTINA

REDACCIÓN
redacción@convivimos.com.ar
LAFAYETTE 1695 - CÓDIGO POSTAL
C1286AEC CAPITAL FEDERAL

CONTACTO
publicidad@convivimos.com.ar

CORRESPONDENCIA
lectores@convivimos.com.ar

SUSCRIPCIONES
EN TODOS LOS LOCALES DE TARJETA
NARANJA S.A.

QUEDA EXPRESAMENTE PROHIBIDO
REPRODUCIR TOTAL O PARCIALMENTE
LOS CONTENIDOS DE LAS NOTAS,
ILUSTRACIONES O FOTOGRAFÍAS SIN
AUTORIZACIÓN DE LA DIRECCIÓN. EL
DIRECTOR NO SE RESPONSABILIZA POR
LAS OPINIONES VERTIDAS POR LOS
ENTREVISTADOS Y COLUMNISTAS.

ADHERIDA AL IVC



LA PRESENTE REVISTA FUE IMPRESA POR
ARCÁNGEL MAGGIO.
TIRADA DE ESTA EDICIÓN: 417.000
EJEMPLARES. (295.000 ARCÁNGEL MAGGIO
122.000 IPESA).
CONVIVIMOS ES UNA PUBLICACIÓN
MENSUAL DE DISTRIBUCIÓN NACIONAL
PROPIEDAD DE TARJETA NARANJA S.A.
EXCLUSIVA PARA TITULARES DE TARJETA
NARANJA.
DOMICILIO LEGAL: TARJETA NARANJA S.A.
LA TABLADA 451 - X5000JSB CÓRDOBA
ARGENTINA
NÚMERO DE EDICIÓN: 317
FECHA DE EDICIÓN: NOVIEMBRE 2018
EDITADA POR EDITORIAL ACCIÓN S.A.
REGISTRO DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL
N° 5342694

SUMARIO **NOVIEMBRE 2018**



» CONVIVIENDO

05 ¿Y POR QUÉ NO?

El secreto de la felicidad
David Ruda

18 CAFÉ CON...

Ceci Saia: "Soy como la hermana mayor
de mis seguidores"

20 HUMOR / CRIST

Autos de la infancia

» NOVIEMBRE

52 INFORME ESPECIAL

Consumir: una vieja costumbre con
nuevas herramientas

58 INVITADO

Roberto Moldavsky: "El humor tiene
que tirar un poquito de la cuerda"

62 SOCIEDAD

Electroestimulación. Resultados
inmediatos, esfuerzos cortos

70 REPORTAJE FOTOGRÁFICO

Desde el vientre de la mar
Lucía Baragli

» VIAJES

76 LUGARES

Puerto Madryn. Un viaje de ensueño

» EDUCACIÓN

82 EDUCACIÓN

¡Que canten los niños!

84 EXPERIENCIAS

Un espacio abierto a la imaginación

» ESTILOS DE VIDA

86 BIENBEBIDOS

Vitivinicultura de precisión
Fabrício Portelli

87 LA COCINA DE SANTIAGO

Imperdibles para animarse

94 MODA ACTUAL

En busca del mejor *jean*

108 AUTOS

Volkswagen Virtus. Confortable y
tecnológico

» ENTRETENIMIENTO

110 HORÓSCOPO

Por Gaba Robin

112 JUEGOS

114 SOLUCIONES



David Ruda
Director

El secreto de la felicidad

Estimados lectores:

Defender la alegría “como un principio”, “como una bandera”, dice el poema de Mario Benedetti que Joan Manuel Serrat transformó en canción. Defender la alegría es encontrar la manera –las maneras– de generar antídotos contra la desesperanza. Y no me refiero a fórmulas mágicas, sino a actitudes cotidianas, a un camino que se construye todos los días.

Luciano Pereyra, nuestro personaje de tapa, sabe cómo defender la alegría y sostenerla. En la entrevista que le hicimos en medio de su gira por todo el país, nos habló de sus veinte años con la música, tiempo en el que, además de disfrutar del cariño del público, generó puentes solidarios y de afecto que llegaron mucho más allá de los escenarios. ¿Qué otro sentimiento puede prevalecer cuando con el trabajo se aprende, se comparte y se realiza en la vida? La sonrisa de este joven músico lo dice todo.

Esa alegría que nos invade a veces, que tiene tanta intensidad que necesita ser expresada, es contagiosa como la risa. Es lo que transmite Roberto Moldavsky, nuestro invitado de este mes. Luego de atender durante dos décadas un negocio en el ba-

rrío de Once, en Buenos Aires, se animó a subirse al escenario para hacer reír a la gente. Hoy es un crac del humor que llena teatros y brilla en la radio y la televisión. Les recomiendo que lean la entrevista. “La risa de la gente te cambia la vida”, nos dijo.

Y porque la alegría es un hábito saludable, dedicamos la nota de esa sección a indagar si en realidad pensar en positivo nos ayuda a ser más felices. Me quedo con una de las recomendaciones: no compararnos con los demás, dejar de lado el “deber ser” y aceptarnos tal cual somos. Como dice el poema de Benedetti, defender la alegría “de la obligación de estar alegres”. Porque el secreto de la felicidad reside, precisamente, en olvidarnos del mandato social que nos exige estar pendientes de alcanzarla a toda costa y centrarnos en emociones más factibles, que podemos cultivar a diario en nuestro interior.

Recuerden que “La página en blanco”, el espacio que creamos para ustedes, espera sus dibujos, relatos y poemas. ¡Nos hace felices encontrarnos mes a mes con sus creaciones!

¡Buena vida!



Un gol, un potrero y miles de sueños

El programa de responsabilidad social de Naranja, Un Gol, un Potrero equipa desde hace ocho años espacios para que los niños puedan practicar deporte. Algunas historias de potreros en este fin de año mundialero.

Cuando Marcos Rojo hizo el segundo gol contra Nigeria en el tercer partido del Grupo D del Mundial de Fútbol en junio, estaba cumpliendo un sueño. Posiblemente el suyo propio y también el de miles de argentinos que aguardaban la esperanza de salir campeones, pero especialmente el de los chicos de la escuela de fútbol Rolando Ortiz, de Acambuco, Salta.

Es que, desde 2010, por cada gol de la selección argentina, Naranja acondiciona un espacio donde los chicos puedan hacer deporte y también amigos. Solo es necesario inscribir la institución vía web, completar un formulario y -lo más importante- ¡conseguir votos!

Hacia largo tiempo ya que Natalia Aramayo había inscripto su potrero, o mejor dicho, la canchita que había creado su papá, Eusequío Aramayo, antes de fallecer en 2012. “Mi padre reunía a los niños del lugar, cuando ya habían cumplido con las actividades de la escuela (y las obligaciones que el campo requería), para jugar a la pelota. Todas las tardes, alrededor de 30 chicos de todas las edades se juntaban en la canchita hasta que la luz del sol se lo permitiera”, cuenta Natalia. El nombre del potrero, Rolando Ortiz, era en honor a un hombre muy apreciado por Eusequío con quien había trabajado.

La intención de mantener vivo el recuerdo de su padre impulsó a Natalia a trabajar en la canchita, que había perdido convocatoria debido a que muchos niños tuvieron que migrar de su Acambuco natal a otras localidades



Esteban Vargas, Colaborador Naranja, en una de las entregas.

para continuar con sus estudios -en ese entonces en el pueblo solo funcionaba el nivel inicial-. “Se gestionó con las empresas locales el armado de un plan deportivo, se pidió ayuda en el municipio, se anotó a la escuela en todo concurso que apareciera, etcétera. Así fue como en el año 2012 la inscribí en Un Gol, un Potrero”.

Para este año, consiguieron 6600 votos y salieron ganadores. Recibieron, entre otros elementos, 25 pelotas, arcos grandes, conos, escaleras de coordinación, indumentaria de pecheras de entrenamiento, silbatos, cronómetros y pizarra táctica.

La entrega del potrero estuvo a cargo de la sucursal Naranja de Tartagal, ubicada a unos 380 kilómetros de Acambuco. “El pueblito está en el medio del monte salteño, casi en la frontera con Bolivia. Es un camino de cornisa con más de 200 curvas, significó

un esfuerzo del equipo llegar hasta ahí, hubo que pensar la logística. Fuimos un sábado, algunos con nuestras familias, y hacía mucho frío”, recuerda José Luis Torrents, Colaborador Naranja, y agrega: “Para nosotros como local es todo un acontecimiento, no solo significa ir a entregar un premio; compartir la alegría de una persona siempre es grato. Los lugares que ganan son muy carentes, te das cuenta de lo que significa para ellos, el agradecimiento, que nunca podrían haber llegado a tener lo que vos les estás dando”. Su compañero Silvestre Campos afirma: “El mirar más allá nos deja la enseñanza de que un poquito significa mucho para otros. Al llegar, la alegría reinó en todo momento. Padres, niños, docentes y gente allegada nos recibieron con todo lo bueno y hermoso que pudieron brindarnos, pero lo que más me llenó el alma y el corazón fue ver el rostro de cada niño ex-



Los chicos de la Escuela de Fútbol Cooperativa Cauçete, en San Juan, otro de los potrereros entregados este año.

presando la enorme felicidad que solo los inocentes pueden mostrar”, dice.

Muy cerca de Acambuco, en la localidad de Aguaray, otras siete instituciones resultaron ganadoras; una cantidad curiosa, considerando que se trata de un pueblo de no más de 9000 habitantes. “Cuando los ganadores son de lugares chicos, se corre la bola, se hacen campañas para que todos se inscriban y se apoyan entre sí”, explica José Luis.

En el departamento de Itatí, Corrientes, sucedió algo similar. Fueron cinco los ganadores, gracias a “un gran trabajo de inteligencia entre el profe de Educación Física y el intendente de Ramada Paso, una localidad a 60 km de Corrientes Capital”, cuenta Guillermina Vallejos Viard, Colaboradora a cargo de estos potrereros. “Estuve en todas las entregas, son momentos superespeciales, porque chicos que ni siquiera tienen una pelota reciben cajas. O no tie-


nen zapatillas, por ejemplo, y reciben botines”, comenta.

A la escolita de fútbol El Príncipe fueron un mediodía aprovechando el

En la actualidad hay 5000 potrereros inscriptos y un millón de usuarios votando. Ya son 439 los ganadores y más de 30.000 niños beneficiados.

tiempo de almuerzo, porque para llegar había que viajar una hora desde el local. Cuando llegaron a Itatí, justo atrás de la basílica –un símbolo representati-

vo de esa provincia– los esperaban unos 60 niños, algunos pertenecientes al club y otros de la zona, que se habían acercado a ver el acontecimiento. ¡Habían conseguido 10.693 votos! Su profe, Maximiliano Maidana, dijo emocionado: “Queremos agradecer a los que día a día nos han votado, y a Naranja, por darnos la oportunidad de soñar con estos elementos que a nosotros en esta zona nos cuesta más conseguir. No hay nada más lindo que ver a los chicos felices, gracias por facilitar su entrenamiento, realmente nos sentimos privilegiados”.

En la actualidad hay 5000 potrereros inscriptos y un millón de usuarios votando. Ya son 439 los ganadores y más de 30.000 niños beneficiados. En los potrereros pasan cosas buenas; de eso, este programa no tiene dudas. 

✉ redaccion@convivimos.com.ar



Mujeres insolentes 2
Felipe Pigna

Segunda edición para contar las vidas de quienes fueron las protagonistas de la historia de Latinoamérica. Osadía, aventura, dolor y perseverancia son los rasgos que comparten entre ellas. Entre algunos de los nombres, se encuentran María Elena Walsh, Azucena Villaflor y Difunta Correa.

128 págs.
Emecé
www.planetadelibros.com.ar



Quién no
Claudia Piñeiro

Los relatos hablan sobre relaciones entre padres e hijos, vínculos de pareja, abusos de poder y escritores famosos. También, sobre temas de actualidad como el aborto y la violencia de género. Es su primer libro de cuentos.

240 págs.
Alfaguara
www.megustaleer.com.ar



Mamá
Jorge Fernández Díaz

Una adolescente española llega a la Argentina de Perón, huyendo de la miseria. Sufre, pero se asienta en el país. Luego sus hijos y nietos quieren irse a vivir a España para huir de la depresión económica. Todo vuelve a empezar.

288 págs.
Alfaguara
www.megustaleer.com.ar



Las Indias
Juan Lima y Christian Montenegro

Llegan algunos pájaros a las naves con las primeras luces de aquella mañana de octubre de 1492. Se oye a los árboles palpar como el corazón de otros árboles desconocidos. Hombres de dos mundos están por encontrarse. Una adaptación libre del *Diario de a bordo de Cristóbal Colón* en una versión poética y gráfica.

48 págs.
Comunicarte
www.comunicarteweb.com.ar

YO LEO

JUAN SASTURAIN
“Hammett es un auténtico protagonista del siglo”

Juan Sasturain se refiere a Dashiell Hammett, el escritor norteamericano que inspiró su reciente novela, *El último Hammett*. “Mi relación con él es de larguísima data. Me interesa como autor y como persona, es un auténtico protagonista del siglo XX. Fue un tipo muy interesante, un autodidacta, se alistó en la Primera Guerra Mundial, se enfermó, se casó joven, trabajó en los medios populares del momento, renovó la narrativa policial, escribió relatos y novelas. Hasta que un día puso el punto final y no volvió a escribir”, le cuenta a *Convivimos*.

Además, lo define como uno de los grandes narradores de la época, porque innovó temáticamente en el género e inauguró una nueva manera de contar, “un estilo seco, una descripción a través de los diálogos, con poca especulación sobre sentimientos, dejando que los hechos hablen”. Por eso, reconoce que Hammett fue una influencia directa en él y los colegas argentinos de su generación: “Fuimos determinados y motivados por esa literatura negra estadounidense. De allí que los primeros textos sean policiales, la diferencia es que transcurren en Buenos Aires. Nuestro desafío era trasladar esas historias a un lugar donde no nació el género”.

Si el autor de *El halcón maltés* supiera del libro que inspiró, “no creo que estuviera demasiado contento, aunque tal vez piense, está bien, es notorio el cariño y la devoción”, bromea.

¿Un libro que esté leyendo?

Cronológicamente, la obra de Joseph Conrad.

¿Uno que recomiende?

El corazón de las tinieblas, de Conrad.

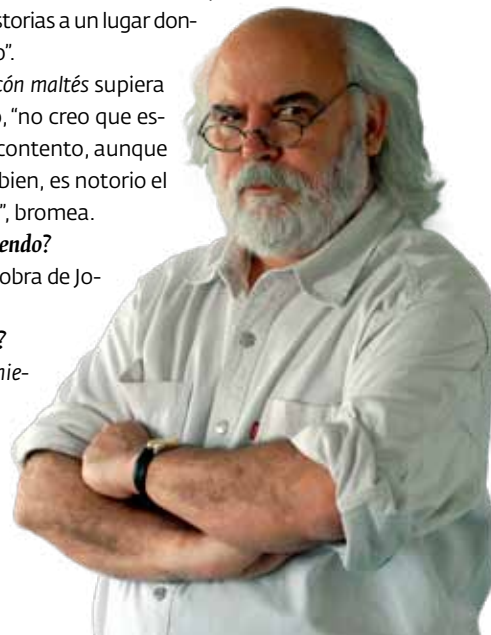


Foto: Alejandro Lipszyc

El último Hammett



Tras salir de la cárcel, y tras veinte años de silencio, el veterano escritor Dashiell Hammett intenta escribir una nueva novela, que acaso sea la última, aunque para hacerlo deberá enfrentar múltiples obstáculos. No es una biografía, es ficción.

688 págs.
Alfaguara
www.megustaleer.com.ar



- *Los divinos*. Laura Restrepo. Alfaguara.
- *La raíz (de todos los males)*. Hugo Alconada Mon. Planeta.
- *El tatuador de Auschwitz*. Heather Morris. Emecé.



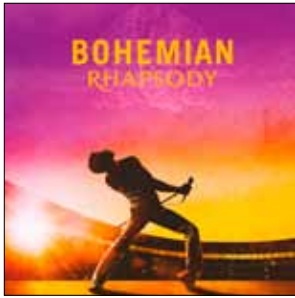
LAS MANCHAS EN LAS PAREDES, YA NO SON UN PROBLEMA



ALBALATEX ULTRALAVABLE, repele líquidos, evita manchas y es fácil de limpiar sin dejar aureola.

Con Tecnología Ultraresist





Bohemian Rhapsody
Banda sonora

Es la música de la película homónima, que cuenta la vida de Freddie Mercury y su banda. Por primera vez, están disponibles los audios del legendario show Live Aid, de Queen, de 1985. Además incluye canciones de toda su carrera, nuevas versiones de clásicos y favoritos.

Virgin EMI
www.universalmusic-conosur.com



Coplas del violinero
Néstor Garnica

Chacareras, huaynos y cuecas son algunos de los estilos que marcan sus nuevas composiciones. En cada una de las canciones dice cantarles a la vida y al amor, y en todas sobresa su virtuosismo y energía en la ejecución del violín.

B&M
www.bymdiscoclub.com.ar.ar



Firmamento
Dúo Karma

Se trata de un libro-disco para los más chicos. La música suena a Cuba con sones, chachachás y congas, sin dejar de lado ritmos más universales. Cuenta con la participación especial de Silvio Rodríguez.

Independiente
karmamundosonajero.jimdo.com



La paciencia está en nuestros corazones
Colegiales Trío

El pianista Adrián Iaies realizó este trabajo junto a la contrabajista Diana Arias y el percusionista Facundo Guevara. En el álbum, sin abandonar la esencia del jazz, indagan sobre formas y colores del folklore. Las composiciones son de Iaies.

DBN
www.dbndiscos.com

YO ESCUCHO

VALDÉS
“El disco representa una etapa más madura”

“Y el que venga, probablemente, lo sea aún más”, dice Pancho Valdés, el 50 por ciento de la banda que conforma con su hermano Edu, y lleva su apellido: Valdés. Los cordobeses lanzaron un nuevo material al que llamaron *Gris*, “porque representa la fusión de nuestras personalidades tan opuestas”, le cuenta a *Convivimos*. Por eso, “los roles en la banda son muy distintos. Yo soy más histriónico, canto y bailo en el escenario mirando a la gente; mi hermano está más en la sombra, produciendo. En rasgos generales, podría decirse que Edu es el cerebro y yo el corazón. Entonces ninguno se pisa haciendo lo que tiene que hacer, convivimos naturalmente así”.

Al álbum le queda mucho por recorrer. “Esperamos seguir viajando, conociendo gente nueva, hacer que nuestra música se conozca más. Crecer de a poco y tener los pies sobre la tierra. Siento que el camino de cada disco es crecer cada vez más”. En ese sentido, para este segundo trabajo se asumieron compositores: “Hicimos canciones con estética electrónica, en vez de hacer bases electrónicas que se volvieran canciones. Están mucho más cuidadas las letras, lo que se quiere decir y el orden en el que aparecen. Se trata de la madurez del proyecto. La banda va mutando sola”.

¿Un disco?

Prenda, de Francisco Victoria. Igual soy más de escuchar canciones que discos.

¿Uno que recomiendes?

Clics modernos, de Charly García.



+

- *Carnaval. Los Tekís. Universal Music.*
- *Raise Vibration. Lenny Kravitz. BMG.*
- *Oxígeno. Malú. Sony Music.*



Gris

Ocho tracks que parten del amor y terminan en el desamor; de alguna manera, el orden va contando una historia. Perfeccionaron su esencia de canción electrónica y crearon una propuesta que invita a bailar.

Geiser Discos
www.geiserdiscos.com.ar

\$265 **2 COMBOS BIG KING®**
Con gaseosa y papas regulares.

RCV107309

PRESENTANDO ESTE CUPÓN TE LLEVAS DOS COMBOS BIG KING® CON GASEOSA Y PAPAS REGULARES POR \$265.

VALIDO DEL 1º DE JUNIO AL 30 DE JUNIO EN TODOS LOS LOCALS BURGER KING ARGENTINA EXCEPTO MAR DEL PLATA Y MAR DEL TORNADO COMBINABLES CON OTRAS OFERTAS Y PROMOCIONES. NO VALIDO PARA DELIVERY. TM & © 2018 BURGER KING CORPORATION. SE OTORGA BAJO LICENCIA. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. FAST FOOD SUDAMERICANA S.A. AL LEGISLADOR NACIONAL Y LA LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES. PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN EN LA PUBLICIDAD. LEY N° 26.361.

\$125 **COMBO DOBLE CLÁSICA C/QUESO**
Con gaseosa y papas regulares.

RCV106783

PRESENTANDO ESTE CUPÓN TE LLEVAS UN COMBO DOBLE CLÁSICA CON QUESO CON GASEOSA Y PAPAS REGULARES POR \$125.

VALIDO DEL 1º DE JUNIO AL 30 DE JUNIO EN TODOS LOS LOCALS BURGER KING ARGENTINA EXCEPTO MAR DEL PLATA Y MAR DEL TORNADO COMBINABLES CON OTRAS OFERTAS Y PROMOCIONES. NO VALIDO PARA DELIVERY. TM & © 2018 BURGER KING CORPORATION. SE OTORGA BAJO LICENCIA. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. FAST FOOD SUDAMERICANA S.A. AL LEGISLADOR NACIONAL Y LA LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES. PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN EN LA PUBLICIDAD. LEY N° 26.361.

\$290 **2 COMBOS EXTRA BURGER**
Con gaseosa y papas regulares.

RCV107305

PRESENTANDO ESTE CUPÓN TE LLEVAS DOS COMBOS EXTRA BURGER CON GASEOSA Y PAPAS REGULARES POR \$290.

VALIDO DEL 1º DE JUNIO AL 30 DE JUNIO EN TODOS LOS LOCALS BURGER KING ARGENTINA EXCEPTO MAR DEL PLATA Y MAR DEL TORNADO COMBINABLES CON OTRAS OFERTAS Y PROMOCIONES. NO VALIDO PARA DELIVERY. TM & © 2018 BURGER KING CORPORATION. SE OTORGA BAJO LICENCIA. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. FAST FOOD SUDAMERICANA S.A. AL LEGISLADOR NACIONAL Y LA LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES. PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN EN LA PUBLICIDAD. LEY N° 26.361.

\$225 **2 COMBOS HAMBURGUESA DOBLE CON QUESO**

RCV106763

PRESENTANDO ESTE CUPÓN TE LLEVAS DOS COMBOS HAMBURGUESA DOBLE CON QUESO CON GASEOSA Y PAPAS REGULARES POR \$225.

VALIDO DEL 1º DE JUNIO AL 30 DE JUNIO EN TODOS LOS LOCALS BURGER KING ARGENTINA EXCEPTO MAR DEL PLATA Y MAR DEL TORNADO COMBINABLES CON OTRAS OFERTAS Y PROMOCIONES. NO VALIDO PARA DELIVERY. TM & © 2018 BURGER KING CORPORATION. SE OTORGA BAJO LICENCIA. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. FAST FOOD SUDAMERICANA S.A. AL LEGISLADOR NACIONAL Y LA LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES. PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN EN LA PUBLICIDAD. LEY N° 26.361.

\$115 **COMBO ITALIANO**
Con gaseosa y papas regulares.

RCV106776

PRESENTANDO ESTE CUPÓN TE LLEVAS UN COMBO ITALIANO CON GASEOSA Y PAPAS REGULARES POR \$115.

VALIDO DEL 1º DE JUNIO AL 30 DE JUNIO EN TODOS LOS LOCALS BURGER KING ARGENTINA EXCEPTO MAR DEL PLATA Y MAR DEL TORNADO COMBINABLES CON OTRAS OFERTAS Y PROMOCIONES. NO VALIDO PARA DELIVERY. TM & © 2018 BURGER KING CORPORATION. SE OTORGA BAJO LICENCIA. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. FAST FOOD SUDAMERICANA S.A. AL LEGISLADOR NACIONAL Y LA LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES. PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN EN LA PUBLICIDAD. LEY N° 26.361.

GASEOSA Y PAPAS GRATIS **KING DE POLLO® FRANCÉS**

RCV107322

PRESENTANDO ESTE CUPÓN Y COMPRANDO UN KING® DE POLLO FRANCÉS TE LLEVAS GASEOSA Y PAPAS REGULARES GRATIS.

VALIDO DEL 1º DE JUNIO AL 30 DE JUNIO EN TODOS LOS LOCALS BURGER KING ARGENTINA EXCEPTO MAR DEL PLATA Y MAR DEL TORNADO COMBINABLES CON OTRAS OFERTAS Y PROMOCIONES. NO VALIDO PARA DELIVERY. TM & © 2018 BURGER KING CORPORATION. SE OTORGA BAJO LICENCIA. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. FAST FOOD SUDAMERICANA S.A. AL LEGISLADOR NACIONAL Y LA LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES. PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN EN LA PUBLICIDAD. LEY N° 26.361.

Seguí Disfrutando
DE MÁS BENEFICIOS EN
REVISTA
CONVIVIMOS



DESCARGÁ
NUESTRA
APP

\$275 **2 COMBOS WHOPPER®**
Con gaseosa y papas regulares.

RCV106750

PRESENTANDO ESTE CUPÓN TE LLEVAS DOS COMBOS WHOPPER® CON GASEOSA Y PAPAS REGULARES POR \$275.

VALIDO DEL 1º DE JUNIO AL 30 DE JUNIO EN TODOS LOS LOCALS BURGER KING ARGENTINA EXCEPTO MAR DEL PLATA Y MAR DEL TORNADO COMBINABLES CON OTRAS OFERTAS Y PROMOCIONES. NO VALIDO PARA DELIVERY. TM & © 2018 BURGER KING CORPORATION. SE OTORGA BAJO LICENCIA. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. FAST FOOD SUDAMERICANA S.A. AL LEGISLADOR NACIONAL Y LA LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES. PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN EN LA PUBLICIDAD. LEY N° 26.361.

EL SEGUNDO -50% **2 SUNDAE**
Sundae para dos.

RCV108049

PRESENTANDO ESTE CUPÓN Y COMPRANDO UN SUNDAE TE LLEVAS EL SEGUNDO AL 50% OFF.

VALIDO DEL 1º DE JUNIO AL 30 DE JUNIO EN TODOS LOS LOCALS BURGER KING ARGENTINA EXCEPTO MAR DEL PLATA Y MAR DEL TORNADO COMBINABLES CON OTRAS OFERTAS Y PROMOCIONES. NO VALIDO PARA DELIVERY. TM & © 2018 BURGER KING CORPORATION. SE OTORGA BAJO LICENCIA. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. FAST FOOD SUDAMERICANA S.A. AL LEGISLADOR NACIONAL Y LA LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES. PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN EN LA PUBLICIDAD. LEY N° 26.361.

\$225 **2 COMBOS HAMBURGUESA DOBLE CON QUESO**

RCV106763

PRESENTANDO ESTE CUPÓN TE LLEVAS DOS COMBOS HAMBURGUESA DOBLE CON QUESO CON GASEOSA Y PAPAS REGULARES POR \$225.

VALIDO DEL 1º DE JUNIO AL 30 DE JUNIO EN TODOS LOS LOCALS BURGER KING ARGENTINA EXCEPTO MAR DEL PLATA Y MAR DEL TORNADO COMBINABLES CON OTRAS OFERTAS Y PROMOCIONES. NO VALIDO PARA DELIVERY. TM & © 2018 BURGER KING CORPORATION. SE OTORGA BAJO LICENCIA. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. FAST FOOD SUDAMERICANA S.A. AL LEGISLADOR NACIONAL Y LA LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES. PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN EN LA PUBLICIDAD. LEY N° 26.361.

2x1 **COMBO EXTRA CHEDDAR**
Extra cheddar para dos.

RCV106189

PRESENTANDO ESTE CUPÓN Y COMPRANDO UN COMBO EXTRA CHEDDAR CON GASEOSA Y PAPAS REGULARES TE LLEVAS OTRO COMBO IGUAL GRATIS.

VALIDO DEL 1º DE JUNIO AL 30 DE JUNIO EN TODOS LOS LOCALS BURGER KING ARGENTINA EXCEPTO MAR DEL PLATA Y MAR DEL TORNADO COMBINABLES CON OTRAS OFERTAS Y PROMOCIONES. NO VALIDO PARA DELIVERY. TM & © 2018 BURGER KING CORPORATION. SE OTORGA BAJO LICENCIA. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. FAST FOOD SUDAMERICANA S.A. AL LEGISLADOR NACIONAL Y LA LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES. PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN EN LA PUBLICIDAD. LEY N° 26.361.

EL SEGUNDO -50% **2 COMBOS TOSTADO J&Q**
Válido desde la apertura hasta las 11 y de 16 a 20hs

RCV107101

PRESENTANDO ESTE CUPÓN Y COMPRANDO UN COMBO TOSTADO JAMÓN Y QUESO TE LLEVAS EL SEGUNDO AL 50% OFF.

VALIDO DEL 1º DE JUNIO AL 30 DE JUNIO EN TODOS LOS LOCALS BURGER KING ARGENTINA EXCEPTO MAR DEL PLATA Y MAR DEL TORNADO COMBINABLES CON OTRAS OFERTAS Y PROMOCIONES. NO VALIDO PARA DELIVERY. TM & © 2018 BURGER KING CORPORATION. SE OTORGA BAJO LICENCIA. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. FAST FOOD SUDAMERICANA S.A. AL LEGISLADOR NACIONAL Y LA LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES. PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN EN LA PUBLICIDAD. LEY N° 26.361.

\$265 **2 COMBOS BIG KING®**
Con gaseosa y papas regulares.

RCV107309

PRESENTANDO ESTE CUPÓN TE LLEVAS DOS COMBOS BIG KING® CON GASEOSA Y PAPAS REGULARES POR \$265.

VALIDO DEL 1º DE JUNIO AL 30 DE JUNIO EN TODOS LOS LOCALS BURGER KING ARGENTINA EXCEPTO MAR DEL PLATA Y MAR DEL TORNADO COMBINABLES CON OTRAS OFERTAS Y PROMOCIONES. NO VALIDO PARA DELIVERY. TM & © 2018 BURGER KING CORPORATION. SE OTORGA BAJO LICENCIA. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. FAST FOOD SUDAMERICANA S.A. AL LEGISLADOR NACIONAL Y LA LEY DE PROTECCIÓN DE DATOS PERSONALES. PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN EN LA PUBLICIDAD. LEY N° 26.361.



01, 02, 03
/ 11

Residente

1º de noviembre, en Plaza de la Música, Córdoba; 2, en Metropolitano, Rosario; 3, en Hipódromo de Palermo, Buenos Aires.



06, 10 / 11

Roger Waters

6 y 10 de noviembre, a las 21, en Estadio Único de La Plata, calle 32 y 25, La Plata.



17 / 11

Blondie en Rock & Pop Festival

17 de noviembre, a las 16, en Estadio Obras, Av. Libertador 7395, Buenos Aires.

AGENDA

Noel Gallagher. 3 de noviembre, a las 21, en Metropolitano, Junín 501, Rosario; 4, en Luna Park, Av. Madero 470, Buenos Aires.

Adriana Varela. 3 de noviembre, a las 21:30, en ND Ateneo, Paraguay 918, Buenos Aires.

Jairo. 2 de noviembre en San Martín; 3, en Buenos Aires; 9, en Morón; 10, en Lomas de Zamora; 16, en Rosario; 17, en Quilmes; 22, en Córdoba; 30, en Ituzaingó.

Amores tangos. 3 de noviembre, a las 22, en Teatríz, Diagonal Pueyrredón 3338, Mar del Plata.

CheChelos. 9 de noviembre, a las 21:30, en Studio Theater, Rosario de Santa Fe 272, Córdoba.

DESDE LA PISTA

MARIA CREUZA

“Es un placer cantar a Vinicius”

María Creuza, la voz elegida por el brasileiro, tiene motivos de sobra para seguir homenajeándolo después de tantos años. “Es un legado extraordinario, no tengo por qué no cantarlo. Es un placer, un reconocimiento y una alegría. La magia de su poesía, las letras extraordinarias que dejó para siempre. Yo quiero seguir cantando a un poeta así”, le dice a *Convivimos*. Vinicius de Moraes fue uno de los referentes fundacionales del *bossa nova*.

La bahiana confiesa que el compositor del clásico *Garota de Ipanema* la convocó argumentando que al escucharla encontró lo que buscaba para cantar con él. “Me dijo las cosas más lindas que he oído: ‘Tu voz me acaricia, me encanta el color y la forma suave de cantar’. Toqué el cielo con las manos, fue una oportunidad extraordinaria”.

Desde septiembre está recorriendo el país, y asegura que al argentino le encanta el fraseo y la cadencia de la música brasileña: “No hay límites del idioma, porque por más que no entienda la mayoría de las palabras, llega de una forma tan especial que conquista al público”.

Tiene 74 años y ningún secreto a la hora de cuidar su voz. “Los días previos a los conciertos me cuido mucho la garganta, tratando de hablar tranquila, de no enojarme, tomando agua con limón y durmiendo bastante; cosas tan simples como la receta de la abuela. Un médico me recomendó estar 24 horas callada y es lo mejor”.

¿El último recital?

Ivete Sangalo.

¿Un artista que recomiendes en vivo?

João Bosco.



09, 17,
18, 23
/ 11



Maria Creuza le canta a Vinicius

Con su deliciosa voz, interpreta temas de su maestro. También incluye en el repertorio clásicos de Tom Jobim, Baden Powell o Djavan.

9 de noviembre en Centro Cultural Atlas, Rosario; 17, en El Teatrino, Salta; 18, en Teatro Alberdi, Tucumán; 23, en CCSI, San Isidro.

NUEVAS

GEORGALOS

Flow cereal

BARRAS DE CEREAL
NUEVO DISEÑO, NUEVA FÓRMULA



IDEALES PARA COMER EN CUALQUIER MOMENTO DEL DÍA
Y EN TODO LUGAR.



DANZA

12 Chinese Zodiac

Percusión y danza se unen para representar el horóscopo chino y sus características. Más de 50 artistas en escena muestran los rasgos de cada animal del Zodíaco, siguiendo doce momentos históricos de China.

26 y 27 de noviembre, a las 20:30, en Teatro Coliseo, Marcelo T. de Alvear 1125, Buenos Aires.



TEATRO

El Búfalo Americano

Tres aprendices de ladrones planeando un robo que huele a fracaso desde el principio. Habrá un plan, pero también una traición.

2 de noviembre, en Teatro Verdi, Hipólito Yrigoyen 329, Villa María, Córdoba; 3 y 4, en Teatro Ciudad de las Artes, Av. Pablo Ricchieri 1955, Córdoba; 30, en Teatro Broadway, San Lorenzo 1223, Rosario.



ARTES VISUALES

Pérez Celis, nuestro vecino

Una muestra del multifacético artista, quien entre otros trabajos realizó el mural del estadio Boca Juniors. Es reconocido a nivel mundial y sus obras se encuentran en museos del mundo. **Hasta el 26 de noviembre, de lunes a sábados de 10 a 20, en Casa Central de la Cultura Popular, Av. Iriarte 3500, Buenos Aires.**

EN ESCENA

LEONOR BENEDETTO

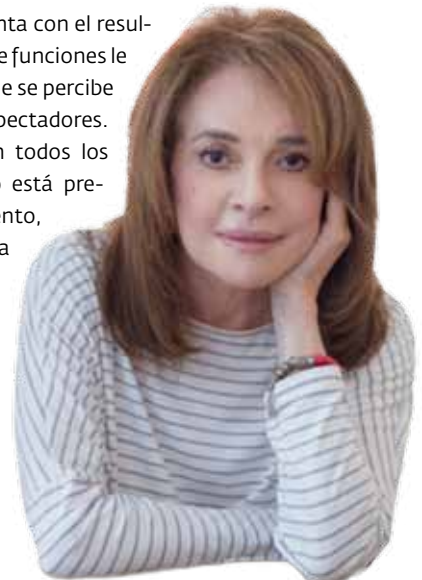
“El público se queda magnetizado con lo que ve”

Es la primera vez que Leonor Benedetto interpreta una obra de William Shakespeare y el debut lo hace con *Hamlet*, una de las obras emblemáticas del inglés. “Que sea un clásico tiene la desventaja de que casi la mayoría de las personas ha oído hablar de él o le suena el autor. Que sea considerada la mejor obra dramática que se ha escrito nunca es una ventaja, como también la libertad del director para la adaptación”, le dice a *Convivimos*. Su papel es el de Gertrudis, un personaje que la conmovió, aunque al momento de encararlo no pudo evitar ser ajena a “esa especie de respeto reverencial”. “Me acerqué con bastante timidez y con la propuesta, que no es correcta ni justa, tanto para *Hamlet* como para mí, de hacer un gran trabajo”, cuenta. Además, confiesa que tuvo algunas dificultades para componerlo, porque la propuesta del director Patricio Orozco era diferente a otras versiones: “Es más solidaria con otras mujeres, no una bruja, bastante ríspida y rígida. Creo que me costó tanto porque no tenía modelos. Al mismo tiempo, la posibilidad de hacerla distinta me sedujo muchísimo”.

La actriz está contenta con el resultado, y la cantidad de funciones le permite asegurar que se percibe la emoción de los espectadores. “Están mirando con todos los sentidos, el público está presente en el momento, en silencio, se queda magnetizado con lo que ve”, relata.

¿Una obra que viste y que recomiendes?

Matate, amor, con Érica Rivas.



AGENDA

- **La patada del camello.** Sábados de noviembre, a las 21, en El Método Kairós, El Salvador 4530, Buenos Aires.
- **Tatiana.** 2, 3, 9, 10 y 11 de noviembre, a las 21, en Nave Cultural, Av. España y J. A. Maza, Mendoza.
- **El cascanueces, Ballet Nacional de Rusia.** 25 de noviembre, en Quality Espacio, Av. Cruz Roja 200, Córdoba; 28, en Teatro Gran Rex, Av. Corrientes 857, Buenos Aires.
- **Traidores los días que huyeron, de Roberto Jacoby.** Hasta 4 de noviembre, de martes a domingos de 11 a 19, en Castagnino + Macro, Avda. Brigadier Estanislao López 2250, Rosario.
- **Grandes maestros, un homenaje.** Hasta el 30 de diciembre, en Casa Nacional del Bicentenario, Riobamba 985, Buenos Aires.



Hamlet

La revisión de este clásico propone una nueva mirada hacia los personajes femeninos. El punto de partida será Gertrudis pidiéndole a Hamlet que trate bien a su padre, señalando al rey Claudio.

Viernes y sábados de noviembre, a las 22, en Centro Cultural de la Cooperación, Av. Corrientes 1543, Buenos Aires.



YERBA MATE
ELABORADA CON PALO
ESTACIONADA

TARAGÜI

ELABORADA POR
ESTABLECIMIENTO LAS MARIAS
GOÇAL, VILANOVIA - CERRENTIN

INDUSTRIA ARGENTINA
PESO NETO 500g

**SUBITE
AL SABOR** 

QUE NO SE QUEDA

A MITAD DE CAMINO



ESTABLECIMIENTO
LAS MARIAS



Animales fantásticos: Los crímenes de Grindelwald

El poderoso mago oscuro Gellert Grindelwald, que fue capturado con la ayuda de Newt Scamander, ha escapado. Ahora ha comenzado a reunir seguidores para alzar a los magos purasangre para reinar sobre todas las criaturas no mágicas. En un esfuerzo por detenerlo, Albus Dumbledore recluta a Newt, su antiguo estudiante, que no tiene idea de los peligros que le aguardan.



La chica en la telaraña

La joven hacker Lisbeth Salander, capaz de infiltrarse en los mejores sistemas de seguridad del mundo, se alía al periodista Mikael Blomkvist, un lobo solitario decidido a defender la verdad por encima de todo. Ambos se encuentran atrapados en una red de espías, ciberdelincuentes y funcionarios corruptos del gobierno, y deberán hacer todo lo posible para salir con vida.



Eso que nos enamora

Ariel es una persona que, llegando a sus treinta años, dista de ser alguien exitoso. Después de una larga relación, su novia lo deja, harta de su inmadurez y su indecisión por formar una familia. Sin amor, sin casa y sin trabajo, Ariel, que atraviesa la peor de las pesadillas, busca refugio en la vivienda de su primo, un tipo bueno para nada, que está cumpliendo el sueño adolescente de tener en su casa su propio bar para llenarlo de amigos.



Julia y el zorro

Julia, una exbailarina de 40 años, y su pequeña hija de 12, Malena, se aíslan en una casa de campo de las sierras de Córdoba. Tratan de superar el duelo de la muerte de su esposo y padre. Los días pasan sombríos hasta que Julia conoce a Gaspar, un joven bailarín de 20 años que la anima a presentarse a un concurso de baile en la peña del pueblo.

YO VI

JUANA VIALE

“Me gusta la psicología de los dramas”

Cuenta Juana Viale sobre qué le atrae del género más repetido en su filmografía. Aunque asegura que no podría encasillarse en ninguno, *Camino sinuoso* suma otro punto al drama. La decisión de sumarse al proyecto tuvo que ver con la cuestión psicológica del personaje: “Me interesaba interpretar a esta mujer que venía con tantos golpes y temas sin resolver, muy ajenos a mí. Desde el vamos componerla era una desafío”, le cuenta a *Convivimos*. Además, adelanta que se trata de una historia compleja, sensible y enroscada: “Habla de cómo nadie está exento del dolor, de la frustración. Es un poco verse a uno mismo en ciertas situaciones, sirve para hacer un análisis de la vida, de lo que somos”. Está feliz por el estreno y porque cada vez más, “en los comentarios de las familias, resuenan más las películas nacionales que los títulos de afuera”.

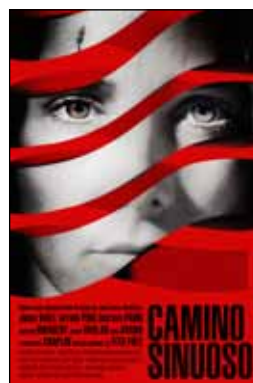
Por otra parte, piensa que ser artista es un camino cien por ciento sinuoso, “no hay estabilidad ni una línea recta, nada asegurado. Se trata de hacer al andar, buscando oportunidades. Depende de la cuota de la suerte y el agrado del público”. Sin embargo, nada es un obstáculo para hacer lo que ama: “Cuando está sucediendo, ya sea filmando o en el teatro, puede detenerse el tiempo o pasar un desastre natural que ni me entero de tan metida en ese presente que estoy viviendo”.

¿La última película que viste?

Una panadería en Tokio, de Naomi Kawase.

¿Una que recomiendes?

La decisión de Sofía, de Alan J. Pakula.



Camino sinuoso

Mía es una exatleta olímpica expulsada de una competencia internacional por consumo de drogas no permitidas. Pero esta no es la única noticia que la golpeará emocionalmente. Su padre está enfermo y deberá volver a su ciudad natal, teniendo que ocuparse de algunos otros problemas familiares y enfrentar un pasado oscuro.

Estreno 8 de noviembre.



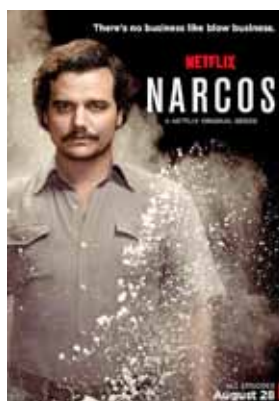
- *Ruleta rusa* (Eduardo Meneghelli).
- *Mi mejor amigo* (Martin Deus).
- *Unidad XV, la fuga* (Martín Desalvo).

Con sabor latino

En los últimos años, las series que se realizan en países de Latinoamérica se convirtieron en una especie de moda. En esta nota, repasamos algunos de los shows que se abren camino en este mercado cada vez más competitivo.

Por **Leonardo González**

Series, miniseries o unitarios siempre se han hecho en nuestro país y en los que se encuentran al sur del río Bravo. Pero lo que sí realmente se modificó para ellas fue haber caído en la mira de grandes cadenas televisivas y servicios de streaming, que siempre están a la búsqueda de producir buen material. Vamos a mencionarles algunas producciones que marcaron el camino para este buen momento y otras que ya se están exportando hacia el exterior. Es obligatorio comenzar con la colombiana *Narcos* (2015), que aborda la vida del narcotraficante Pablo Escobar y el funcionamiento de las redes que tenía. La serie fue un éxito tremendo y ya se anunció una cuarta temporada. *La vida secreta de las parejas* (*A Vida Secreta dos Casais*, 2017) es una producción brasileña que trata sobre una sexóloga que practica terapias alternativas tratando de ayudar a personas con muchos problemas, a la vez que debe lidiar con los propios. La comedia mexicana *Club de cuervos* (2015) se mete con el mundo del fútbol y el entramado de mafia y corrupción que abunda en él. Desde la Argentina hacia el mundo se produjo *El jardín de bronce* (2016), sobre un padre que deja todo para investigar la desaparición de su hijita de cuatro años. Actualmente, se está grabando la segunda temporada. *Perdona nuestros pecados* (2017-2018) cuenta la historia de una familia aristocrática chilena de la década del 50. Fue la serie más larga emitida en la televisión trasandina. *El marginal* (2016), que cuenta cómo un policía se infiltra en una cárcel para resolver un secuestro, comenzó emitiéndose en la televisión pública. Llegó a Israel y Francia, entre otros países, pero al subirse a Netflix se hizo masiva. Acaba de terminar la segunda temporada y van por la tercera. Una de las series



más originales salidas de Brasil es *3%* (2016), que cuenta cómo en un futuro distópico el mundo está dividido en “zonas de progreso y de devastación”. A la gente se le da la chance de pasar al “mejor lado”, pero solo a un pequeño porcentaje. Por último, de México también tenemos *Dios Inc.* (2016), que trata la historia de un catedrático que descubre la tumba del creador del concepto de Dios.

Como vimos, ya no hace falta mirar a Estados Unidos o a algún país de Europa para encontrar una serie y fanatizarse con ella. Las producciones latinoamericanas renovaron las plantillas y vienen pisando cada vez más fuerte. Como bien canta Joan Manuel Serrat, el sur también existe. Y ahora, más que nunca. **■**

ADN SOBRE SERIES LATINOAMERICANAS

- Se buscan series provenientes de países latinoamericanos por su originalidad y sus formas narrativas distintas.
- Las temáticas de las series suelen ser concebidas para atraer a jóvenes y adultos por igual.
- Si bien es importante que mantengan su idiosincrasia, estas producciones también se piensan para su venta y consumo en el exterior.
- Es importante pensar que hay un gran porcentaje de gente de habla hispana viviendo en otros países a los cuales las empresas apuntan con sus productos por ser un gran mercado.

Café con Ceci Saia

“Soy como la hermana mayor de mis seguidores”

Ceci Saia supo hacer de su nombre una marca. Con más de diez años de exploración en los nuevos formatos de comunicación, tiene su lugar en el mundo digital.

Por Dai García Cueto Foto Belén Grosso

La cama, tendida; los platos, lavados; toda la casa está ordenada cuando Cecilia Saia vuelve de uno de sus viajes. Lo único que es un caos es la agenda con tareas pendientes que quedaron antes de irse. “Salgo dejando cosas que tengo que hacer para ocuparme después; sin embargo, cuando llego, hay una pila de papeles con responsabilidades, que incluso ya me había olvidado”, le confiesa a *Convivimos*, recién aterrizada de un recorrido por Europa.

Siempre está ocupada, porque el trabajo de *youtuber* insume más tiempo del imaginado e incluye tareas diversas. “Mi equipo entero soy yo, hago desde las relaciones con los clientes hasta responder *mails* y escribir los guiones. Es un trabajo que en un medio tradicional tendría mínimo cinco personas; en cambio, en mi medio digital soy yo sola. Es como si tuviera varias profesiones en una, y en muchas de ellas no cuento con ninguna formación. Por ejemplo, a editar videos aprendí por tutoriales. Es un trabajo *full time* o más”, cuenta desde su casa en Buenos Aires, donde vive con Emma, su perra.

Pero no es solo una chica de YouTube, también escribe un blog sobre viajes. Por eso, arma las valijas seguido para instalarse por unos días en alguna ciudad del mundo. Generalmente, los destinos se los proponen compañías y hoteles

interesados en brindar información a sus seguidores. Si bien viajar es una de las actividades que más disfruta, a veces le resulta difícil relajarse cuando lo hace por ocio: “Empecé a entender que cuando quería un momento para mí, no tenía que retratarlo. Si estoy de turista, no saco la cámara, porque si no, entro en

“Los *youtubers* tenemos una responsabilidad muy grande, porque el que te mira te toma como un modelo”.

modo trabajo y enseguida estoy pensando ‘Es una buena foto para Instagram’”.

Además, es licenciada en Psicología y acaba de publicar una novela, *Un verano en abril*. “Siempre estuvo el deseo de escribir, soy muy lectora y amo la literatura. Tenía esta idea flotando hace varios años, a la que iba sumando escenas en mi cabeza. Hasta que tuve la suerte inmensa de que Penguin Random House buscara escritores nuevos y me llegó su propuesta”, cuenta. La tarea no le fue sencilla, porque estaba acostumbrada a un perfil más informativo: “Una cosa es consumir ficción, y otra, escribirla. Es

una experiencia increíble, te involucra en todos los niveles. Mi alma está en ese libro”.

Como no puede categorizarse en una sola vocación, asegura que es todo lo que hace y se autodefine como creadora de contenidos, ya que genera producciones para distintas plataformas. “Admiro a las personas que tienen una sola pasión. A mí siempre me gustaron muchas cosas en simultáneo, me caracterizaron intereses muy diversos, y vocacionalmente me pasó lo mismo”, explica. Sin embargo, siempre tuvo claros algunos sueños, que en la vida, de alguna manera, concretó. Su máximo deseo era ganar un premio Óscar, y aunque no tiene carrera de actriz, igualmente pudo caminar la alfombra. Lo hizo invitada por TNT para cubrir la ceremonia de 2017. “Fue un impacto emocional muy fuerte. Ahora me quedó un espacio de vida vacío, tengo que llenarlo con una consigna más adulta, preguntarme ‘¿Cuál es el próximo sueño de mi vida?’. Todavía estoy buscando la respuesta”.

¿Cómo llegaste a ser *youtuber*?

Fue una conjunción de muchas cosas que me hicieron caer en ese rol. Me gustaba el tema escénico, pero no prosperó. Soy muy mala como actriz y en algún momento dije “Eso fue un sueño infantil, no lo voy a perseguir”, y quedó en el pasado. Tenía 22 años cuando empecé a escribir un blog sobre tecnología, y ahí me acostumbré rápidamente a compartir lo que pensaba. Hace



Ceci Saia, recién llegada a Buenos Aires. Piensa que el mundo es muy grande, y viaja para conocer sus distintas culturas.

unos seis años empecé a ver canales de YouTube, personas expresándose a través de un video, sin ningún *casting*, sin requisito profesional, y me pareció más democrático. Tardé dos años en animarme. Es la plataforma que me permite la conjunción de dos cosas que me gustan: la cámara y sacar lo creativo, exponerme como cuando era chica. Al mismo tiempo, puedo contar lo que me parece interesante, me gusta compartir el entusiasmo, disfruto eso de decir “Mirá esto qué bueno, por ahí te gusta también”, ya sea un viaje o una película.

¿La psicología te ayudó a superar la vergüenza inicial? ¿Cómo la incorporás en tu trabajo?


La psicología es interesante. Por un lado, se puede tener mucho conocimiento y no siempre poder aplicarlo a uno mismo. Puedo ayudar a alguien, pero no necesariamente a mí. Es una carrera fabulosa, porque te da una mirada sobre la vida, las personas y los problemas. Claro que lo tengo en cuenta para mis videos, mi conocimiento se traduce siempre. Me interesa que lo que muestro sea positivo y emocionalmente saludable. Los *youtubers* tenemos una responsabilidad muy grande, porque

el que te mira te toma como un modelo. Soy consciente de eso, y por lo tanto intento que el contenido lo ayude a estar mejor.

¿La alegría se contagia?

Creo totalmente que la alegría se contagia. Empecé con un canal de YouTube personal, luego me abrí el de viajes, pero no para presumir sobre ellos, sino porque yo me alegro cuando otra persona está haciendo algo lindo. Desde esa misma forma quiero compartirles lo que hago. Soy una persona que encara las cosas con buena onda, entonces mis canales convocan gente con la misma cualidad.

¿Qué palabras claves están en tu búsqueda?

“Buena onda”. “Consejos”. “Viajes”, “perritos”... No creo que me busquen así, pero me gusta pensar que soy la hermana mayor de mi público. No soy adolescente como muchos de los *youtubers*, terminé la universidad hace tiempo. Sin embargo, me gusta estar ahí para decirles a mis seguidores aquello que me hubiera gustado que me dijeran cuando estaba creciendo. 

✉ redaccion@convivimos.com.ar

CAFÉ CON NUEVA SEGUIDORA

Antes tomaba solo té, tal como se hacía en los desayunos y las meriendas de su casa familiar. En su último viaje a España conoció el café, y confiesa que está buenísimo, aunque hasta el momento únicamente lo degusta con leche.

Su canal de YouTube sobre consejos y comedia tiene más de 350 mil suscriptores, la mayoría, entre 18 y 24 años, mientras que el canal de viajes suma unos 50 mil, que van desde los 25 a los 35 años. Del total de seguidores, un 70 por ciento son mujeres.

Autos de la infancia

Por Crist



**INSCRIPCIONES ABIERTAS
MODALIDAD ONLINE**



#egresadosUBP



pabloocco Pablo Bocco. 👤 Director general 🏠 @techo_org 🇸🇩 Haití 🎓 @ublaspascal
 👤 #egresadosUBP 🧐 #saberysaberhacer

VOS TAMBIÉN PONÉ TU CARRERA EN ON
 0810 1 22 33 UBP (827) - www.ubp.edu.ar





CONCURSO

La página en blanco

(No me dejen así, ¡por favor!)

CONVIVIMOS

Nombre y apellido :.....
Domicilio y código postal :.....
Teléfono / E-mail :.....

Enviala a lectores@convivimos.com.ar o entregala en la Casa Naranja más cercana. ¡Participás en el sorteo de un libro a elección!

Promoción sin obligación de compra, válida desde el 01/01/18 al 15/12/18 para todo el país. Premios: 36 libros de interés general a elección del beneficiario. Consulte bases y condiciones en www.naranja.com. Se elegirán 3 beneficiados por mes.

El ganador podrá optar entre los siguientes títulos: *Origen*, de Dan Brown; *Las ciudades invisibles*, de Italo Calvino; *Una suerte pequeña*, de Claudia Piñeiro; *No a mucha gente le gusta esta tranquilidad*, de María Teresa Andruetto; *Nacida bajo el fuego de Aries*, de Florencia Bonelli; *El fútbol de la mano*, de Eduardo Sacheri; *La verdadera explicación*, de Pablo Bernasconi; *El Principito*, de Antoine de Saint Exupéry.



N

NUSS

BUENOS AIRES SOHO

HOTEL BOUTIQUE

• PRIMAVERA •

EN PALERMO SOHO

POR TRABAJO O POR PLACER

HABITACIONES AMPLIAS Y LUMINOSAS
GRAN TERRAZA EN EL 4TO PISO CON SPLASH POOL
LA MEJOR UBICACIÓN EN PALERMO SOHO
RIQUÍSIMA GASTRONOMÍA CASERA
SALA DE REUNIONES



/nusshotel



@nusshotel

El Salvador 4916 | Palermo Soho - Buenos Aires

+5411 4833 8100 | www.nusshotel.com

Ganadores de “La página en blanco”

Personajes de ficción

La imaginación no tiene límites, y estos niños nos comparten un poquito de la suya con un hermoso dibujo del conejo más famoso de todos los tiempos y un personaje inventado llamado Smaug. Además, un exquisito relato sobre un baile en el bosque.

Bugs Bunny

“Voy a sexto grado. Dibujar es una de mis cosas favoritas. Agarro una hoja y empiezo a dibujar lo que me venga a la cabeza. Bugs Bunny me gusta mucho”.

Dylan Mac Dougall

(11 años, Allen, Río Negro)



Smaug

“Empecé haciendo dibujitos a mano. A este lo saqué de una página de Internet, lo copié. El nombre se me ocurrió, es inventado. ¡Me encanta leer!”.

José Mauricio Aliandro

(12 años, Alta Gracia, Córdoba)



Baile en el Bosque

“¡Muchas gracias! Estoy muy contenta, me gusta muchísimo escribir. Soy una abuela de 66 años y les dedico este escrito a mis nietos ¡y a todos los niños del mundo!”.

Adriana Angelina Ferrero

(66 años, Rosario, Santa Fe)

*Un baile en el bosque
están preparando,
y los parroquiales
¡pronto irán llegando!*

*Y ya se armó el baile,
salen las parejas.
¡A bailar se ha dicho!
¡La noche comienza!*

*Dos gatos en la punta
entre ellos pelean,
por sacar a bailar
¡a la gata Elena!*

*La ardilla Jacinta
ahí llega de rojo,
la acompaña un gallo
¡que es medio cojo!*

*Se baila de todo,
cumbia, rock y salsa,
también el merengue
¡y alguna guaracha!*

*El topo Manuel
atiende las mesas.
Cuida que estén contentas
¡todas las parejas!*

*Para un carruaje
y bajan dos monos,
dos monos galantes
le llevan la cola.*

*Los bichitos de luz
alumbran la pista.
Los grillos cantores
¡se mueren de risa!*

*Se elige la reina,
no saben qué hacer,
¡son todas bonitas!
¿Quién será esta vez?*

*Ahí llega la orquesta,
¡se están preparando!
Van a romper la noche
¡tocando hasta el cansancio!*

*Una chancha baila
con el ciervo Tito,
le pisa la pata
¡y este pega un grito!*

*Cuando amanece,
la fiesta termina,
y muy despacito
¡todos se retiran!*

La abuela Adriana

Lectores

Cuentos para todos

¡Hola, Convivimos!

Soy lectora asidua de la revista y comparto mis lecturas con mis alumnos de sexto grado. Si hubiesen visto el brillo de sus ojos y la sorpresa cuando les dije que después de leer íbamos a escribirle a la revista... Son 21 alumnos, ¡y ojalá se encuentren con la sorpresa de que publicaron su carta de lectores!

Vivimos en Traslasierra, a 45 km de Villa Dolores (Córdoba), por el camino de la costa.

Personalmente los felicito por cómo llevan adelante el arte de escribir e informar.

Seño Lorena.

Lorena Gabriela Garay

Sr. Director:

Queremos comunicarle que leímos en clase el artículo “Cuentos para todos”. Nos parece una muy buena iniciativa la creación del libro *Cuentos para leer con los ojos del alma*, que lleva adelante la organización Rotary Club, ya que permitirá la lectura en igualdad de condiciones por todos los niños, logrando así el respeto a la diversidad.

La literatura es parte de nuestra infancia, nos permite vivirla de manera particular, y reflexionar y compartir vivencias personales y sociocomunitarias.

En nuestra aula contamos con una pequeña biblioteca y deseamos que una vez impreso este libro pueda formar parte de ella.

Además, queremos comentarle que nosotros también estamos realizando actividades para la impresión de un libro, en donde aparecerán anécdotas, cuentos, leyendas y creencias sobre nuestro pueblo a partir de las narraciones orales de nuestros abuelos y familias.

Felicitamos a la revista *Convivimos* por incluir el artículo mencionado y a Rotary Club por este proyecto socioeducativo.

Alumnos de sexto grado de la Escuela Emilio Felipe Olmos Luyaba, Depto. San Javier, provincia de Córdoba

**Esperamos tus mensajes,
opiniones y sugerencias en
lectores@convivimos.com.ar
o por correo postal
en La Tablada 451 (5000) Córdoba.**

Tu revista favorita también es digital

Escaneá el código y leela ahora



REVISTA
CONVIVIMOS

convivimos.naranja.com

Que el cuento no sea cuento



Enrique Macaya
Márquez

Comentarista, periodista, maestro. Cuenta con el extraño récord de haber cubierto todos los mundiales de fútbol desde Suecia 1958.

La pequeña historia de los juegos y los entretenimientos nos relata el origen de muchas prácticas deportivas. Claro está, el fútbol no podía faltar. Hoy es el deporte cultural de los argentinos, más allá de ser el más popular e importante en el mundo. Piense usted que una quinta parte de la población mundial lo practica.

Volviendo al recuerdo de sus principios en nuestro país, casi todo se remite a la llegada de los ingleses, fundadores de una segunda colonia en lo comercial y estableciendo las pautas para transportar nuestras riquezas desde el interior del país hacia los lugares que facilitaban su salida internacional. Puerto y estaciones de trenes se incorporaron con un movimiento inusual.

Y precisamente desde allí nos llega el puntapié de una tendencia futbolística. Los criollos, interesados, observaban y analizaban los pormenores de una iniciación en ese juego extraño, casi exótico, que con un balón privilegiaba el uso del cuerpo, fundamentalmente de los pies.

Así se fueron arrimando. Alejados de la práctica académica de las escuelas fundadas por profesores ingleses, y alternando con su modestia en los lugares abiertos. El potrero y los campitos albergaron y alentaron la inquietud de muchos que terminaron por adoptar las reglas llegadas desde afuera para escapar a su cumplimiento, guiñando un ojo con picardía.

Así aparecen la destreza, la predisposición creativa, la sutileza del engaño...

Ya no solamente la Argentina daba una patada revolucionaria en el fútbol. También Sudamérica. Con Brasil, con influencia africana. Con Uruguay, privilegiando la guapeza...

Todos fueron creciendo, alimentados por un fervor inigualable y una ventaja

extraordinaria para la práctica: una pelota, solamente una pelota podía entretener a tantos.

Después llegan las épocas de la organización. Dejar el amateurismo. Convertir al aficionado que juega en un profesional que trabaja.

Y este desarrollo imprescindible necesita de seriedad y orden. Hoy miramos aquel pasado con la nostalgia de una novela. Hoy miramos aquel pasado desde el lugar de las conquistas mundiales. Del prestigio ganado. Pero hoy estamos enfrentados con una crisis, que entendiéndola como cambio o transformación, nos para de frente a la imprescindible tarea.

Y cuando el pasado reciente se aleja, cerrando la puerta de un fútbol exitoso y brillante, el futuro inmediato golpea con su necesidad para inventarse de nuevo.

Arrancar de cero.

Insólito. Plantear una nueva metodología que sepa nutrirse de decisiones viejas y exitosas.

Alguna vez hablamos de instruir a los que instruyen. Hoy volvemos a tomarle examen

“¿Habrá llegado el momento del acierto de quienes eligen a los que elegirán?”.

al conocimiento de quienes eligen a los que elegirán. Hoy tenemos proyectos que se valorizan a sí mismos. Hoy tenemos comisiones de estudio de este nuevo fenómeno. “Proyectos” y “comisiones”, palabras devaluadas por el incumplimiento de quienes tienen que sostenerlas.

Llegó el momento de los PROYECTOS y de las COMISIONES.

¿Habrá llegado el momento del acierto de quienes eligen a los que elegirán, de los proyectos serios y de las comisiones capaces de sumar inteligencia al desarrollo...?

Esta historia comenzó en el potrero... como un cuento infantil. Espere-mos “que el cuento no sea cuento”. **C**

Sentí Qenti, Viví Saludable



El exclusivo PLAN SALUDABLE QENTISTAR de 7 días es ideal para BAJAR DE PESO, DISMINUIR EL ESTRÉS, DEJAR DE FUMAR, CONTROLAR LA DIABETES Y REVITALIZARSE*

Consulte AHORA: 0810-345-5656

(* Los resultados de los tratamientos médicos pueden variar de persona a persona.

La Posada del
Qenti
MEDICAL WELLNESS
Córdoba - Argentina

Estás a tiempo



Fernando Medeot

Familiero. Licenciado en Comunicación, publicitario, docente, agnóstico, soñador. Fanático de Serrat, Federer, Benedetti y el buen cine.

Del tiempo para pensar, leer y analizar que tenías 15 años atrás, pasaste al vértigo: si el video del Whatsapp demora en bajar, no sirve. En segundos, revisás la vida de los demás haciendo rolar las imágenes de Instagram. Por Facebook, te enterás de amigos que jamás viste en tu vida. Y Twitter convierte en verdades universales las grandes pavadas del mundo.

Cualquier tipo de reflexión debe traducirse en acción instantánea. Ahora ves el crimen, el accidente o el escándalo en tiempo real. Cincuenta canales de cable, cientos de radios con móviles y miles de corresponsales espontáneos con sus celulares te lo transmiten desde el lugar del hecho, atropellando dignidades, vergüenzas y silencios necesarios.

Mientras tanto, la todopoderosa maquinaria de inventar aparatos extraños continúa fabricando en progresión geométrica. Microchips, inteligencia artificial, celulares que manejan la casa, *apps* con todo resuelto, *big data*, robots que piensan, muñecas inflables que se enamoran, *blockchain*. Todo ahora, todo veloz, sin pausas, con prisas.

“Ya no tengo paciencia para algunas cosas, no porque me haya vuelto arrogante, sino simplemente porque llegué a un punto de mi vida en que no me apetece perder más tiempo con aquello que no me importa”. En las redes circula este texto adjudicado a Meryl Streep. Puede haberlo dicho o no, ya que Internet trae tantas mentiras como verdades, pero conociendo la trayectoria de la actriz, 21 veces nominada al Óscar, es muy probable que sea su pensamiento.

En un momento, todas las respuestas se vuelven parciales, insuficientes. Cuando eso ocurre y los fundamentos de

tu universo privado se caen como castillos de naipes, cuando los actos más pequeños de tu vida cotidiana lucen como hazañas, conviene dirigir los ojos hacia adentro y recordar el sentido de la vida, las razones que nos estimulan a seguir y las columnas invisibles sobre las que se apoya nuestra existencia.

Entonces, ahí te das cuenta de que lo instantáneo es un invento. De que tu vida puede tener otro ritmo. De que existen alternativas: hacer una pausa, clavar tus ojos en el infinito, mirar un eclipse hasta el final, dejar que la lluvia te bañe el rostro. Refugiarte en una biblioteca o en un cine, o en un rincón chiquito en el patio de tu casa. Y comprobar que el mundo sigue siendo. Con iPhone o sin él.

También tus amigos tienen otras respuestas. Aquellos que saben escucharte cuando parece que viajás por la noche sin brújula y la bahía tranquila se convierte en océano sin piedad. Minutos más, minutos menos, reaparece el sol, se abren las ventanas, entra la luz del día y volvéis

a respirar. Y las emociones no se mueren, la naturaleza sigue su rumbo.

Tal vez estemos a tiempo de recuperar el ritmo metódico del almanaque. Echar la semilla y atar los zarcillos. Ayudar a que el brote busque el cielo. Contar las flores para calcular la carga de las ramas. Esperar el tiempo de cortar el fruto y comer un bocado maduro despaciosamente, mientras el atardecer huye pintando de naranja el horizonte.

Dale, por una vez en tu vida hacé un poquito de trampa y dejá que tus sueños le ganen a la realidad vertiginosa. Estás a tiempo para empezar a vivir mejor. **C**

✉ redaccion@convivimos.com.ar

“Ahí te das cuenta de que lo instantáneo es un invento. De que tu vida puede tener otro ritmo”.

*Conocé esta maravillosa formación natural,
declarada Patrimonio de la Humanidad por la Unesco.*

Monumento Natural Puente del Inca, Mendoza

Descubrí Argentina
Con **Naranja**

6 Cero
Interés 

En [Escapando.com](https://www.escapando.com) encontrá todo lo que buscás



Hoteles



Vuelos





Paquetes



Micros



Escapadas

Seguinos en:  

Atención y venta telefónica: **0800 345 8747**

COSTO FINANCIERO TOTAL:

CFT:0,00%

Grupo Estepa S.R.L. Migueletes 1229, CABA, CUIT 30-71140981-1, IVA Responsable Inscripto, EVT 16.098. Oferta válida del 01/11/2018 al 30/11/2018. 6 cuotas cero interés: Costo Financiero Total (CFT) 0,00%. Tasa Nominal Anual (TNA) 0,00%. Tasa Efectiva Anual (TEA) 0,00%

Verbos que nos hacen dudar



Agustina Boldrini

Lic. en Comunicación Social.
Correctora de textos.

Desde que aprendemos a hablar, nuestra lengua nos presenta casos dudosos. Los más frecuentes son los verbos irregulares.

¿Acaso no es habitual escuchar a un niño decir “Él lo *traíba*” o “No *sabo*”? Y hasta podemos encontrar algún que otro adulto en un traspie de conjugación verbal.

Según Susana López-Ornat, investigadora del proceso de adquisición del lenguaje, estos son errores de sobrerregularización que muestran que el niño se encuentra en un estadio avanzado del aprendizaje. El niño ha llegado a la construcción de una regla, que se presenta como rígida y que debe respetarse. Por esto, los chicos no incorporan la irregularidad desde un principio.

Ahora bien, hay casos en apariencia mucho más simples que, sin embargo, nos hacen trastabillar en grande y a los grandes: por ejemplo, las concordancias verbales. Una concordancia verbal es la coincidencia de número y persona que se establece entre el verbo y su sujeto (“Los perros ladran”).

Repasemos algunos casos de concordancia que, a menudo, representan dudas.

DUDA 1

Si el sujeto es “ustedes y yo”, ¿el verbo correcto es “quieren”, “quiero” o “queremos”?

La regla dice que si entre dos o más elementos coordinados figura un pronombre de primera persona (“vos y yo”, “ellos y yo”, “ustedes y yo”), la concordancia se establece en primera persona del plural. Entonces, la forma correcta es “Ustedes y yo queremos”.

Ahora, veamos un caso particular. El verbo se puede poner en primera persona del plural cuando el sujeto tiene un “yo” elidido (es decir que no está escrito, pero que se sobreentiende) que lleva asociado un complemento precedido de la preposición “con”: “Con Mario estuvimos en el concierto”.

DUDA 2

¿Singular o plural en los verbos para los sujetos de nombres colectivos? Los sustantivos colectivos son aquellos que, en singular, designan un conjunto homogéneo, por ejemplo: de perros (“jauría”), de gente vulgar (“chusma”), de cerdos (“piara”).

Cuando uno de estos nombres funciona como sujeto, el verbo tiene que ir en singular. Un error muy frecuente es colocar el verbo en plural para realizar la concordancia con el sentido plural del sustantivo colectivo y no con su forma gramatical de nombre singular. Así, será correcto decir: “La chusma está reunida en la vecindad de El Chavo”.

DUDA 3


¿Qué pasa con aquellos sujetos que tienen un elemento en singular unido a otro por los nexos “junto con”, “además de”, “así como”, “con”?

Cuando a un sustantivo (común o propio) en singular le sigue otro unido mediante estos nexos y todo el conjunto está adelante del verbo,

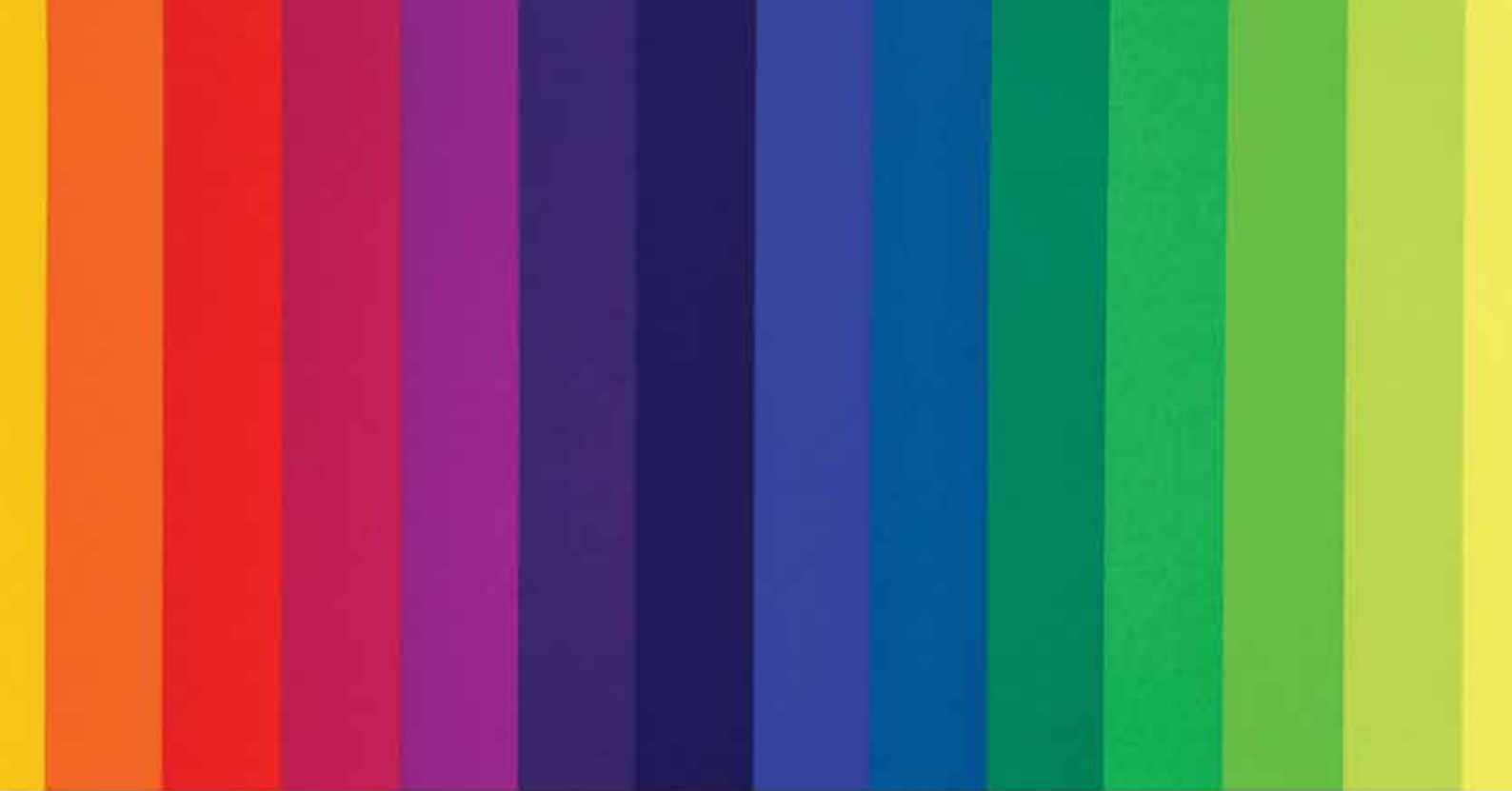
este puede aparecer en singular. En este caso, entenderíamos que solo el primer elemento es el sujeto de la oración: “Patricia, junto con Víctor, partió a México”.

Por su parte, si se considera que esos nexos funcionan como conjunción copulativa (hace que los elementos se sumen) y dan lugar a un sujeto plural, entonces el verbo irá en plural: “Patricia, junto con Víctor, partieron a México”.

En lenguaje llano y simple, podríamos decir que tanto el uso del verbo en singular como su empleo en plural son correctos.

Seguramente, surgirán más dudas, porque el español es un idioma muy rico y también muy complejo. Y cuando más creemos conocerlo, empezamos a dudar hasta de la duda misma. 

“Hay casos en apariencia mucho más simples que, sin embargo, nos hacen trastabillar en grande”.



VISON

Le Parc

Viví una experiencia artística.



Casa Naranja

La Tablada 451, Córdoba

Casananaranja.com.ar

El aliado contra el sol



Florencia
Servera

Lic. en Enseñanzas de las Ciencias, profesora de Química. Autora de libros de la colección Ciencia que ladra, Siglo XXI Editores.

Adivina, adivinador, ¿quién es el mejor amigo del sol? Nada más y nada menos que el protector solar. Los motivos para adorarlo en épocas en las que deseamos tomar color son muchos y no solo se relacionan con cuestiones estéticas como la prevención de arrugas, manchas y pecas, sino también con el ámbito de la salud. Su buen uso puede reducir las posibilidades de padecer cáncer de piel y otras afecciones cutáneas con las que nadie quisiera cruzarse. Ahora bien, ¿cómo hacemos para elegir el adecuado? Lo ideal es seguir el consejo del dermatólogo amigo, que conoce las particularidades de nuestra piel y puede dar el mejor consejo. Para los rebeldes que aún no sacaron el turno o no hicieron la recomendada visita anual, aquí va una pizca de información que los ayudará a cuidarse del sol.

Comencemos con lo básico. El famoso FPS o factor de protección solar es un valor que relaciona el tiempo que tarda en enrojecerse la piel protegida unas 24 horas después de la exposición a la radiación UV-B (responsable del bronceado duradero) y el tiempo que demora en hacerlo sin protección. Por ejemplo, si una piel desprotegida tarda diez minutos en enrojecerse sin protector solar, con un FPS de 30 tardará 300 minutos en hacerlo (cinco horas). Para calcular el tiempo de protección, basta con multiplicar el tiempo de enrojecimiento por el FPS. Más allá del resultado, el asunto es que en determinadas circunstancias hay que renovarse el protector más seguido, por ejemplo, cuando se suda mucho, se realizan baños o se está expuesto al sol por mucho tiempo. Eso se debe a que hay compo-

nentes del protector que se disuelven en agua o son degradados por la radiación solar.

A la hora de elegir el protector solar, además del FPS, otro condicionante suele ser el precio. Y resulta que los FPS superiores a 50 son bastante más caros que los inferiores. ¿Será porque protegen mucho más que los anteriores? Si bien pueden ser de mejor calidad o con mayor poder de penetración, lo cierto es que el porcentaje de radiación UV contra el que protegen no es muy diferente. Por ejemplo, un FPS de 30 filtra alrededor del 96 por ciento de la radiación solar, y uno de 50 filtra un 98 por ciento (siempre que se utilicen correctamente, como indica la etiqueta).



Por más pequeño que parezca el porcentaje, en las pieles sensibles puede marcar la diferencia entre terminar al rojo vivo o continuar disfrutando de una piel intacta. Entonces, la decisión deberá basarse en las características de la propia piel y sus necesidades. Lo ideal es usar un protector que como mínimo tenga un FPS de 30.

De los porcentajes de filtración de cada protector según su FPS se desprende la evidencia que contradice uno de los argumentos de aquellos que se rehúsan a usarlo: como no filtran el 100 por ciento de la radiación UV, quienes se lo aplican se broncean igual (aunque tarden más en lograrlo). Además, corren menos riesgo de sufrir quemaduras y tienen menos probabilidades de padecer un cáncer de piel.

En resumen, aplicarse un buen protector solar es uno de los hábitos más saludables de los días soleados. Ser dueño de una piel sana no tiene precio. **■**

Ilustración: Lucas Di Pascuale

✉ redaccion@convivimos.com.ar

Nuevo!



Para protegerte de un robo
no imagines **soluciones mágicas.**
Seguro de equipaje, cartera, cajero y vida



Seguro de
Camino Protegido

Galicia
Seguros

0800.444.0810

SSN
SUPERINTENDENCIA DE
SEGUROS DE LA NACIÓN
www.ssn.gob.ar
0800-666-8400
N° de inscripción SSN: 0589

COMPAÑIA ASEGURADORA: GALICIA SEGUROS S.A. MAIPÚ 241 CABA. CUIT 30-68714552-2. N° DE INSCRIPCIÓN EN SSN 0589. N° DE INSCRIPCIÓN EN IGJ 12.571. AGENTE INSTITUTORIO: TARJETA NARANJA S.A. CUIT: 30-68537634-9. CONTRATACIÓN DE LA COBERTURA SUJETA A VERIFICACIÓN Y ANÁLISIS DE GALICIA SEGUROS S.A. CONSULTAR REQUISITOS DE ASEGURABILIDAD, RIESGOS NO CUBIERTOS Y COBERTURA DEL SEGURO LLAMANDO AL TELÉFONO 0800-444-0810 O EN WWW.GALICIASSEGUROS.COM.AR. SUPERINTENDENCIA DE SEGUROS DE LA NACIÓN: 4338-4000 Ó 0800-666-8400. WWW.SSN.GOB.AR.

La hora de hacer cuernitos



Osvaldo Wehbe

Periodista y relator deportivo.

Hay a nuestro alrededor un mundo de cábalas y supersticiones. Esas que, si se pregunta, la mayor parte de la gente niega tener o creer. Pero que las hay, las hay.

No me gusta que se me cruce un gato negro ni paso por debajo de una escalera, uso cuernitos cuando ataca el equipo rival y veo el partido o lo escucho... Son algunas de las mías, que quedaron desde niño. Hay colores “malditos” y, lamentablemente, gente a la que maliciosamente se la unió con la mala fortuna.

El deporte es un mundo de cábalas. Desde el veterano que aún despunta el vicio en alguna cancha y pisa primero el lugar con el pie derecho o lleva una cinta roja debajo de la media izquierda, hasta el más famoso del mundo. Si hasta he visto en el vestuario ruda metida en los botines de un compañero. Sabemos de algunas que incluyen situaciones, para algunos, ridículas, y para el deportista o hincha, indispensables.

Los que ven el partido en el mismo sillón o usan la misma camiseta desde el Mundial 86 para acá. Los que no quieren saber de su equipo y caminan por las calles, presumiendo en la mirada o los gestos de los demás que va perdiendo feo o tal vez ganando.

Las más conocidas surgieron en los tiempos de Carlos Bilardo como técnico de la selección: Bilardo no dormía por la excitación que le generaba el Mundial, solo se acostaba de 14 a 16. Los días previos a cada partido llamaba a su esposa Gloria siempre a las 17 en punto. Carlos Tapia se afeitaba los días del partido, aunque no tuviese barba.

El técnico le pedía prestado el dentífrico al Tata Brown, aunque tuviese uno en su cuarto. En el micro tenían que escuchar tres canciones completas: una de Bonnie Tyler, la de Rocky 3 y *Gigante chiquito*, de Sergio Denis, que debía terminar en el mismo momento en el que el micro paraba en la puerta del estadio. En la final contra Alemania, el operativo policial fue tan efectivo que el traslado hacia el Estadio Azteca no iba a durar lo suficiente para que se cumpliera el rito: por expreso pedido del plantel, el chofer transitó esas cuadras a paso lento, a pesar de las quejas de los oficiales que escoltaban el micro. Estas son algunas de las cosas que cuentan colegas en notas y hasta en libros sobre las cábalas en deportistas.

La obsesión de Rafael Nadal en el momento de acomodar las botellitas de agua o el rito de Federer de hacer todo con el número ocho (ocho raquetas, ocho botellitas) y hasta el de Djokovic de llevar a los torneos a su caniche Pierre. Las oraciones y la utilización de figuras de vírgenes o santos en los bancos de suplentes o al costado mismo de la cancha.

Michael Jordan y el mismo pantalón desde el título universitario de 1982 con Carolina del Norte.

Todos hemos tenido alguna superstición o la idea de que tal o cual cosa nos traería suerte. Y hasta se le atribuye a una pata de conejo la capacidad del goleador o del arquero a la hora de la victoria. Y si es derrota, se cambiará, como si fuera un técnico despedido por malos resultados. **C**



Ilustración: Pini Arpino

✉ redaccion@convivimos.com.ar



CAT® S40

BUILT FOR IT.

Este smartphone ultra resistente es ideal para quienes trabajan o practican deportes en ambientes adversos. Su combinación de durabilidad, rendimiento y diseño hacen al Cat S40 resistente y distinguido.

A PRUEBA DE CAÍDAS DE HASTA 1,8 METROS

A PRUEBA DE AGUA, POLVO Y GOLPES

PANTALLA SÚPER LUMINOSA

BATERÍA DE GRAN CAPACIDAD

PANTALLA CORNING® GORILLA® GLASS 4

TECNOLOGÍA DE USO CON GANTES

TECNOLOGÍA DE RASTREO DE DEDOS HÚMEDOS**

IP68 AND MIL-SPEC 810G



DISPONIBLE EN LAS PRINCIPALES CADENAS DE ELECTRODOMÉSTICOS Y EN SMARTPHONE.COM.AR



© 2018 Caterpillar. CAT, CATERPILLAR, their respective logos, "Caterpillar Yellow," the "Power Edge" trade dress as well as corporate and product identity used herein, are trademarks of Caterpillar and may not be used without permission. www.cat.com / www.caterpillar.com. Built in a license of Caterpillar Inc.

*Puertos SIM y SD sellados de forma segura. Resistente al agua hasta 1 M durante 60 minutos.

**No podemos garantizar que esta característica funcione con todos los guantes.

Uso terapéutico de cannabis



Enrique Orchanski

Médico pediatra y neonatólogo, docente universitario, padre de dos hijas; autor de libros sobre familia, infancia y adolescencia.

El uso medicinal de productos derivados de *Cannabis sativa* se expande en el mundo con aparentes beneficios.

No obstante, y más allá de experiencias aisladas, aún no se dispone de evidencia científica sobre su utilidad ni sobre los riesgos potenciales.

Recién en los últimos tres años aparecieron resultados sobre las primeras investigaciones controladas. La Universidad Hebrea de Jerusalén publicó este año un dato sorprendente: el cannabis “evitaría la muerte neuronal y prolongaría la vida de las células cerebrales, mejorando el pronóstico en enfermedades degenerativas como Alzheimer o demencia”.

Otro estudio norteamericano afirma que “podría reducir los niveles de glucemia, colaborando en la prevención de obesidad y diabetes”.

Países europeos estudian su utilidad en el tratamiento de tumores.

A partir de la difusión de estos resultados, explota la esperanza en miles de familias que anhelan aliviar enfermedades crónicas, refractarias a terapias convencionales.

Frente a esta ilusión genuina, la realidad es acotada. Solo se confirmó que el derivado cannabidiol (CBD) –principal componente de la planta y sin efectos psicoactivos, a diferencia del tetrahidrocannabinol (THC)– es un potente antiinflamatorio y analgésico, y reduce la frecuencia e intensidad de convulsiones en epilepsia.

EN NIÑOS

La información sobre el uso en niños es aún más limitada.

La desesperación de padres lleva a medicar a sus hijos con cannabis para dolores, epilepsia o patologías inusuales (autismo, síndrome de Tourette, síndro-

me de X frágil), buscando al menos atenuar el padecimiento.

A la espera de resultados consolidados, la Asociación Americana de Pediatría recomienda que “el tratamiento con marihuana [sic] se limite a niños con enfermedades restrictivas o que amenacen su vida, y para las cuales no exista otra terapia exitosa”.

Hasta el momento, cuatro países han legalizado su uso medicinal: Uruguay, Chile, Canadá e Israel, más 25 estados de EE. UU. En la Argentina, la ley establece la “creación de un programa nacional que aporte datos científicos para su uso seguro”, sin despenalizar el autocultivo, reclamo permanente de aquellas familias que requieren su uso continuo.

La controversia está planteada: el mismo medicamento que promete mejorar la calidad de vida de innumerables personas es una droga adictiva e ilegal.

“Ambos tienen razones: unos, para disponer de un paliativo; otros, la obligación de cautela científica”.

¿Cómo pedir paciencia a familias cuyos chicos sufren cotidianamente entre 100 y 300 convulsiones diarias, o dolores mortificantes? ¿Cómo contener la ilusión de

que el cannabis es la panacea para toda enfermedad?

Y a la vez, ¿cómo podría la medicina embarcarse en su uso sin fundamentos sólidos, cuando esto ya ocurrió con otros medicamentos que prometían milagros y finalmente no mostraron utilidad o causaron perjuicios?

Ambas partes tienen razones: unos, para disponer de un paliativo; otros, la obligación de cautela científica.

En el medio de las discusiones y demandas, la sociedad madura a paso lento el proceso de diferenciar la mirada peyorativa sobre el “consumo de marihuana” de lo que podría constituir un valioso recurso de la farmacología del futuro. **C**

Libros Infantiles



Ahora por estar suscripto, cada mes accedés a un **Cuento Digital**.



Y participás por una **PlayStation 4**.

¡Suscribite en nuestras sucursales y recibilos en tu casa!



Lo importante somos nosotros



Guillermo Jaim Etcheverry

Médico, científico y académico; rector de la Universidad de Buenos Aires entre 2002 y 2006. En Twitter: @jaim_etcheverry

Constituye ya un lugar común señalar que en el futuro conoceremos trabajos hoy inexistentes y que quienes están estudiando cambiarán hasta doce veces de tareas durante su vida. ¿Cómo deberían prepararse para esos cambios y para la transformación acelerada de la economía? Se sostiene que necesitarán poseer habilidades adaptables, capacidad de innovar y entrenamiento en la resolución de problemas.

La respuesta a este desafío parece encontrarse en una educación que, de alguna manera, regrese a la que conocimos en el pasado. Una que explore las humanidades (historia, literatura, filosofía), las ciencias sociales (psicología, economía, sociología) y las ciencias formales (física, matemática). Esas disciplinas proporcionan al estudiante las bases para comprender el funcionamiento del entorno social y de los seres humanos. Tan amplio rango de disciplinas les brinda la posibilidad de

encarar un gran espectro de profesiones y desarrolla en ellos la habilidad de comunicar sus ideas a los demás. Estas capacidades resultan fundamentales para desempeñarse en un mundo caracterizado por el cambio.

A diferencia del criterio que hasta no hace mucho sostenía la importancia de la especialización precoz, se observa una tendencia creciente a favorecer una educación más amplia que estimule el desarrollo de la flexibilidad que hoy se considera necesaria. Así, por ejemplo, existen en los Estados Unidos universidades que desarrollan un currículo centrado en la lectura de los grandes libros que constituyen el fundamento de nuestros ideales y de nuestras instituciones. Lecturas y debates sobre lo leído ensanchan el pano-

rama de los estudiantes y los entrenan en la comprensión de temas complejos y en la confrontación de posiciones encontradas en torno a esas cuestiones. Apuntan a combinar el conocimiento teórico con la innovación creativa, sobre la base del desarrollo de una perspectiva multidisciplinaria.

Fernando Broncano, profesor de Filosofía de la Ciencia en la Universidad Carlos III de Madrid, España, comenta esta tendencia: “No es casual que buena parte de la plantilla de Google sea de expertos en humanidades. Estas son las que permiten armar estructuras conceptuales y tomar distancia crítica de la realidad para evitar quedarnos en lo superficial y distinguir el grano de la paja, así como el uso de las tecnologías y su fin. Separar lo técnico y lo humano

no tiene ningún sentido, solo crea fábricas de estupidez y fomenta el dejarse llevar. Se ha hecho por desconocimiento y confusión, pero se va entendiendo que se solapan por completo. Es imposible tratar por un lado algoritmos

“La respuesta a este desafío parece encontrarse en una educación que regrese a la que conocimos en el pasado”.

y datos, y por otro categorías y conceptos. La inteligencia artificial está basada en la filosofía”.

Estamos, pues, en presencia de un cambio profundo en la actitud de quienes se ocupan de formar a los jóvenes, que advierten que es preciso dotarlos de un amplio marco conceptual que les permita evitar someterse resignada y alegremente a la tecnología. Es este un objetivo fácil de enunciar, pero muy difícil de alcanzar, fascinados como estamos por esas tecnologías. Deberíamos considerarlas como lo que son, herramientas puestas a nuestro servicio. Lo importante es cómo decidamos usarlas, es decir, lo importante siempre somos nosotros. □

89.9 FM
RADIO
CON VOS



TENEMBAUM

SIETECASE

O'DONNELL

ZLOGOWIAZDA

BERCOVICH



SOMOS RADIO, SOMOS VOS.

89.5
BARILOCHE

100.1
COMODORO
RIVADAVIA

107.5
CÓRDOBA

88.1
CORRIENTES

94.7
ESQUEL

105.7
MENDOZA

93.1
BAHÍA BLANCA

90.3
POSADAS

90.5
RESISTENCIA

96.9
RÍO GRANDE

107.5
ROSARIO

104.9
SAN LUIS

89.5
VILLA LA
ANGOSTURA

97.1
AZUL

95.3
MAR DEL PLATA

DESCARGATE
NUESTRA APP



PARA ESCUCHAR
LA RADIO DESDE
TU CELULAR



@radioconvos899 • radioconvos.com.ar

Sarmiento y el vino argentino



Felipe Pigna

Historiador, profesor de Historia, escritor; director de la revista Caras y caretas y de elhistoriador.com.ar.

Sarmiento, amante de la buena vida y por lo tanto de los buenos vinos, en especial de los franceses, tuvo mucho que ver en el mejoramiento de la calidad de los nuestros. Recordemos que don Domingo Faustino, con todas sus contradicciones, promovía la adopción en nuestro país de un “modelo” que, siguiendo al estadounidense, apuntaba a la creación de un mercado interno poderoso, basado en la pequeña y mediana propiedad rural destinada sobre todo a producciones que tuviesen capacidad de generar agroindustrias y una demanda sostenida de todo tipo de productos manufacturados. Su impulso de la educación común era parte de ese proyecto de país, que iba mucho más allá del aula.

En 1852, después de la derrota de Rosas en Caseros, Sarmiento les propuso al gobernador de Mendoza, Pedro Pascual Segura, y a su ministro de Gobierno, Vicente Gil, la creación de un establecimiento que combinara las características de lo que hoy llamaríamos una estación experimental y una escuela agrotécnica. Durante su exilio en Chile, Sarmiento había impulsado la creación de una institución de ese tipo en 1841, la Quinta Normal de Santiago, tomando el nombre y el modelo de la École Normale de París, para introducir nuevas cepas y adaptarlas a nuestros suelos.

En ese marco, llegaron a Chile especialistas como René Lefèbvre y Claude Gay, y comenzó allí un proceso de incorporación de cepas y técnicas de elaboración de vinos provenientes de Francia, que en la época era el modelo que se buscaba seguir y adaptar. Esa experiencia sarmientina en Chile resultaría provechosa para su proyecto mendocino.

También de Chile trajo Sarmiento a quien se haría cargo del emprendimiento mendocino: el francés Michel Aimé Pouget, que pronto acriollará sus nom-

bres de pila. Nacido en Tours en 1821, el joven liberal, recientemente diplomado en la Société d’Horticulture de París, había decidido emigrar a Chile al producirse el golpe que convirtió al hasta entonces presidente Luis Napoleón Bonaparte en el emperador Napoleón III. En 1853, Pouget fue contratado por el Gobierno de Mendoza y se le entregaron unas 36 hectáreas para crear la Quinta Normal y Escuela Teórico-práctica de Agricultura. Además de especies forestales y abejas para iniciar la producción de miel en la provincia, Pouget introdujo variedades de vides francesas, como Cabernet Sauvignon, Pinot Noir y la que un siglo y medio después se convertiría en emblemática: nada más y nada menos que el Malbec.

Desde el vamos, el proyecto tuvo la misma oposición que otras iniciativas del “loco” Sarmiento. Las críticas apuntaban tanto a la idoneidad de Pouget como a los costos de la Quinta para el fisco. Los problemas presupuestarios fueron una constante, y como forma de solventar los gastos,

en 1856 el Gobierno lo autorizó a vender plantas de su vivero. No fue suficiente y, dos años después, la institución fue cerrada. Pouget, alguien a quien tanto le debemos y sigue sin ser debidamente reconocido, permaneció en Mendoza y continuó en forma particular sus tareas de adaptar las cepas francesas, que al iniciarse el siglo siguiente ya serían predominantes en los viñedos mendocinos. El gran enólogo murió en la ciudad capital de la provincia en 1875.

Sarmiento promovió la creación de una institución similar en San Juan, la Quinta Normal y Escuela de Agricultura sanjuanina, dirigida por otro especialista contratado en Chile, el alemán Enrique Röveder, quien introdujo miles de ejemplares de especies frutales y forestales. **C**

“Desde el vamos, el proyecto tuvo la misma oposición que otras iniciativas del ‘loco’ Sarmiento”.



Smartes

El día más inteligente para comprar



13 y 20 de noviembre

25%

Descuento

30%

clientes+antiguos

En plan Z, 3 cero interés. Sin tope de reintegro.

Mimo & Co

Grisino
Since 1942

SARKANY

ver

GRIMOLDI

DEVRE

➔ Topper

PORTSAID

JUANITA JO

i♥47
street!

Naranja

PLAN ZETA 1, 2 Y 3 CUOTAS CERO INTERÉS: COSTO FINANCIERO TOTAL (CFT) 0,0%, TASA NOMINAL ANUAL (TNA) 0,0%, TASA EFECTIVA ANUAL (TEA) 0,0%.
SMARTES 5 AÑOS DE ANTIGÜEDAD: BENEFICIO VÁLIDO PARA TITULARES Y ADICIONALES DE TARJETA NARANJA DE TODO EL PAÍS QUE COMPREN CON NARANJA CLÁSICA U ORO. 25% DE DESCUENTO VÁLIDO PARA LOS MARTES 13 Y 20 DE NOVIEMBRE DEL 2018. EN UN PAGO O EN PLAN ZETA, 3 CUOTAS CERO INTERÉS. SIN TOPE DE REINTEGRO. LOS TITULARES Y ADICIONALES QUE TENGAN 5 O MÁS AÑOS DE ANTIGÜEDAD QUE HAYAN REGISTRADO ANTE TARJETA NARANJA SU DOMICILIO EN CAPITAL FEDERAL Y PROVINCIA DE BUENOS AIRES (CON EXCEPCIÓN ZÁRATE, SAN NICOLÁS, PERGAMINO Y JUNÍN) TENDRÁN UN 5% DE DESCUENTO EXTRA. EL DESCUENTO SE VERÁ REFLEJADO EN EL RESUMEN DE CUENTA DENTRO DE LOS 60 DÍAS DE REALIZADA LA COMPRA. CONSULTÁ MARCAS PARTICIPANTES EN NARANJA.COM.
SMARTES 10 AÑOS DE ANTIGÜEDAD: BENEFICIO VÁLIDO PARA TITULARES Y ADICIONALES DE TARJETA NARANJA DE TODO EL PAÍS QUE COMPREN CON NARANJA CLÁSICA U ORO. 25% DE DESCUENTO VÁLIDO PARA LOS MARTES 13 Y 20 DE NOVIEMBRE DEL 2018. EN UN PAGO O EN PLAN ZETA, 3 CUOTAS CERO INTERÉS. SIN TOPE DE REINTEGRO. LOS CUENTAS Y ADICIONALES QUE TENGAN 10 O MÁS AÑOS DE ANTIGÜEDAD Y QUE HAYAN REGISTRADO ANTE TARJETA NARANJA SU DOMICILIO EN CUALQUIER PROVINCIA DEL PAÍS (CON EXCEPCIÓN DE CAPITAL FEDERAL Y PROVINCIA DE BUENOS AIRES; SALVO LAS LOCALIDADES DE ZÁRATE, SAN NICOLÁS, PERGAMINO Y JUNÍN) TENDRÁN UN 5% DE DESCUENTO EXTRA. EL DESCUENTO SE VERÁ REFLEJADO EN EL RESUMEN DE CUENTA DENTRO DE LOS 60 DÍAS DE REALIZADA LA COMPRA. CONSULTÁ MARCAS PARTICIPANTES EN NARANJA.COM.

CFT 0,0%

Contrapunto

Adelanto exclusivo del nuevo libro de crónicas de Camilo Sánchez.

Ella nadó con certeza, en la madrugada del Ganges, decidida, como si cumpliera una misión secreta. Tenía, a ras del agua, los ojos más vivos de la tierra. Y una estrellita mínima, de cuarzo o de basalto, florecía titilando en la aleta derecha de su nariz perfecta.

No se podría decir que lo miró. Ella se dejaba mirar mientras estiraba, precisa, desde sus ojos, un lazo de agua. Abierta, en redondo, miraba sin esfuerzo y abrazaba cada cosa que sus ojos tocaban.

Nunca podrá saber cómo supo que nada-ba desnuda.

Llevaba dos días en Benarés, o Varanasi, porque en la India ni las ciudades cuentan con el amparo de un nombre definitivo, y el Ganges tenía vestigios de río producido: un exceso de religiosidad humana.

La ciudad eterna como la llaman, el refugio de Shiva, el lugar en el que desean morir los casi mil millones de hinduistas de la India: todo era para el recién llegado una ajena extravagancia.

Pero ella nadó hacia el bote, decidida.

En la calle central, la Nai Sarak, a las siete de la tarde, sucede el mundo. El hombre se apura en abrir la puerta trasera de un auto de alquiler —un Fusca a punto de jubilarse— adornado con grandes hojas de palmeras tropicales enganchadas al costado del parabrisas. Un indicio de que en el auto está viajando un turista.

—Aquí parece que hay un templo por persona —dice el extranjero, como intentando una broma para acortar distancias.

—No. Aquí viven dos millones de personas y hay un millón de templos. Uno cada dos personas —responde, ceremonioso, el taxista.

A las siete de la tarde, Nai Sarak, la calle principal de Varanasi, está en llamas. En solo una cuadra, a través de las ventanillas grises, sucede el mundo.

Los conductores de *rickshaws*, las bicicletas taxis, pedalean contra el viento y arrastran tres o cuatro personas mientras compiten por cada metro cuadrado polvoriento.

No pueden o no saben frenar sus rodados de manera tradicional: recién cuando los guardabarros golpean y chocan con los que se han detenido adelante, la marcha se aminora por su cuenta.

Contra la ventanilla del taxi clama un ejército urgente de chicos pedigüeños. Hay que frenar el impulso de ofrecer una rupia porque el ejército se duplica en segundos.

Mejor mirar para otro lado.

Varanasi llaman a la ciudad los nativos, corrigiendo cada vez a los extranjeros, con diplomática cortesía. El nombre más musical de Benarés, el que prefería Borges, había sido impuesto por la colonización inglesa: es un bautismo compuesto derivado de los dos afluentes del río que también mueren, arrojados, en el Ganges. El Varuna al norte y el Asi al sur.

Hasta ahí, alguna precisión: el resto forma parte de diversas tradiciones de la religión hinduista, acaso la que ha generado más literatura fantástica entre todas las teologías del mundo.

—Antes de Varanasi, la ciudad fue la ciudad de Kashi, la luminosa, el lugar que Shiva fundó para no abandonar jamás —dice Javed, un estudiante que ofrece hachís o información turística, a la salida de los grandes hoteles, con igual profesionalidad.

Un *chai*, un té con leche, le suelta la lengua a Javed: al parecer, el nombre Kashi proviene del rey Kash de la raza lunar, el

séptimo de la línea de Vaivashvata Manu, un antepasado mítico de la India.

Ella nadó hacia el bote, decidida, braceando leve, entre la multitud, en el agua sagrada. Alguna tradición entre los creyentes de la India cuyo origen se pierde en la historia dice que las cenizas finales arrojadas al Ganges son la mejor contraseña para una vida futura, un peaje que aliviana karma, que pule los defectos del porvenir.

Es más, algunos doblan la apuesta y aseguran que la muerte frente al río sagrado quiebra por fin la rueda de las encarnaciones, que quien muere en Benarés no regresa ni como humano, ni como gato, ni como planta y se convierte definitivamente en espíritu, ese brillo que ellos pueden ver por encima de las cosas.

Una corte de los milagros permanente peregrina entonces en torno a la ciudad más religiosa del país más religioso: el ingeniero rico y la actriz de fama, el pobre campesino y la mujer leprosa. De a miles, de a cientos de miles, todos se vuelven difusos, parecidos, y se apretujan en las escalinatas que bajan hasta la ladera este del río, a la manera de una tribuna que desciende desde la ciudad antigua.

Las gradas de la ribera se han poblado, en tantos años, con templos milenarios de altares de oro junto a capillas mínimas, recientes, de cemento aún fresco, levantadas por una sola persona que ha decidido aguardar allí hasta que pase la muerte y se la lleve de una buena vez.

—Esto está armado para el turismo. En cualquier momento un director gritará “corten”, y los técnicos desarmarán la escenografía, el río y las vacas sagradas —anotó en los apuntes de la primera noche. ■

✉ redaccion@convivimos.com.ar



Camilo Sánchez

Nació en Mar del Plata en 1958. Ejerció el periodismo durante casi 40 años. En 2008, su trilogía poética *Del viento en la ventana* fue finalista del concurso Olga Orozco. Su novela *La viuda de los Van Gogh* (Edhasa, 2012) fue editada en España, Alemania, Italia, México y Francia. Actualmente dirige su sello editorial independiente, *El Bien del Sauce*, organiza laboratorios de escritura y dicta en TEA las materias *Entrevista y Estilo para futuros periodistas*.



La viuda de los Van Gogh, *La Feliz*. Aquel verano del 88. Editorial Edhasa.

¡No dejés pasar esta oferta increíble!

Supercanal



60%^{*}
DTO
¡POR UN AÑO!

INSTALACIÓN BONIFICADA

¡Llamanos!

0810.222.2323
supercanal-arlink.com.ar

 **supercanalHD**

(*) Promoción válida exclusivamente para clientes de Supercanal S.A. que tengan contratado su producto de televisión clásica y contraten a través de débito automático su producto de Supercanal HD. Vigencia: desde el 01/11/2018 al 30/11/2018. Beneficio: 60% de descuento sobre el producto de televisión HD por 12 meses. Costo de instalación bonificado. Sujeto a disponibilidad técnica y geográfica. El descuento aplica sobre el precio de lista vigente de cada mes y finalizado el plazo del beneficio se aplicará el precio de lista vigente. No combinable con otras promociones vigentes, ni aplicable a otros productos. Supercanal S.A. Lisandro de la Torre 150, Ciudad de Mendoza, Provincia de Mendoza, CUIT N° 30-61118252-6. www.supercanal-arlink.com.ar

“Me gusta
ir de gira,
porque
tengo
adónde
volver”

Luciano Pereyra

Festeja 20 años con la música con una gira que arrancó en los Estados Unidos, recorrió todo el país y tendrá su punto máximo el 8 de diciembre en el estadio de Vélez. Conversación con quien confiesa que se ha ido haciendo “fanático” de sus fans.

Por Gustavo Ng Fotos Nicolás Pérez



Cuando era un chico, con una sonrisa de pícaro y tanto placer por cantar como ganas de escaparse a jugar a la pelota, algunos sintieron que tenía la fibra que hacía falta para llegar lejos. Hoy, Luciano Pereyra mira para atrás y ve 20 años de trabajo. Nada lo apartó de la música, de la gente que se fue haciendo su público, de los escenarios.

Este año lo celebra con un *tour* fenomenal en el que pasea su último disco, *La vida al viento*. En esta charla comienza recordando cómo lo hizo. “Cuando empecé a armar el listado de temas con el productor, pusimos todos los discos sobre la mesa y me cayó la ficha. En estos 20 años pasó de todo, discos, vida. Crecí como persona, me formé, viví”.

El tour de *La vida al viento* incluye muchísimas ciudades de la Argentina, recitales en Chile, México, Uruguay... Parece una locura. Hace falta una cantidad de trabajo descomunal para cumplir con ese programa. ¿Te gusta demasiado trabajar?

Me gusta. Y me gusta porque trabajo de lo que me gusta. Aparte, no conozco otra manera. Yo vi a mis papás trabajar toda la vida, aprendí de ellos. Son personas del interior que vinieron a Buenos Aires, se quedaron en Luján; mi padre trabajaba en una fábrica, y juntos levantaron su casa. Yo viví ese proceso, por eso no creo en la suerte, y si hay una cuota de suerte, hay que ayudarla con trabajo, con sacrificio. Mis padres me enseñaron ese régimen de vida, que es muy lindo y que me dio las herramientas necesarias para que pueda estudiar y realizarme en lo que me gusta. Mi papá, si bien es pintor, canta muy bien y me transmitió la pasión por cantar, y mi madre me dio la razón. Me decían que si me gustaba la música y era lo que quería hacer, me tenía que sentar y estudiar. Hoy disfruto del cansancio que genera el trabajo y de la bendición que significa vivir de lo que me gusta. No me la paso trabajando todo el día, pero cuando tengo que hacerlo me aboco cien por ciento.

¿Cómo te sentís con la gira?

Feliz, porque en menos de un año hacer tres Orfeos, 16 Gran Rex, dos Metropolitanos en Rosario... a lo que se suma que son 20 años de estar haciendo música... es hermoso. La gira arrancó en los Estados Unidos, y eso fue muy especial porque siempre fui a grabar discos o a componer, así que poder tocar allí fue increíble. Esta gira me tiene muy movilizado. Cuando empecé a armar el listado de temas con el productor, pusimos todos los discos sobre la mesa y me cayó la ficha de que estoy celebrando 20 años con la música. En estos años pasó de todo, discos, vida. Crecí como persona, me formé, viví. Miro para atrás, veo todo lo que pasó y

“Mi papá, si bien es pintor, canta muy bien y me transmitió la pasión por cantar, y mi madre me dio la razón”.

entonces llego a cualquier escenario y estoy al borde de la lágrima. Cada escenario en este *tour* es muy fuerte, porque toco canciones que hacía mucho no cantaba, y eso moviliza. Cuando arranqué la gira en el Orfeo [Orfeo Superdomo Córdoba], llegué a la prueba y justo estaban pasando las imágenes para el concierto. Me quebré, me abracé con el director musical, y me dijo “¡Eh!, ¿qué pasa?, mirá todo esto”. Y te cuento otra: en Nueva York, después de la prueba de sonido, el DJ puso música argentina. Yo estaba en el camarín de BB King, con fotos de él, James Brown, Aretha Franklin, y escuché que sonaba Horacio Guarany. Salí a tocar, vi a mis papás en el público. Cuando terminó el concierto, le dije a mi viejo: “¿Escuchaste que sonaba Horacio?”. Y mi viejo, llorando, me respondió: “Mirá, me

traje la chalina que me regaló él”. Fue algo mágico. Mágico. Por eso disfruto tanto de mi trabajo.

Hablás de Nueva York, viajás mucho por Latinoamérica, ¿cómo vivís en esa carrera tu lazo con la Argentina?

Mi carrera es un árbol, y si no le regás la raíz, no crece. Necesita sol, viento, agua y así va creciendo, pero la raíz está siempre en el mismo lugar, lo que se desarrolla es lo demás. Que mis hojas musicales sigan creciendo y lleguen a distintos lugares. Es como la amistad, uno tiene amigos de toda la vida, te vas de viaje, pero regás la amistad. Y es lo mismo con el amor o con la familia, hay que estar pendiente siempre de regar eso.

¿Cómo aparece eso en tu música?

A *La vida al viento* lo grabé en parte en los Estados Unidos y en México, y es un disco muy moderno, muy urbano, que tiene cumbia, que es lo que escucho y escuché toda mi vida. Además, para mí es uno de los álbumes más románticos y de fusión más folklórico que tengo. En este disco está todo, es un árbol mío, que vuele, pero la raíz folklórica la sigo regando con los instrumentos de mi tierra, que es lo que me acompañó estos 20 años y lo que me hizo llegar hasta acá. Eso es parte de mi identidad musical cuando voy a tocar a cualquier otro país.

No te encasillás con la música.

Yo no me voy a encasillar. Creo que se ha roto ese mito, y lo han roto grandes maestros que he tenido, como Horacio Guarany, Mercedes Sosa, gente que ha cantado en otros idiomas. ¿Por qué me voy a encasillar? Si yo me crié escuchando todo tipo de música gracias a mi padre. Eso hizo que nunca me encasillara. Si nunca la música me discriminó, ¿por qué la voy a discriminar yo? Cambió hasta la forma en que la adquirimos: podés ir a un concierto de folklore, pero en tu *playlist* del celular tenés música en diferentes idiomas, ¿por qué yo no voy a hacer lo mismo? »



20 AÑOS

En 1998 Luciano hizo *Amaneciendo* y poco después salió *Recordándote*, con “Solo le pido a Dios”, que le cantarían a Juan Pablo II en el Vaticano. Meses después entonaría el Himno Nacional para Diego Maradona en su despedida. Era cuando hacía duetos con Mercedes Sosa, Horacio Guarany, Juan Gabriel, Carlos Vives, Ricardo Montaner o Alejandro Lerner. En 2002 incluyó boleros y tangos en *Soy tuyo*, y más tarde entró en la huella del pop latino con *Dispuesto a amarte*. Así grabó en Miami y México *Volverte a ver*, con baladas, cumbias, ritmos mariachis y boleros. En 2012, *Con alma de pueblo* lo devolvió al folklore. Participan del disco Horacio Guarany, Peteco Carabajal, Chango Spasiuk y Juanjo Domínguez. Enorme éxito tuvo su noveno disco, *#TuMano*, y el año pasado el legendario Andrés Castro le produjo *La vida al viento*. No se privó de hacer música para películas ni novelas, y viene teniendo el premio de dos nominaciones al Latin Grammy.

GIRA

El último tramo de su gira tiene las siguientes fechas:

- 3/11: Teatro de Verano – Montevideo.
- 9/11: Club Regatas – Corrientes.
- 10/11: Estación Belgrano – Santa Fe.
- 2/12: Teatro Oriente – Santiago de Chile.
- 8/12: Estadio Vélez – Buenos Aires.
- 15/12: Arena Maipú – Mendoza.



Has dicho que sentís como folklore lo que por ahí otros dicen que no es.

Yo fui a hacer una grabación de baterías en Nueva York, y cuando terminamos la jornada, tomando algo en un lugar, sonaba un hip hop recontra pesado que me llamó mucho la atención. Estaba buenísimo, y pensé que si le ponía instrumentos de folklore, podía ser folklore. Grabé ese hip hop, cantándole arriba cosas de folklore para buscarle

la vuelta, y terminamos haciendo una canción que se llama “Llegaste”, que está en este disco. Es tan lindo esto de la música. Compuse con Andrés Castro, de Colombia, con gente de México, de Cuba, de Venezuela. Yo desde la Argentina y cada uno con acento distinto, con formas distintas de decir la poesía. Me fusioné con todos ellos, y el resultado es *La vida al viento*. Por eso digo que la música no solo me formó como



“Les agradezco a la música, a los viajes, a las culturas. Esa es mi materia prima para componer”.

músico y como artista, sino también como persona. Escuchás cómo habla un colombiano o alguien de cualquier lado, y empezás a conocer un poco más. Por eso les agradezco tanto a la música, a los viajes, a las culturas. Esa es mi materia prima para componer. En los primeros discos, yo tenía una o dos canciones, ¡claro! ¿De qué iba a hablar a los 15 años si estaba empezando a vivir? Hoy, con 37, ya tengo un recorrido.

Parece mucha magia, pero también está el trabajo que decíamos al principio, ¿no?

Cuando estás de gira, hablás de trabajo todo el tiempo, porque es una pasión. Pero por otra parte, es una carrera solitaria de mucho viaje, de mucho hotel. Para mí, es importante mantener el espíritu calmo, porque si no, se te puede ir para cualquier lado. Tu vida pasa a ser la música. A mí me gusta mucho irme de gira, porque puedo volver. Ten- »



go la suerte de tener mis padres vivos, entonces vuelvo y puedo comer con ellos en una mesa larga. Puedo volver con mis perros. La familia me mantiene en la tierra.


Te gusta prestarle atención al público.

Sí, porque aprendés, y más hoy, con las redes sociales. Antes me seguía un montón de gente, pero yo no conocía a nadie. Ahora chusmeo y reconozco a la gente que me sigue. Hace un par de años, con el disco anterior, *Humano*, se generó algo muy lindo. Organizamos una vaquita con todos los regalos que me hacían y eso lo llevaron al merendero de una escuela, lo filmaron, me lo mandaron y lo subí a las redes sociales. ¿Qué mejor regalo que en tu nombre vayan a dar algo a alguien que realmente lo necesita? Si practicáramos más esa solidaridad, habría un gran cambio en la sociedad. Si tenés ganas de aportar, andá a un comedor y ayudá. Prendele la hornalla a la señora que cocina en un comedor y ya está, eso te cambia. Los clubes de fans, siempre considerados como “personas locas que gritan”, en realidad son grupos hermosos que se juntan a ayudar y encima lo hacen en tu nombre. ¿Cómo no les vas a querer dar un gran concierto? Como artista, me he ido haciendo fanático de mis fanáticos.

Para algunos, el escenario es un lugar de terapia. ¿Sentís respeto por el escenario?

¡Claro! Es mi lugar de trabajo y hay que mantenerlo limpio. En tu casa, si vos fumás, no vas a tirar la colilla al piso; en el escenario, tampoco. Para mí es una gran terapia, aunque también disfruto mucho otras cosas, como ir a pescar o jugar al fútbol.

¿Jugás al fútbol regularmente?

Siempre estoy desesperado por jugar. Me defiendo bien, jugué en las inferiores de Boca, pero ¡Dios es sabio! Me cambió la pelota por la guitarra. 

Agradecemos a Garçon García y Converse.

Hair: Joaquín Gómez para Estudio H

Make up: Laura Torok @torok.l

Vestuario: Gaby Martínez @gabymmok

✉ redaccion@convivimos.com.ar

ENCONTRANOS EN

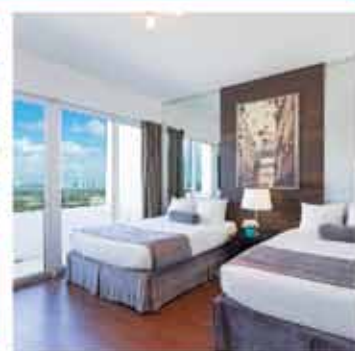
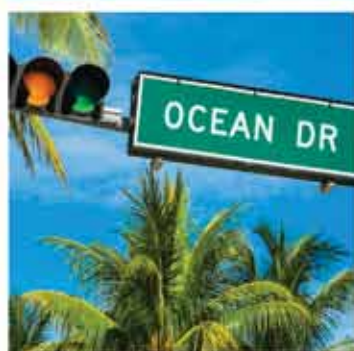


Tu apartamento, tus vacaciones, tu estilo!

APARTAMENTOS CON
VALET PARKING INCLUIDO,
WIFI, GIMNASIO Y PISCINA.

SOBRE LA PLAYA,
A MINUTOS
DE SOUTH BEACH,
OUTLETS Y ATRACCIONES!

TU RESERVA COLABORA CON  FUNDACION
MANOS DEL SUR MANOSDELSUR.ORG



NEW POINT
MIAMI
BEACH APARTMENTS

Consumir: una vieja costumbre con nuevas herramientas

Cómo cambiaron nuestros hábitos de consumo con las redes sociales, los celulares inteligentes y el comercio electrónico. Los paseos de compras: entre la vida real e Internet. Necesidades básicas, bienes culturales y búsqueda de experiencias.

Por Yamila Garab Ilustraciones Laura Fernández Saad

Al igual que casi todos los habitantes del planeta, los argentinos vivimos desde hace algunos años cambios importantes en el modo de interactuar con nuestros pares y con el mundo. Las formas de informarnos y de entretenernos, así como los ritos del consumo o el placer, se modificaron a nivel global y también en nuestro país desde que contamos con las redes sociales y los teléfonos celulares inteligentes. Esto se manifiesta tanto en el trabajo como en los momentos de ocio bajo la apariencia de un flujo constante de información y estímulos desde las pantallas: fragmentos breves y efímeros que, al ser compartidos por muchos, generan una poderosa sensación de pertenencia.

“La tecnología forma parte de nuestras vidas, y el estar conectados se vuelve indispensable tanto para saber qué pasa en el mundo que nos rodea, como para enterarnos a dónde irán nuestros amigos el fin de semana o el mes que viene”, concluye un estudio realizado este año por Eventbrite, una plataforma dedicada a publicar y promocionar eventos, a partir de una encuesta virtual a 8000 jóvenes de entre 20 y 35 años, la llamada generación *millennial*. De las respuestas surgió que el 89 por ciento se entera de los espectáculos y eventos a través de sus redes socia-

les; que durante ellos, suelen compartir comentarios, imágenes y videos preferentemente a través de Facebook (66 por ciento) e Instagram (50 por ciento); y que casi la mitad compra sus entradas en forma *on-line*.

Pero el fenómeno dista de limitarse a un solo rango etario y social. Un ejemplo: durante el último Mundial, el partido entre las selecciones de Argentina y Francia generó más de un millón de tuits de usuarios argentinos, que a su vez fueron vistos, comentados y retuiteados 137 millones de veces. “Esto indica que el 45 por ciento de la gente que tiene un *smartphone* entra a Facebook o a Twitter mientras mira la tele”, explica Ariel Hajmi, director comercial de Kantar Ibope Media, compañía líder global en investigación sobre medios y la única que mide audiencias de radio y televisión en la Argentina, así como su repercusión en Internet. “Hoy las redes se convirtieron en la versión moderna de las viejas polémicas con amigos en el café o en las conversaciones con los compañeros de oficina”, agrega.

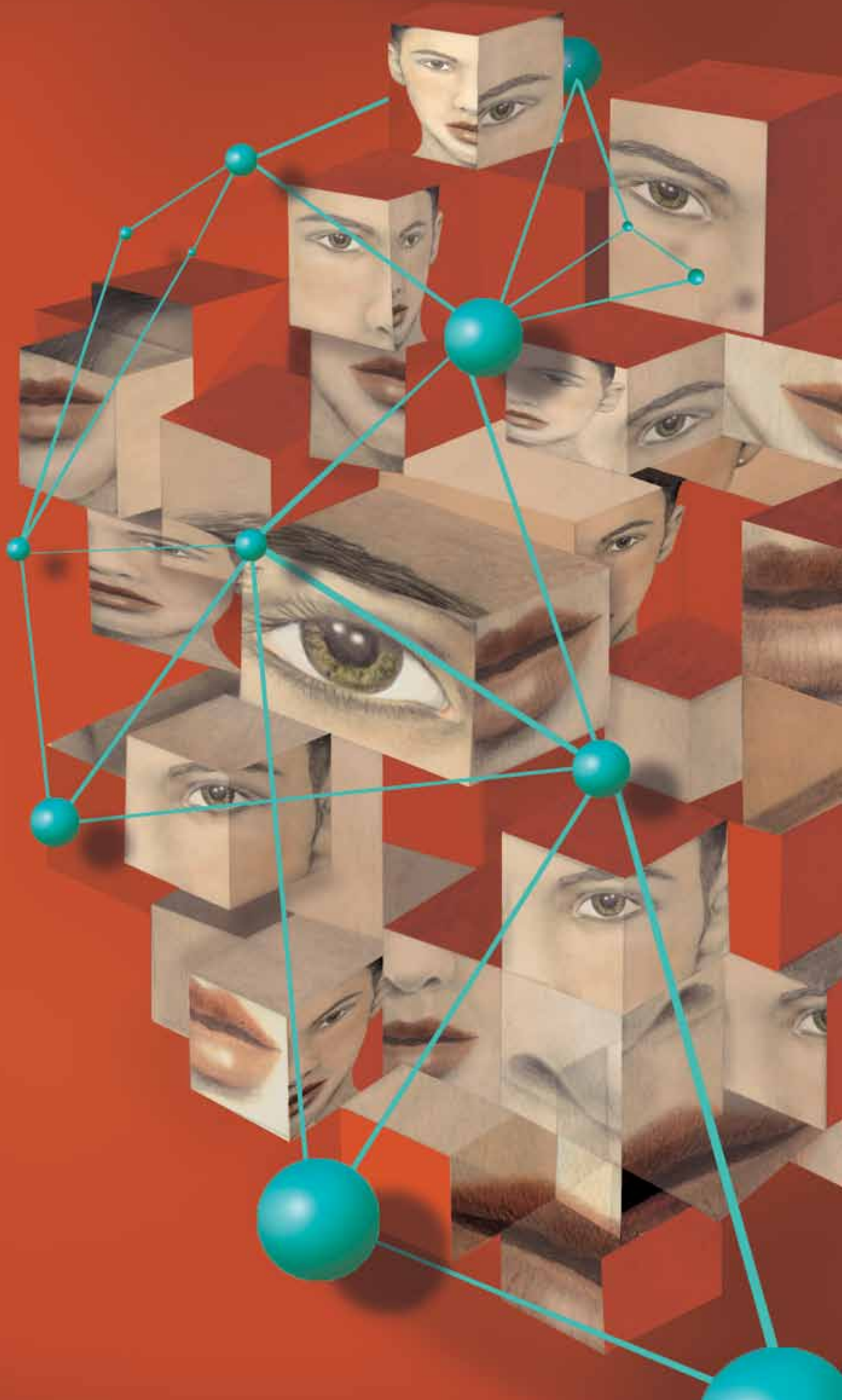
Hajmi opina que en estos últimos años se impuso un “cambio de paradigma en la comunicación” por el cual el consumo de medios dejó de ser unilaterial: ya no hay un emisor único que envía una señal y millones de espectadores la reciben. “Hoy no solo miramos la

tele, sino que también participamos. Ya no somos receptores pasivos, buscamos transformar ese mensaje que recibimos en una experiencia interactiva, compartiendo impresiones y opiniones con muchos otros que están viendo y haciendo lo mismo que nosotros”, comenta.

También explica que existe un “ida y vuelta constante” entre las nuevas formas de consumo y los medios de comunicación tradicionales, entre lo virtual y lo físico: “Por ejemplo, miramos un comercial en el que hay un producto que nos interesa, entonces entramos a Internet para investigar un poco, y si queremos saber más, recurrimos a las redes sociales para leer los comentarios de otros usuarios. Luego vamos a comprarlo a un lugar físico, un comercio, y cuando lo empezamos a usar volvemos a hacer comentarios en las redes, porque el ciclo del consumidor se convirtió en un fenómeno multimediático”.

CULTURA FRAGMENTARIA

El economista Gerardo Sánchez, coordinador general del Sistema de Información Cultural de la Argentina (Sinca), dependiente de la Secretaría de Cultura de la Nación, explica que la masificación del *smartphone* y la consiguiente posibilidad de conectarse a Internet desde el celular en cualquier momento y no des- »





QUÉ ESCUCHAMOS, VEMOS Y LEEMOS

La Encuesta Nacional de Consumos Culturales del Sistema de Información Cultural de la Argentina (Sinca) se lleva a cabo cada cuatro años. La última fue hecha en 2017 por la consultora Ibarómetro, sobre 2800 casos, y se publicó este año. Las siguientes son algunas de sus conclusiones:

- El 98 por ciento de los argentinos son aficionados a escuchar música. El género predilecto es el rock nacional, votado por el 68,2 por ciento de los encuestados. Le siguen cumbia, música melódica, pop, folklore, reggaetón y música latinoamericana, todos entre el 50 y el 60 por ciento de las preferencias (se podía votar por más de un género). Bastante más abajo está el tango, con el 34,5 por ciento.
- Casi todos los argentinos miran televisión y ven los programas en el momento y por el canal desde el cual son emitidos.
- La cantidad anual de libros leídos por persona pasó de tres en 2013 a uno y medio en 2017. Solo el 10 por ciento los lee en formato digital.
- El 70 por ciento de la población escucha radio. Los mayores de 30 años prefieren los programas informativos; y los menores, los musicales.

ESTRATEGIAS PARA CUIDAR EL DINERO

Según la consultora global Kantar Worldpanel, especializada en comportamiento de consumidores, las compras que más crecieron en la Argentina en los últimos años son turismo, autos, tecnología y “experiencias”, es decir conciertos, festivales y otras formas de ocio no durables. En cambio, hace cuatro años que se mantienen estables las compras de insumos básicos como alimentos, bebidas, lácteos, artículos y productos de limpieza, asegura su director comercial para Argentina, Federico Filipponi.

El experto agrega que, para hacer rendir al máximo el gasto en la canasta básica, es habitual para casi todos los niveles económicos comprar las marcas más baratas y estar atentos a las promociones. “Hay mucha búsqueda en las redes sociales y en la publicidad tradicional de los diarios, pero también se mueve mucho el boca a boca”, agrega. Además, asegura que la mitad de los hogares argentinos hace compras en comercios mayoristas, en forma presencial.

de una computadora de escritorio generaron una nueva realidad también en el rubro de los consumos culturales. “Por el hecho de ser un objeto portable, el celular hace que los contenidos tiendan cada vez más a la brevedad y simultaneidad: escuchamos música mientras miramos las redes sociales o las noticias, y constantemente consumimos contenidos desde varias pantallas a la vez”, describe.

Esta abundancia de estímulos genera, además, un impacto en el público que lo recibe, según explica el funcionario: “Parece evidente que hoy tienden a decaer aquellas prácticas que no se prestan a la simultaneidad, sino que demandan nuestra atención en forma exclusiva, como leer un libro, ver una película en el cine, una obra en el teatro o visitar un museo”. Los que sobrellevan mejor esta realidad son, en cambio, “aquellos formatos que resultan más compatibles con lo que propone el celular, como la televisión, el video en general o la música”, agrega Sánchez.

Sin embargo, señala que algunas industrias culturales “se dieron cuenta mucho antes de esta nueva tendencia y encontraron la forma de utilizarla en su propio provecho”. Por caso, la música y el entretenimiento audiovisual adoptaron rápidamente la modalidad de ofrecer sus contenidos en formato *streaming*, *on demand* y *on-line*, como Netflix (cine y series), Souseek (música) y muchos otros. Todas estas plataformas tienen en común el hecho de brindar entretenimiento a pedido, a la medida del usuario y cuando este lo desee, a diferencia de las grillas televisivas o radiales.

De hecho, hasta existen emprendimientos nacionales, e incluso públicos, que sacan partido de esta nueva demanda, como CINE.AR Play, nacida como

canal de cable del Instituto Nacional de Cine y Artes Audiovisuales (INCAA) y que, en la actualidad, convertida en señal satelital, brinda un servicio *on demand* de películas y series argentinas. Además, es un éxito rotundo que ya suma 850 mil usuarios. En contraste, la última Encuesta Nacional de Consumos Culturales, que realiza cada cuatro años el propio Sinca, arrojó que entre 2013 y 2017 hubo descensos significativos per cápita en las cifras de películas vistas en el cine y en las asistencias a funciones de teatro (cabe aclarar que en muchísimos casos el motivo es económico).

Además, la medición –cuyos resultados se publicaron este año– arrojó que solo el 10 por ciento de los encuestados lee en formato digital y que la mayor parte de ellos lo hace en la pantalla de la PC. En este punto, Sánchez advierte que la industria editorial “la está pasando mal, porque el contenido de un libro

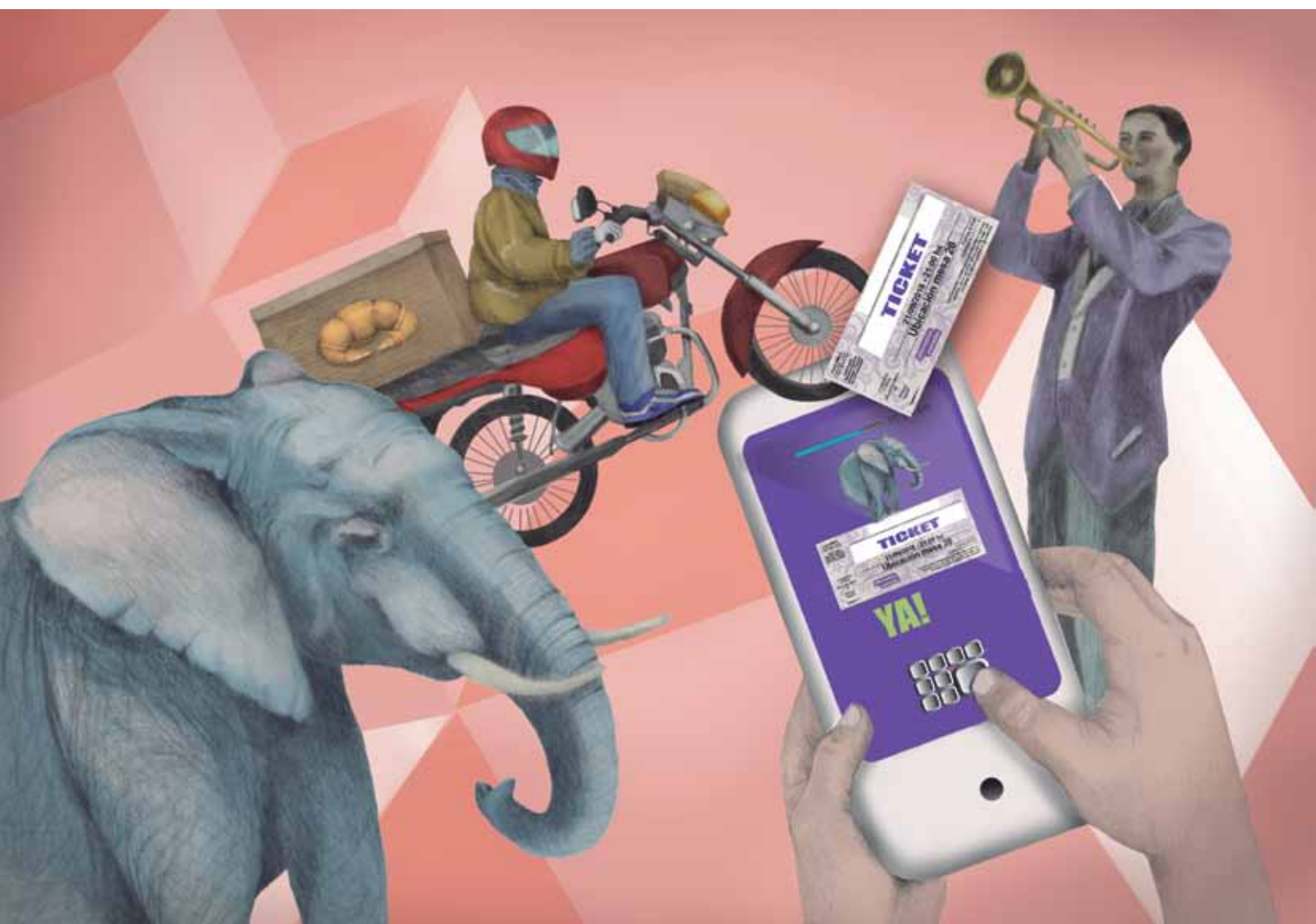
es mucho más difícil de ajustar a las posibilidades del celular”, y que las empresas editoriales recurren a acciones como, por ejemplo, procurar que una *celebrity* o un *influencer* recomiende sus libros en las redes sociales.

LA EXPERIENCIA DE COMPRAR

Nueve de cada diez argentinos compraron alguna vez en Internet, y cinco de ellos lo hicieron en los últimos seis meses. Así lo informa Mateo Navarra, cofundador en Córdoba de la empresa de servicios tecnológicos Locus y a la vez director de la Cámara Argentina de Comercio Electrónico (CACE) para la zona centro del país, que incluye a Córdoba y al interior rural bonaerense. Según la CACE, en el área metropolitana de Buenos Aires se »

“Hoy las redes sociales se convirtieron en la versión moderna de la tertulia con amigos en el café”.

Ariel Hajmi



concentra el 49 por ciento de las ventas *on-line*, seguida por la zona centro con el 26 por ciento, mientras que el resto de las regiones no pasan de un dígito.

Por otra parte, Navarra informa que lo que más se compra en forma *on-line* son pasajes para turismo, indumentaria deportiva, aires acondicionados, artículos electrónicos, celulares y entradas a espectáculos. “En los últimos dos años venimos notando un incremento de operaciones en categorías que hasta hace poco no tenían tanta frecuencia de compra, como alimentos y bebidas, cosmética y perfumería, calzados e indumentaria no deportiva”, agrega.

A su vez, la gerenta de Marketing de Mercado Libre para Argentina, Guillermina Coto, advierte que el 76 por ciento de las visitas que reciben, se realizan desde *smartphones*, tanto para simples búsquedas como para compras concretadas. También destaca que esto ocurre sobre todo en las franjas horarias de la

mañana bien temprano y al atardecer: “Coincide con los viajes de ida y vuelta del trabajo”. Agrega que en la actualidad, se contabilizan unos seis millones de entradas al sitio por día, y para las fechas de promociones especiales como los ya consolidados Hot Sale y Cyber Monday, más de siete millones, que representan casi el 16 por ciento de los argentinos.

Sin embargo, Coto admite que, a pesar de su crecimiento exponencial, el comercio electrónico todavía representa apenas el tres por ciento de las ventas minoristas del país, cuando en países como los Estados Unidos llegan al diez. Anticipa que, en un corto plazo, los próximos usos de la *app* de Mercado Libre serán comprar crédito para el celular y pagar en cadenas de gastronomía y estaciones de servicio. “Hoy la clave de las ventas pasa por la experiencia del consumidor, que incluye la facilidad y la comodidad con que se concreta una compra, el acceso inmediato

desde cualquier lugar y el no tener que trasladarse ni cargar cajas en el auto”, sintetiza.

En forma paralela, junto a esta expansión del comercio tecnológico es notable el crecimiento de formas alternativas de consumo ligadas a la nutrición saludable. Por caso, el empresario gastronómico Pablo Lorenzo, socio fundador de Tea Connection y Green Eat, explica que la idea original de ambas cadenas radica en “desindustrializar las comidas recurriendo a productores naturales e informar a los clientes de dónde proviene cada ingrediente”. A su vez, sumó un formato de atención ágil y juvenil, que incluye combos y *packaging* para llevar, más todos los adelantos del *e-commerce*.

En suma, agilizar el trámite, hacer las cosas más fáciles y disfrutar la experiencia: la ideología de los consumidores de hoy. ■

✉ redaccion@convivimos.com.ar

Loi Suites Iguazú

Una selva cinco estrellas

Es uno de los hoteles de lujo más exóticos de Puerto Iguazú. Ubicado en el corazón de la selva misionera, ofrece una experiencia extrema, única y comfortable.

Armoniosamente sumergido en la selva subtropical Iryapú, se encuentra Loi Suites Iguazú, un hotel cinco estrellas que invita a perderse en la profundidad del ecosistema, lejos de las rutinas y el estrés. Es una opción ideal para una escapada en pareja o unas minivacaciones en familia. Este oasis se encuentra estratégicamente ubicado a solo minutos de las Cataratas de Iguazú, el aeropuerto y la ciudad de Puerto Iguazú.

Todas sus 162 amplias habitaciones cuentan con increíbles vistas, Internet, flat screen TV con cable, frigobar, escritorio de trabajo y control de temperatura individual. Pero son sus piscinas exteriores las que distinguen a este exquisito hotel. Están dispuestas escalonadamente y rodeadas de grandes árboles nativos.


Otro de sus principales atractivos son las denominadas Vilas, ubicadas en un sector especial del complejo e intercaladas en perfecta armonía con la naturaleza, entre ruidos de agua y animales que circundan la zona. Las nuevas Vilas Royal proponen 57 metros cuadrados de sofisticados detalles y servicios únicos, con balcón con jacuzzi, para relajarse en medio de la imponente selva misionera.

Los huéspedes también pueden disfrutar del gimnasio, una sala de juegos infantiles y el *bondinho*, un pequeño funicular que permite descender hasta la orilla del río Iguazú para disfrutar de un paisaje privilegiado. El hotel propone, además, adentrarse y descubrir la selva recorriendo los senderos peatonales autoguiados que se extienden por los alrededores. Es posible transitar pequeños tramos o realizar un circuito completo de dificultad media/baja completando una hora de aventura.



Con una magnífica vista, el restaurante Naipi invita a degustar los mejores platos de cocina internacional elaborados con los productos más frescos de la región. Una experiencia de sabores verdaderamente única acompañada por las mejores etiquetas de vinos. Para disfrutar al aire libre, en un ambiente más relajado y casual, Tiki Bar, frente a las piscinas, ofrece una carta ligera y descontracturada, jugos tropicales, tragos y opciones para tomar el té por la tarde.

Completando la propuesta, el spa Namasthé, un lugar único basado en el concepto del agua y la tierra, con-

quista los sentidos con intensidad. Es el sitio ideal para disfrutar de baños de vapor húmedo, ducha escocesa y jacuzzi ozonizado integrados por circuitos de aguas puras y con altos contenidos minerales que, combinados con sesiones de masajes, buscan generar una conexión profunda entre cuerpo y alma. 

Más información:
reservas4@loisuites.com.ar
www.loisuites.com.ar
 + 54 11 5777 8950 (Bs.As.)

✉ redaccion@convivimos.com.ar

Roberto Moldavsky

“El humor tiene que tirar un poquito de la cuerda”

Después de un largo camino ajeno a las luces del teatro, Moldavsky se encuentra viviendo un sueño que no soñó, pero al que se aferra con la risa como arma principal.

Por Juan Martínez Fotos Patricio Pérez

Siempre enérgico, esta tarde Roberto Moldavsky luce algo más apagado. Tiene lógica: viene de un viaje de 17 horas desde Croacia, donde cumplió con el rito de encuentro cada dos años con amigos de la secundaria. Durante todo el día no pudo meter una siesta, y el *jet lag* hace su trabajo sobre el físico del humorista. Intentando aprovechar esa guardia baja, uno de los carniceros de la esquina que frecuenta habitualmente lanza el golpe: “¿Qué pasa? ¿Hoy no hacés chistes? Estás muy serio...”. Ahí el león herido recupera los reflejos y tira un contragolpe que despeja las dudas sobre su lucidez: “¿Y qué querés? Mirá los precios que tenés”.

Es que el humor de Moldavsky primero se hizo aquí, en la calle, en situaciones cotidianas, y luego se vistió un poco más elegante para subirse al escenario. La suya es una historia que no iba a escribirse, un borrador que nadie había visto, hasta que de un momento a otro el vendedor de telas del barrio de Once se anotó en un curso de *stand up*, y esos chistes sueltos se convirtieron en una rutina que llena teatros.

¿Estás acostumbrado ya a todo esto?

Todavía no, no lo puedo creer.

Aparezco en esos *rankings* de venta de entradas... Con los músicos y todo el equipo lo disfrutamos, vivimos el momento *a full*, sin preguntarnos demasiado por qué.

“Cuando las personas empiezan a reírse y a aplaudir, me convengo de que es el mejor laburo del mundo”.

¿Nunca te lo preguntás?

En realidad, yo sé por qué pasa esto: la gente se ríe mucho en el *show*. Esto es como un buen restaurante en el que comés bien, y entonces les decís a tus amigos. No me quiero hacer el falso humilde. Yo sé que armamos un *show* muy divertido, muy gracioso, con muy buena música, con muchos momentos buenos. La gente viene y lo recomienda. También hay muchos reincidentes; pasa que viene gente mayor, que no se acuerda de que ya vino...

Siempre fuiste un tipo gracioso, pero entre eso y armar un show hay una distancia grande...

Enorme. Siempre fui el gracioso del grado, pero hay tipos que son los graciosos del grupo y después no pueden llevarlo a cabo; o guionistas que son bárbaros, pero a la hora de decir las rutinas ya no son tan graciosos. Igual, no lo tengo cocinado, lo peleo cada día. Por suerte, tuve muy buena escuela, me crucé con Fernando Bravo, Gustavo Yankelevich, Gerardo Rozín, que son tipos que me ayudaron mucho a entender los distintos ámbitos. Estoy estudiando con los mejores. Sé que soy gracioso, aunque obviamente hay gente a la que no le gusta lo que hago. A partir de ahí, trato de laburar, cambiar, sumar, aprender, escuchar. Se labura muy duro para llegar al *show*.

¿En algún momento te dio vértigo esto de que alguien pague para verte a vos?

Hasta ahora me sigue dando. Termina el *show* y le agradezco a la gente de corazón que haya ido, que haya pagado, que haya hecho el esfuerzo e invertido horas, plata, tiempo. Mucha gente viaja especialmente. Trato de devolverle lo mejor que tengo, soy un agradecido. La gente conmigo es increíble. Me pasa- »



“No soy actor, pero me encantaría serlo. Podríamos catalogarlo como un sueño”.

ron cosas muy fuertes. Hace poco una señora que finalmente falleció pedía que le pusieran videos míos mientras estaba internada, y le grabé un saludo a pedido de la hija. De un tipo no me olvido más: se hacía quimioterapia y venía al *show* cada semana en la que le tocaba sesión. Me decía “Vengo porque me hace ir con más pilas al tratamiento”. Eso es increíble, y por suerte él está bien ahora. Las personas son lo mejor que tiene este laburo.

Vos también sos público, siempre fuiste consumidor de humoristas

Sí, soy un gran teatrero. Cada vez que puedo, voy a ver algo. Soy el mejor público para humoristas, porque muchas cosas me hacen reír. Soy ideal.

¿Te irías a ver a vos?

Es fuerte decirlo, pero creo que sí, que me iría a ver. Pero también hay tantos talentosos por ahí que me levantan el ánimo, los vería a todos. Toda la vida me gustaron los cómicos. Por mis funciones no puedo ir tanto; pero apenas tengo un hueco, voy. El otro día fui a ver a Radagast, que está a las doce de la noche, cuando salí de mi función. Lo disfruté muchísimo.

¿Y te engancharías con el humor por fuera de ese círculo? ¿El de Instagram, por ejemplo?

Sí, me encanta. Yo a Radagast lo conocí por Instagram y después me acerqué a choulularlo. Ahora tenemos una linda relación. Me encanta todo lo que veo en Instagram: soy fanático de la familia Granados, de Rada, Natalia Carulias, Pugliese, Barraza, Wainraich, Dalia Gutmann, Sanjiao. A todos me encanta mirarlos. Yo no laburo tanto en Instagram, soy haragán, pero disfruto lo que hacen los demás.

Leí que antes veías programas de humor y decías “Yo podría estar ahí”, ¿te imaginas todo esto?

Nunca. Es como ese pibe que juega bien al fútbol, mira un partido y

dice “Podría haber jugado ahí, pero ya pasó”. Yo ni de casualidad me podía imaginar esto. No era mi sueño, porque ni siquiera lo tenía en la cabeza. No es que estaba empezando en cuevas y pensando que algún día iba a llegar. Cuando comencé a hacer *stand up* sí se convirtió en mi sueño, pero antes no. Era como pensar en jugar en la selección: me encantaría que me pasara, pero no es posible. Después, cuando comencé, disfruté cada momento. Actuaba una vez por mes para 150 personas y era increíble; luego actuaba dos veces por mes para 300 personas y era de locos; y ahora estoy cada fin de semana para mil y pico de personas, más la radio y a veces ir a la tele...

¿Que se volviera un trabajo no provocó un desgaste? Ahora estás obligado a ser gracioso...

No. Yo antes pensaba “Los pibes de *Toc toc*, que actúan en la obra hace diez años y dicen el mismo texto, ¿no están hartos?”. Y no, no estás hartos de algo así. Hay una parte que se mecaniza y es trabajo, pero la risa de la gente te cambia la vida. Se empiezan a reír y te olvidás de todo. Es como cuando decís “Me da fiaca ir a bañarme”, pero cuando estás en la ducha la pasás bárbaro y no querés salir. Es algo parecido. A veces estoy yendo y pienso “Uh, otra vez”, pero a los cinco minutos, cuando las personas empezaron a reírse y a aplaudir, me convenzo de que es el mejor laburo del mundo.

Esta carrera se te abrió a los 50 años, ¿te hubiera gustado que llegara antes?

A veces lo digo, sí, pero es una estupidez. En ocasiones estoy cansado y pienso “Qué lástima que no me agarró diez años antes”. Escucho tipos que se separaron y dicen que deberían haberlo hecho antes, y no creo en eso. Uno hace las cosas cuando puede. Todas. Por ahí pensás un viaje a los 20 años y lo concretás a los 40. Esto vino ahora, y bienvenido.

No debe haber sido fácil decidirte...

No, porque mi vida cambió total-



mente cuando decidí dedicarme a lo artístico en forma exclusiva: se terminó mi matrimonio, dejé el negocio. Yo esto no lo hago pensando en dejarles un ejemplo a mis hijos, pero creo que finalmente lo hago: tomar el riesgo de llevar a cabo lo que te gusta a una edad en la que generalmente no se hacen grandes cambios.

¿Cuál es la clave de tu humor?


Pegar en algo que te identifique. Yo tengo que encontrar algo, aunque sea exagerado, con lo que vos puedas codearte con quien tengas al lado para decirle “Ese sos vos”. Es reconocer situaciones de las que por ahí no nos damos cuenta y hacerlas graciosas. Una vez Susana Rinaldi vino a verme y me dijo “Me reí todo el show, pero después me quedé pensando muchas cosas: lo que me amarga es tan estúpido que se vuelve gracioso”. Lo mismo pasa con la política, de lo que hago toda una sección, y es un riesgo. Obvio que les doy más a los que están en

el Gobierno, porque son los más actuales. Creo que los periodistas se tienen que ocupar de todos, pero más de los que están en el poder, y los humoristas hablamos de esa misma realidad. En mi monólogo les pego a todos. Bah, no les pego; me río.

Siempre tiene que haber algo de incomodidad...

El humor tiene que tirar un poquito de la cuerda. Si no, siempre vas a estar contando que vino un lorito y le dijo al otro lorito... Hay que interpelear un poquito. Hay límites, por supuesto, temas que son jodidos, y yo no me meto. No reniego del que lo hace, porque el humor negro me causa gracia, pero yo no lo hago. Tenemos que ir al borde un poquito más; si no, no movemos nada. Yo asumo el riesgo, pero de ninguna manera estoy tratando de bajar línea hacia ningún lado. Trato de reírme y de que nos riamos juntos de todo esto.

Ahora que todo esto fue posible, ¿sí soñás con algo?

Pasa que ahora estoy en medio del sueño y no sé qué más soñar. Quisiera que esto siguiera, ese es el sueño. Quizá sí me gustaría hacer algo copado en tele, pero algo que yo pudiera armar, no sumarme al programa de otro. No soy actor, pero me encantaría serlo. Podríamos catalogarlo como un sueño, pero la verdad es que yo firmo para seguir en teatro y radio como hasta ahora. No es firmar un empate, sino firmar que quiero seguir ganando así, que siga la racha. Siempre quiero crecer y busco proyectos, escribo cosas nuevas, estoy armando el show del año que viene y planeando giras. Si estás en la calle Corrientes con un teatro lleno, haciendo reír a la gente, con músicos increíbles, con gente querida laburando, ¿qué más querés? Quiero crecer, pero estoy muy feliz con lo que me pasa. 

✉ redaccion@convivimos.com.ar

Electroestimulación

Resultados inmediatos, esfuerzos cortos

Desde siempre, el deseo de la mayoría ha sido obtener más haciendo menos. En el plano del entrenamiento físico, la electroestimulación parece ser la respuesta a esa inquietud.

Por Juan Martínez Foto Gentileza X Body

Más con menos pareciera ser la ecuación perfecta. Eso es lo que persiguen (persequimos) casi todos. Es una búsqueda para alcanzar mayor eficacia, disponer mejor del tiempo, y también un deseo de gratificación inmediata: todo, ya y fácil.

La tecnología y su evolución permanente contribuyen a estas pretensiones: el reloj, el despertador, la calculadora, el teléfono, la agenda, la cámara de fotos, la filmadora, el teléfono y muchas otras cosas más, desaparecieron como objetos individuales para ser un solo dispositivo que llevamos siempre con nosotros. Allí mismo, una manada de aplicaciones compite por nuestra atención con la promesa de resolvernos en pocos pasos y sin esfuerzo de nuestra parte casi todos los aspectos de nuestra vida: charlar con amigos, pedir comida, llamar un taxi, reservar un hotel, conseguir pareja, hacer trámites y mil cosas más.

Por fuera de este universo siempre hubo actividades que requirieron obligatoriamente nuestra presencia, nuestro tiempo y nuestro sudor. La actividad física es una de ellas. Tener un cuerpo tonificado y lucir bien (sobre todo en verano) exigen una serie de esfuerzos que muchos no están dispuestos a realizar, aunque cada tanto pongan a prueba su voluntad. Hace relativamente poco llegó a nuestro país el *electrofitness*, un método de entrenamiento

con electrodos que desde hace algo más de una década se hizo fuerte en Europa apoyándose en su promesa de brindar resultados visibles en poco tiempo solo con un par de sesiones cortas a la semana.

La agitada vida de las grandes ciudades marida muy bien con este tipo de soluciones. Es en estas urbes y no en comunidades más pequeñas donde el método se instaló con mayor éxito. Y se entiende

“Es una actividad muy buena para personas que se encuentren en rehabilitación de alguna lesión”.

Eduardo Escot

por qué: largas jornadas laborales con traslados extensos en medio de un tráfico caótico dejan pocos minutos libres en el día para dedicarles a la familia, los amigos, el esparcimiento y alguna actividad personal. Los 20 minutos de las sesiones de electroestimulación encajan justo en medio de la clásica hora para almorzar que tienen los oficinistas, por ejemplo.

Aunque la oferta en el sector viene en crecimiento en el país (hay compañías alemanas, españolas y húngaras que poseen filiales locales que comercializan

sus dispositivos), por el momento es una actividad de “nicho”, y se requiere un entrenador por alumno (aunque la configuración de algunos modelos permite entrenamientos en grupo, en la empresa X Body lo desaconsejan y en Just Body reducen los grupos a dos o tres personas), lo que implica un precio alto por cada sesión. Esta búsqueda de gratificación inmediata, entonces, no se encuentra al alcance de todos.

Eduardo Escot, entrenador, considera que la presencia de diferentes empresas permitirá bajar los valores y prefiere poner el foco no en la velocidad de los resultados, sino en los posibles usos del método: “Es una actividad muy buena para personas que se encuentren en rehabilitación de alguna lesión o de la tercera edad, porque mejora la masa muscular y la densidad ósea sin cargar las articulaciones y sin provocar lesiones”.

“Yo entrenaba tres veces por semana con un *personal trainer* y andaba bastante en bici. La verdad, no conseguía bajar de peso ni tampoco me veía moldeada. No me sentía bien. En cinco meses de electroestimulación empecé a ver los cambios. No fue mágico, de un momento a otro, pero sí más eficaz que lo que hacía antes”, asegura Rosana Ponce, que es parte de la mayoría que se acerca a este sistema no como un deporte, sino como un tratamiento estético. Agustina Mazza, instructora, confirma ese perfil como el del usuario promedio: “Viene mucha



RESULTADOS


Entre los adeptos a la electroestimulación no solo hay gente que quiere conseguir resultados inmediatos con esfuerzos módicos, sino que algunos deportistas de elite incorporaron el método a sus rutinas de preparación física. El caso más notorio es el de Usain Bolt, el hombre más rápido del mundo, ganador de ocho medallas de oro olímpicas y once títulos mundiales, además de los récords vigentes en 100 y 200 metros.

En la previa a los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro, Bolt entrenó con dispositivos de la compañía Miha Bodytec, y los resultados lo acompañaron: obtuvo la victoria en sus tres presentaciones en Brasil.

gente a la que no le gusta demasiado hacer actividad física y a la que le resulta motivador ver resultados a la cuarta o quinta sesión de entrenamiento. Es muy estimulante para un sedentario al que no le gusta hacer actividad física saber que, si dispone de 20 minutos, dos veces por semana, puede reducir su porcentaje de grasa y conseguir que le duelan menos las rodillas”.

Hay quienes consideran, sin embargo, que se trata de una actividad deportiva, como Lorena Calvo: “Yo no voy a que me paren la cola, sino a estimular y ejercitar todo el cuerpo. Es una actividad completa, integral y deportiva. No es algo pasivo”, asegura. De todos modos, hace una aclaración: “Para mi edad, en la que no quiero correr maratón ni nada por el estilo, es ideal”. Y ahí está el quid de la cuestión: tener el cuerpo de un maratonista, pero sin correr los 42 kilómetros. Más rápido, más fácil.

Algunos especialistas, sin embargo, prefieren los entrenamientos tradicionales, como Germán Laurora, coordinador

de programas de entrenamiento en Megatlon y autor del libro *El personal trainer científico*, quien asegura: “Los que entrenan lo hacen para mejorar su calidad de vida. En cualquier método, antes de darles volumen e intensidad a las personas, hay que evaluar su calidad de movimientos, sus capacidades. El proceso, que es más largoplacista, pero más funcional, ayuda a enfrentar la vida cotidiana: yo puedo tener la necesidad eventual de levantar cosas del piso, de trepar, de saltar, de jugar con mis hijos en cuclillas, y todos esos movimientos se entrenan”. Por su parte, el Portal de Información de la Organización Mundial de la Salud (OMS) advierte que “la electroestimulación está contraindicada en el embarazo, en pacientes con marcapasos, en personas sin sensibilidad cutánea y en casos de insuficiencia circulatoria”, entre otros. Y recomienda “una vigilancia cuidadosa de esta práctica para impedir lesiones neurales”. 

✉ redaccion@convivimos.com.ar

El pensamiento positivo

“Ver el vaso medio lleno”, “levantarse de la cama con el pie derecho” o “querer es poder” son frases que inundan las redes sociales. ¿Pero para alcanzar la felicidad basta con solo proponérselo?

Por Gabriela García

Como cada mañana, Lilianna González buscó una frase motivadora para compartir con sus grupos de WhatsApp. En dos minutos había encontrado la idea para ese lunes tormentoso: “Aunque sea un día lluvioso, será un día maravilloso”. La envió con una seguidilla de emoticones con flores, pulgares para arriba y caritas sonrientes.

La cuestión es si realmente se puede tener un día glorioso con solo planteárselo. En otras palabras, si pensar en positivo ayuda a ser más feliz. La idea tiene defensores y detractores: para Lilianna, la jornada va a ser perfecta, solo porque queremos que así sea. No importa si la lluvia nos moja los zapatos, si el colectivo tarda el doble en aparecer o si llegamos al trabajo con la ropa empapada. Hay que ser optimista, aun con lluvia, porque es el primer paso hacia la felicidad.

Los sabios budistas recomiendan transitar por el camino del medio. Sin una idea funesta de nuestra existencia ni la adhesión a la llamada “tiranía del positivismo”, que obliga a ser optimista a rajatabla.

DESARROLLO PERSONAL

Florentina Sassoli, quien lleva más de 20 años trabajando en *counseling* y desarrollo personal, señala ante este mandato de ser feliz: “Está instalado, pero la felicidad está sobrevaluada y tiene un significado diferente para cada uno”.

“En mi opinión, lo que puede servir, no sé si para sentirse feliz pero sí con serenidad, es tratar de conocerse más e identificar esas vocecitas internas que todos tenemos. Son muy suaves y a veces no las escuchamos, pero nos orientan hacia donde tenemos que ir. En el cerebro hay reacciones neuronales que funcionan en automático desde los primeros



tiempos del hombre y que le permitieron sobrevivir en situaciones hostiles. Hoy se activan igual que en esos tiempos. Es como cuando alguien dice que tuvo una corazonada: la información está ahí, pero no estamos entrenados para identificarla”, explica la *counselor*.

¿PRESTAR ATENCIÓN A LA INTUICIÓN?

Ante esta pregunta, Sassoli alude nuevamente a ajustarse a cada situación en particular. Como dicen los maestros sufíes (el sufismo es una corriente del islam de carácter ascético): “Cuando cueste tomar una decisión, hay que prestar atención a cómo nos sentimos ante cada opción. Si elijo A, me lo imagino y empiezo a sentir nervios, vértigo o miedo, es información valiosa. Si elijo B y me siento relajada y liviana, también es un dato clave. Ambos mensajes del cuerpo pueden ayudar a tomar la mejor decisión para nosotros”, concluye. **C**

CONSEJOS PARA SENTIRSE BIEN*

- Antes de dormirse pensar en diez cosas por las que estemos agradecidos. Al agradecer se acelera la frecuencia de las vibraciones emocionales. Hay estudios que demuestran que prácticas como la meditación, el agradecimiento o el rezo ayudan a lograr serenidad.
- No compararse con los demás. Dejar de lado el “deber ser” y aceptarse tal cual uno es.
- No fijarse metas imposibles de cumplir: son un pasaporte a la infelicidad.
- No violentar al cuerpo exigiéndole más de lo que puede dar.
- Transitar por el camino del medio en situaciones muy polarizadas.
- Conectarse con el interior de uno mismo y “escuchar” al cuerpo.

*Por Florentina Sassoli



Paz, armonía y excelencia para una estadía inolvidable con sol, aire puro y el imponente paisaje de las Sierras Grandes es lo que propone Senderos del Tao en sus suites de montaña. En un predio de tres hectáreas atravesado por el arroyo Las Rabonas, todas las comodidades y un magnífico nivel de servicio a tan solo 200 metros de la Ruta 14. El cuidado diseño de los espacios asegura el confort y la comodidad hasta el último detalle, dando como resultado un ambiente ideal para relajarse y disfrutar del camino de la naturaleza. Acompañando el ambiente natural e integrándose en su entorno, nuestro Restaurante los espera para sorprenderlos con platos especialmente preparados para la ocasión dependiendo la época del año en que nos visite, nuestra gastronomía invita a un auténtico viaje culinario. Tanto si nos visita por negocios o por placer nuestra misión es hacer que su experiencia sea cómoda e inolvidable.

COMODIDADES Y SERVICIOS

- Piscina de 12 metros de largo
- Espacios de sombra
- Parrillas
- Cocheras
- Salón comedor para usos múltiples
- Servicio de lavandería y planchado
- Servicio de masajes
- Clases de Tai-Chi
- Chi-Kung (Gimnasia energética)
- Zen Shiatsu (Masaje digitopuntura)
- Reiki

RESTO

- Comida Gourmet
- Shows en vivo
- Energía solar

SUITES

- Sommier de una y dos plazas
- Losa radiante
- Energía solar
- Aire acondicionado frío - calor
- Wi-Fi
- TV LED HD 32"
- Frigobar
- Microondas

Senderos del Tao
SUITES & RESTO



☎ 011-4177-8642 | 03544-65-9367 | (03544) 45-9003

✉ info@senderosdeltao.com.ar | 📘 Senderos del Tao

www.senderosdeltao.com.ar | 🏠 Calle Ojo de Agua S/N, Ruta 14 Km 108,5, Las Rabonas, Traslasierra.

INFORMACION Y RESERVAS

Lunes a viernes de 9 a 18 hs

Climatización inteligente

Cómo funcionan los sistemas de aire acondicionado que permiten programar la temperatura de la casa desde el celular. Una herramienta para ahorrar energía.

Por Ariel Hendler

El aire acondicionado concebido como una serie de artefactos aislados e independientes entre sí está a punto de convertirse en historia vieja.

Hoy es posible controlar todos los *splits* de la casa en forma centralizada e inteligente, así como programar su encendido y apagado a las horas y a la temperatura que uno desee, todo desde una aplicación en el celular y a cualquier distancia.

Para eso, es preciso incorporar un termostato que, al funcionar con la red wifi del hogar, convierte en inteligentes a todos los artefactos ya instalados. Solo hay que fijar el termostato en la pared, conectarlo con el *router* y bajarse la *app* al *smartphone*. En la pantalla del celular –y esto vale para todas las marcas y modelos–, el menú presenta todos los *splits* que se deseen programar junto con las distintas funciones: encendido y apagado, frío, calor, ventilación, y sus respectivas intensidades.


Por lo pronto, varias marcas globales ofrecen en nuestro país la posibilidad de acceder a esta tecnología y adaptarla a los *splits* ya instalados en el hogar. Así, las japonesas Daikin y Mitsubishi, con sus sistemas Online Controller y MSZ-LN, respectivamente, no solo sirven para programar desde la pantalla el clima de todos los ambientes para cada hora del día, sino también para monitorear el consumo de cada aparato y el de toda la casa con el fin de optimizar el gasto en electricidad.

Pero existen muchas otras posibilidades tecnológicas, todavía no muy difundidas en nuestro país. Por caso, la firma alemana Tado lanzó este año su modelo más reciente, el kit V3+, cuyo termostato está equipado con un dispositivo de geolocalización. Esto permite que el *split* se encienda en forma automática apenas el GPS detecta la presencia de los usuarios, y luego se apague cuando estos ya no es-



tén. Además, brinda información sobre el nivel de pureza del aire interior desde la pantalla del celu.

En tanto, el DualCool ThinQ Stand Inverter, de la firma coreana LG, es capaz de direccionar el flujo de aire hacia las personas que se encuentran en un ambiente cualquiera de la casa gracias a su sensor inteligente. Y más aún: puede medir a qué distancia se encuentra cada persona con el fin de adaptar la intensidad del flujo en forma inversamente proporcional a su proximidad. Además, se lo puede poner en marcha con una orden verbal, gracias a su dispositivo de reconocimiento de voz.

Esta última característica anticipa, quizás, un futuro en el que toda la automatización del hogar funcionará a partir de la voz humana. 

CONEXIÓN A TIERRA

Google lanzó este año, a través de su *startup* Alphabet, el sistema de climatización inteligente Dandelion Air, que emplea la energía calórica del suelo (o geotérmica). Se basa en una bomba que moviliza el calor desde el subsuelo terroso hacia la casa en invierno y, a la inversa, de la casa a la tierra en verano, a través de unos caños de plástico que van desde el subsuelo natural hasta el artefacto de cada ambiente. Aunque requiere una inversión inicial equivalente a 20.000 dólares, sus creadores aseguran que traerá un gran ahorro de energía. Eso sí: puede instalarse solo en casas con terreno o jardín.

ESCUCHÁ la radio DESDE TU SMARTPHONE

RADIOBRISAS



DESCARGÁ
NUESTRA **app**



Google play



Available on the
App Store

FACEBOOK / TWITTER: RADIOBRISAS

*info*BRISAS

Autismo

Derribar barreras

La experiencia de vivir con una persona con TEA (trastorno del espectro autista) transforma la vida de su familia. La importancia del diagnóstico temprano y cómo nosotros, como sociedad, podemos ayudar a derribar barreras.

Por **Alba Palavecino**

Cuando Iván (18 años) tenía once meses, Carina Morillo, su mamá –fundadora y presidenta de la Fundación Brincar por un Autismo Feliz–, notó que algo no andaba bien: “Por suerte mi hija mayor le lleva 22 meses, entonces tenía muy fresco lo que es convencional en el desarrollo, y el desarrollo motor de Iván era convencional, pero experimentaba mucha falta de atención; su juego era muy pobre”.

La pediatra le decía que los varones eran más remolones y que no lo comparara con su hermana, pero a ella esa explicación no le bastaba, por lo que comenzó un largo peregrinaje y, mientras tanto, los síntomas de su hijo se intensificaban: el juego se volvía cada vez más pobre, lloraba mucho, no miraba a los ojos, tenía mucha dificultad para dormir y sus intereses alimenticios eran muy restringidos –solo tomaba leche–.

Luego de un año y medio de tocar puertas, por fin dieron con el diagnóstico: Iván tenía TEA (trastorno del espectro autista), y la vida familiar cambiaría para siempre.

QUÉ ES EL AUTISMO

El TEA es un trastorno neurobiológico que dura toda la vida e implica una alteración en la habilidad de la persona que lo padece para relacionarse y comunicarse con los demás. Los patrones repetitivos y restringidos de rutinas, intereses y comportamientos son otros de los síntomas, que pueden fluctuar de leves a severos.

También existen dificultades en el procesamiento sensorial. “Todos nacemos con un filtro que no sabemos que lo tenemos que nos permite depurar información y aislarnos de los estímulos auditivos y visuales –explica Carina–; en las personas con autismo, ese traductor no existe o está modificado, lo que hace que toda la información les llegue con la misma intensidad y les resulte

“Las principales barreras son los prejuicios, están en la cabeza del otro”.

Carina Morillo

excesiva; es ahí donde aparecen las conductas inapropiadas, les dan berrinches o se aíslan”.

Si bien no hay forma de prevenir el autismo, es posible detectarlo a tiempo; por lo general es la familia la primera en percibir cuando algo “no cierra”. “Lamentablemente hoy en día siguen pasando esos dos años desde la sospecha del padre hasta que efectivamente se logra la ayuda –cuestiona la titular de Brincar–; todavía no todos los pediatras evalúan el modo en que se vincula el bebé: ¿mira a los ojos?, ¿responde cuando lo llaman por su nombre?, ¿nos imita?, ¿señala con el dedo?, ¿juega con otros chicos?”.

Juan Zemborain es arquitecto y papá de dos hijos, Anita (19) y Santiago (15). Santiago tiene TGD (trastorno generalizado del desarrollo). En su caso, todo comenzó con hipotonía y un hipotiroidismo que, aunque detectado, fue minimizado por los médicos que lo atendieron y tratado recién a los diez meses de vida, lo que le ocasionó un retraso madurativo. El diagnóstico también tardó en llegar: “Al principio –recuerda Juan– no le podían poner un nombre, lo único que sabíamos era que había que estimularlo”.

Su pasión por el ciclismo resultó ser un punto de encuentro; si al principio contribuyó para entrenar a Santi a fin de que superara su falta de tono muscular, más tarde generó que padre e hijo constituyesen un equipo hecho y derecho que en poco más de un año recorrería 4500 kilómetros en tándem y ahora se apresta a cruzar la cordillera: “Con el tándem logramos una conexión inmensa entre los dos, somos un equipo, porque si él se retoba y no quiere pedalear, la bicicleta no avanza, o sea que dependemos uno del otro. A ese equipo le pusimos de nombre ‘Empujando Límites’, como una idea de no saltar etapas, sino de a poco ir subiendo la vara para lograr cosas mejores”, arguye. Su sueño es hacer de Empujando Límites (www.facebook.com/empujandolimites/) su estilo de vida y pedalear por el mundo con Santi transmitiendo un mensaje inspirador:



CONSEJOS

Para las familias de personas con TEA es fundamental buscar ayuda y no quedarse solas creyendo que son las únicas que están recorriendo este camino. Es importante contar con el acompañamiento profesional y de pares que pueden compartir sus vivencias y brindar su compañía, inclusive a la distancia.

Para Juan Zemborain, su sostén emocional fue la religión y la contención del grupo de padres de los colegios de sus hijos. "A veces el autismo tiene muchos frentes, sobre todo cuando recibís el diagnóstico –afirma Carina Morillo–. A mí lo que me ayudó (porque atravesamos momentos muy bravos con el autismo) es pensar que cada día hubo algo bueno que me sucedió con Iván, por ejemplo que se vistió solo o me ayudó a ordenar la cosas del súper, y agarrarme de eso. Ese ejercicio me sirvió para tener aliento con el paso que seguía".

"Podemos pasarla bien con nuestro hijo, tenga lo que tenga".

También para Carina y su familia esta experiencia resultó transformadora: "Iván ha sido mi gran maestro de la coherencia, me ha enseñado a ser organizada, a anticiparle lo que necesitaba. Él es no verbal, o sea que se comunica a través de un iPad; nosotros tuvimos que aprender a usar un sistema de pictogramas para comunicarnos con él. Creo que a un nivel muy profundo nos sacó todo el exceso de equipaje que teníamos, porque nos vino a enseñar cuáles eran realmente las prioridades en la vida".

LA MIRADA DEL OTRO

"Las principales barreras son los prejuicios, están en la cabeza del otro –sostiene la mamá de Iván–. A veces el TEA tiene una connotación negativa, y pasa también que la mayoría de la gente lo desconoce, porque es invisible". De allí es que haya constituido una entidad como Brincar, cuya misión, al igual que la de otras organizaciones afines,

es concientizar de qué se trata este trastorno y cómo podemos como sociedad ayudar a las personas con autismo.

No hace falta ser expertos en nada para incluir al otro, simplemente se trata de mirarlo amablemente, estar disponibles y preguntarle "¿Cómo te puedo ayudar?".

"Vos no necesitás algo heroico del otro lado –asevera Morillo–. Cuando Iván tenía un berrinche en el supermercado, el hecho de que una persona mirase como diciéndome 'Sé lo que estás pasando y todo va a estar bien' ayudaba a transitar ese momento difícil".

La inclusión va de la mano del conocimiento: hablarle en forma clara usando las palabras precisas, cederle nuestro lugar en la fila si advertimos signos de impaciencia, entender que para él es muy difícil compartir, que se adapta a lo nuevo moviéndose mucho y mostrarnos tranquilos son algunas de las sugerencias que propone Brincar para tender una mano. ☑

✉ redaccion@convivimos.com.ar



Madic entra al agua por segunda vez en el día. Cada jornada de trabajo lo mantiene sumergido no menos de cuatro horas.



Desde el vientre de la mar

Gili Trawangan es una de las más de 17 mil islas que conforman Indonesia. Allí, entre el ruido del turismo, el agua cristalina y los arrecifes de corales, los habitantes locales siguen apostando a la pesca artesanal.

Fotos y texto: **Lucía Baragli**

Un hombre enredado en su red la revuelve y riñe con ella. Una mano la acaricia, ella cede, resbala como la seda mientras se expande y se contrae como una medusa escapando de la corriente. Tan azul que podría ser cielo, Madic convence a su red y juntos caminan hasta que el horizonte se hace líquido, tan transparente que al sumergirse pareciera estar sostenido por un blando cristal.

Como un pájaro en alto vuelo, la red despliega sus alas para zambullirse en el agua y recolectar el fruto de este mar, a veces generoso, otras tan avaro y codicioso.


Las horas dentro del agua se desvanecen, ya no son tiempo. Serán, en cambio, lo que la mar desee ofrecer; un puñado, quizás dos, de su vientre divino que en el año 2004 agonizó ante la presencia del tsunami que arrastró con su furia los arrecifes de la zona.

Para los que estamos en tierra han pasado más de dos horas. Del cielo azul se despega un punto, se agita y bambolea, mientras de a poco toma forma. Madic camina hacia la orilla. Mientras

abre la red y la sacude con la certeza del que sabe, cientos de destellos plateados vuelan por el aire hasta estrellarse en su destino final.

Madic tiene 40 años y durante toda su vida se ha sumergido en el horizonte para recolectar los peces que luego utilizará para pescar atún o barracuda, y, más tarde, venderá en el mercado local, donde serán devorados por hordas de turistas.

Su rutina lo mantiene más de cuatro horas por día con el agua hasta el cuello, y la paga por tal tarea se mide en puñados. El cálculo podría ser algo así: por un puñado (250 gramos), Madic recibe 10.000 rupias indonesias, que sería el equivalente a 0,70 centavos de dólar o una botella de agua. Si el mar ha sido muy generoso, puede entregar hasta tres o cuatro kilos diarios, un promedio de nueve dólares o el almuerzo en un restaurante turístico.

Madic nunca ha cruzado este horizonte, nunca ha salido de su isla. Él es un punto azul en el cielo, una ola más de ese mar. 

✉ redaccion@convivimos.com.ar



Siempre con la mirada en el horizonte, Madic prepara la red antes de sumergirse en el agua.



Hoy la pesca no fue generosa. Por cada kilo obtenido, recibirá 40.000 rupias, el equivalente a tres dólares.



Cientos de peces quedan esparcidos en la arena al ser liberados de la red. Luego, Madic los recogerá de a uno.



Bajo la mirada atenta de Jawi, su mujer, Madic prepara la pesca que se llevará al mercado local para ser vendida y, luego, devorada por turistas.



LUCÍA BARAGLI

Nació en Buenos Aires y vivió allí durante 36 años hasta que, en abril de 2018, vendió todas sus cosas, compró un boleto de avión, cargó la cámara de fotos y su colchoneta de yoga en la mochila, y salió con destino a Ubud, Bali, Indonesia, donde ahora es más feliz.

Horacio “Negro” Cortés

“El Maipo es mi amor”

Si vas al Maipo, lo ves. Es inevitable. Elegantisimo, de traje y con un moñito, el pelo bien corto a los costados y proyectado hacia arriba en líneas rectas, un bigote donde el negro dejó paso casi por completo al gris y al blanco, y una sonrisa pícara siempre asomando. Horacio Cortés, “el negro de la puerta”, el personaje en cuestión, es desde hace 24 años el jefe de sala de uno de los teatros más emblemáticos de la ciudad de Buenos Aires.

Llegó a la Capital desde Villa Robles, un pequeño pueblo de Santiago del Estero, hace 50 años. Por amigos en común conoció a Lino Patalano, quien un día le ofreció el cargo que hoy ostenta. “Yo ni sabía de qué se trataba, pero igual fui y pregunté después”, reconoce Horacio.

Dos horas antes de cada función (costumbre que adoptó en sus inicios, influido por Norma Aleandro y Alfredo Alcón), el jefe de sala del Maipo llega a su puesto de trabajo, que es el edificio entero: chequea la sala, revisa que esté limpia y ordenada, que no queden arreglos pendientes, y luego hace lo mismo en los camarines. Después de una segunda pasada por cada rincón, se pone lo que llama “el disfraz” y prepara el *hall* para recibir a la gente. ¿Ve las obras? No mucho: “Puedo mirar partes, pero tengo que estar atento a todo lo que pasa, porque la responsabilidad del público es nuestra. El rey de la sala son ellos”, explica.

Una hora después de la última función, el disfraz se guarda y la jornada termina.

Como una especie de maestro de ceremonias, es la cara más visible del teatro Maipo cada noche.

Amigo de artistas y del público por igual, quiere estar en este trabajo por siempre.


Por Juan Martínez Foto Patricio Pérez

“El Maipo es muy especial, es un teatro distinto”, asegura Cortés. Y parte de esa distinción radica en la presencia de este maestro de ceremonias que recibe al público con bromas, chicanas y sonrisas. La suya es una figura sin equivalente en otras salas, y ya es parte de la experiencia de ir a este teatro. En este lapso, cosechó amistades y cariños entre los artistas (a quienes considera compañeros de trabajo) y entre el público: Norma Aleandro lo invitó a comer a su casa y le cocinó más de una vez; Vargas Llosa pasó a saludarlo antes de asistir a una presentación cerca de allí; Enrique Pinti lo invitó a fiestas; el público, por su parte, lo llena de regalos (frascos de berenjenas, pollo en escabeche, vino, pan casero). “Eso tiene mucho valor, significa que los mimaste. Pasa que el Maipo tiene una actitud social distinta. Por ejemplo, a mí mis jefes me dejan hacer a veces algunas concesiones que después vuelven: hoy me lo cruzo a Topa o a Roberto Peloni, y se acuerdan de que yo los dejaba entrar de colados a ver obras. Ellos estudiaban teatro o cosas similares, lo necesitaban y el Maipo se lo permitió”, recuerda.

En un edificio con más de 100 años, las historias de fantasmas suelen pro-

liferar. Esta no es la excepción, y ese fantasma tiene nombre: Luis Efraín Cáceres. Como contó el propio Cortés hace poco en una radio, Cáceres era un trabajador del teatro que se suicidó ahí mismo y cuyo espíritu, coinciden todos, se quedó dando vueltas: “Es juguetón, no dañino. Yo lo saludo, y cuando me toque no estar más en este plano, espero estar por ahí, jugando con él. Imagino que me divertiré”.

En su futuro ideal se cruzan dos imágenes: él en el Maipo hasta el último de sus días o él regresando al monte, en su Villa Robles natal. Aunque, asegura, ya se convirtió en “un pedazo de cemento y electricidad”, no olvida sus raíces y siente el llamado: “Vengo de la tierra, del monte, y quizá tenga que volver allá”.

Cuando le cuesta pagar el alquiler o se siente solo en su casa, Horacio se arrepiente de haber priorizado el trabajo por encima de todo lo demás. La sensación, sin embargo, se evapora cada vez que ingresa a la que considera como su casa. “Es raro que en estos días uno descubra el amor por el trabajo. Yo voy todos los días contento”, cuenta sin poder evitar la emoción. “Y eso que perdí cosas por estar acá: amores que no aguantaron esta rutina, mejores ofertas económicas en otros trabajos. Pero me encanta este lugar. Estoy cerca de la jubilación, pero no pienso jubilarme de nada. No sé qué haría en otro lado. En realidad, no perdí un amor, sino que mi amor es el Maipo. Lo demás es como el viento: pasa de largo”. 





Puerto Madryn

Un viaje de ensueño

Ver saltar a las ballenas, reírse con el andar señorial de los pingüinos, jugar con lobos marinos, pescar en el río Chubut o tomar sol en una playa interminable es posible en Puerto Madryn.

Por **María Eugenia D'Alessio** Fotos **Gentileza Ente Mixto de Promoción Turística de Puerto Madryn y Fabián Quiroga**



La ballena franca austral puede verse a simple vista desde la costa; este año hay récord de ejemplares.

La ciudad chubutense es un destino inolvidable para quien se atreve a vivirlo. La inmensidad y la grandiosidad de la naturaleza hacen de este un escenario único en el mundo. La protagonista es la ballena franca austral, que elige las aguas de los golfos Nuevo y San José para parir a sus crías, amamantarlas, aparearse y socializar. Según el Instituto de Conservación de Ballenas (ICB), se calcula que hay entre 12.000 a 17.000 de estos ejemplares en el hemisferio sur, de los cuales más de 1000 llegan cada año a

estas aguas. Puerto Madryn está ubicado alrededor del golfo Nuevo, por lo que es fácil ver a los cetáceos mientras se camina por la playa o se transita por el Boulevard Almirante Guillermo Brown, que bordea la costa. Además, muchos de los hoteles tienen vista al golfo, por lo que despertarse temprano y correr hacia la ventana es siempre una buena idea.

Las ballenas comienzan a llegar en junio y se las puede ver hasta diciembre, aunque septiembre y octubre son los meses con mayor cantidad de concentración de ejemplares. En la zona de las playas Las Canteras y El Doradillo, Área Natural

Protegida a unos 15 km del centro de la ciudad, se las puede ver a poca distancia: las aguas allí son calmas y profundas, lo que las hace ideales para que las madres cuiden y amamenten a sus crías recién nacidas. Se recomienda ir con mate para pasar el rato y llevar algo sobre lo que sentarse, porque la superficie es pedregosa.

Entrar al hábitat natural de las ballenas es como meterse adentro de un sueño. En Puerto Pirámides (Península de Valdés, Patrimonio de la Humanidad desde 1999), puede hacerse realidad. Para llegar hay que recorrer 94 km por camino de asfalto y de ripio, a poca velocidad. La »



Las ballenas son curiosas y se acercan a las embarcaciones, junto a sus crías.



Miles de pingüinos llegan a la reserva de Punta Tombo, donde se los puede ver en su hábitat natural.

En Trelew, 65 km al sur de Madryn, se puede visitar el Museo Paleontológico Egidio Feruglio, uno de los más importantes de Sudamérica.

buena noticia es que en el trayecto pueden verse liebres maras, zorros grises, guanacos, choiques y peludos.

En el camino de ida o vuelta de Península, se recomienda visitar el Centro de Interpretación Istmo Ameghino, donde hay información didáctica sobre la flora y la fauna de la zona, ilustraciones y hasta una réplica a escala de una ballena.

En Pirámides hay empresas con embarcaciones de distintos tipos para hacer el avistaje, todas con guías especializados. Una vez en la embarcación y apenas se ingresa al agua, comienza la aventura. Hay que hacer silencio, saber esperar y dejarse sorprender: los ojos grandes, las colas y aletas son lo primero en aparecer; las ballenas son curiosas y no dudan en acercarse a los barcos o pasar por debajo

de ellos. Van junto a sus crías, así que la emoción es doble, y a veces más. Si hay suerte, algún ejemplar saltará. Mientras la naturaleza se encarga del espectáculo, los guías explican, en voz baja, cómo es el ciclo de vida de estos gigantes del agua. El viaje dura una hora y media, pero el recuerdo queda para siempre. Las embarcaciones llegan también a la lobería, donde es posible ver de cerca cómo decenas de lobos toman sol y nadan allí.

A este último punto puede accederse también en vehículo o caminando desde Pirámides; es una hora a pie, pero el paisaje vale la pena.

El espectáculo no termina ahí: a unos 77 km está Punta Norte, en donde hay uno de los apostaderos más grandes de lobos marinos de un pelo. Hasta ahí llegan, de septiembre a abril, orcas. Es uno de los avistajes más difíciles, que convoca a fotógrafos, documentalistas, científicos y turistas del mundo entero. Las orcas van a alimentarse de las crías de lobos que, nacidos a principios del verano, comienzan a separarse de sus madres y a nadar solos. Para cazarlos utilizan la técnica conocida como "varamiento intencional": se varan en la playa y aprovechan el impulso que les dan las olas para atacar a sus presas, que luego comparten con su familia. El pico de la temporada dura entre 10 y 15 días, y no es fácil verlas. Hay que tener paciencia y esperar la marea alta.

Hacia el sureste de Puerto Madryn, a 76 km por la Ruta Provincial 5, se llega a Punta Ninfas: pequeños arbustos, grandes acantilados, cielo azul, algunos fósiles y, abajo en la playa, elefantes marinos tomando sol. El lugar no tiene mucha difusión, pero vale la pena conocerlo y disfrutar de la paz, el sonido del mar y la vista, infinita.

Es posible observar también delfines, sobre todo entre enero y marzo, atraídos por las anchoas. Se mueven en manadas, son sociables y curiosos, lo que facilita su avistamiento desde embarcaciones. Otro imperdible es la tonina overa, cuyo avistaje se realiza cerca de Rawson.

COMO SEÑORES CON *SMOKING*

A 100 km de Madryn está Punta Tombo, la pingüinera continental de

pingüinos de Magallanes más grande del mundo. Es una franja costera de 3 km de largo por 600 metros de ancho, que llega a albergar unos 400.000 ejemplares. Las visitas pueden recorrer los 3 km de senderos y pasarelas que atraviesan la reserva, con algunos recaudos: los pingüinos tienen prioridad de paso, no hay que molestarlos, tocarlos o alimentarlos. Si se respeta su ambiente, se puede observar cómo viven: se pasean, buscan a su pareja; algunos sacan comida del agua o se dan un chapuzón, mientras las hembras cuidan los huevos en su nido. Están en su hábitat natural, así que la experiencia puede aprovecharse al máximo. Son animales muy curiosos, pero lo mejor es no intentar acercarse mucho con la cámara, para no recibir un picotazo.

En la reserva hay un Centro de Interpretación con servicios, en donde los guías dan información acerca de la vida de esta especie. Allí además se hace investigación y se trabaja para protegerlos. La temporada de pingüinos va de septiembre a marzo, pero en verano puede verse la mayor cantidad de ejemplares.

PARA DIVERTIRSE EN EL AGUA

Según la época en la que se visite, en Puerto Madryn hay alternativas para todos los gustos: *stand up paddle*, *windsurf*, *kite surf*, paseos en kayak, paseos en catamarán para los que prefieren la superficie, pero también se puede bucear o practicar *snorkel* e interactuar con lobos marinos. Estas actividades están diseñadas para que todos puedan practicarlas: desde quienes no tienen conocimientos previos hasta expertos. Para principiantes, los programas incluyen una clase teórica, una práctica y buceo a poca profundidad. Hay bautismo submarino, *snorkeling* y buceo con lobos marinos en la reserva Punta Loma (el único apostadero permanente de esa especie). El hecho de que no haya depredadores en la zona, como la orca o el tiburón blanco, y la curiosidad de los lobos hacen que la interacción con ellos sea alta.

Para quien prefiere las playas, estas son anchas; se puede estar cómodo y



Los lobos marinos son otro atractivo y se puede ver cómo viven en comunidad.



Aunque difíciles de ver, las orcas convocan a científicos y fotógrafos del mundo entero.

tener un espacio propio. Hay paradores con restaurantes que sirven exquisitos platos, en donde se puede desde tomar un trago hasta comer una picada de mariscos.

Y si el plan es ir de pesca, existen

agencias que se ocupan de organizar la actividad; buscan al visitante en el hotel y lo llevan a distintos puntos. Se pescan truchas, pejerrey y percas. [C](#)

✉ redaccion@convivimos.com.ar



Los avistajes de ballena se hacen en barcos o lanchas, y salen desde Puerto Pirámides.

DATOS ÚTILES



CÓMO LLEGAR

En auto desde Buenos Aires tomar la RN 3 hasta Azul; continuar por la RN 226 hasta Olavarría y seguir por la RP 76 y RP 51 hasta Bahía Blanca. Desde ahí, RN 22 pasando por Río Colorado y continuar por la RN 251 hasta San Antonio Oeste. Seguir por la RN 3 hasta el acceso a Puerto Madryn.

En avión, por Andes hasta Puerto Madryn o por Aerolíneas Argentinas hasta Trelew.

En colectivo, hay varias empresas que llegan a Madryn desde las ciudades más importantes del país.

CÓMO MOVERSE

Lo ideal es alquilar un vehículo al llegar, mejor si es 4x4. Si se va en auto propio, hay que revisar antes ruedas, aceite, frenos, agua. Recordar que la mayoría de los caminos son de ripio, por lo que es necesario que el vehículo se encuentre en buen estado. Antes de cada paseo, asegurarse de tener el tanque de combustible lleno.

Hay también *transfers* y colectivos que llevan a los principales puntos turísticos; conviene averiguar en la agencia de información turística de la ciudad.

QUÉ LLEVAR

Calzado deportivo o de *trekking*, ya que los caminos son agrestes. En días fríos, utilizar una prenda de algodón en contacto directo con la piel; luego, algo aislante del frío como lana o sintético, y siempre, un impermeable o rompivientos. Aunque la temperatura sea baja, resguardarse del sol con anteojos, gorro y crema protectora, y llevar crema humectante para piel y labios, ya que el clima es muy seco.

DÓNDE ALOJARSE

Madryn tiene 7800 plazas hoteleras y hay para todos los bol-

sillos: una habitación con desayuno en base doble en hotel 4 estrellas cuesta desde \$2500; en dormis por persona el costo va desde \$270. En temporada de avistaje de ballenas conviene reservar con anticipación.

FESTIVALES

Del 7 al 13 de septiembre se realiza el Festival Internacional de Cine de Puerto Madryn, Mafici. Del 3 al 6 de octubre, el Patagonia Eco Film Fest, un festival internacional de cine ambiental. Y todos los años, en junio, se lleva a cabo el Festival Gastronómico Madryn al Plato.

Casa Bemberg

Historia, confort y naturaleza

Reabrió sus puertas una exclusiva casa de huéspedes en Puerto Libertad, Iguazú. Lugar ideal para parejas, grupo de amigos o pequeños contingentes corporativos.

Casa Bemberg está situada estratégicamente sobre las barrancas del río Paraná. Su construcción (1930) encierra una atractiva historia, relacionada con quienes fueron los pioneros y fundadores de Puerto Libertad: Otto y Federico Bemberg.

Cuenta con cinco habitaciones distribuidas en dos plantas (tres dobles matrimoniales y dos dobles *twín*), y algunas de ellas pueden ser triples. Todas tienen baño privado, amenidades de yerba mate, aire acondicionado, ventilador de techo y wifi. Dentro de los espacios comunes, los huéspedes pueden disfrutar del *living* con biblioteca y el comedor donde se sirven el desayuno, el almuerzo y la cena. Entre los platos de su cocina, predominan las comidas típicas de la zona con recetas caseras. Además, la casa posee una galería con salida al parque con vista a la piscina y al Paraná.

ACTIVIDADES

Entre las actividades sugeridas, se destacan:

-**Caminata en la selva, avistaje de aves & historia natural:** recorrido por los senderos de la Reserva Puerto Bemberg de casi 300 ha, acompañados por guías especializados en naturaleza. Oportunidad para el avistaje de aves y animales silvestres, e interpretación de la flora y la fauna, pasando por una cascada conocida como salto Guatambú.

-**Bicicletas:** a disposición de los huéspedes para alquilar en su tiempo libre. En ciertas ocasiones, una salida en bicicleta forma parte de la actividad programada en el día, visitando las Minas de Santa Catalina.

-**Recorrido histórico:** visita a la Capilla y al Museo Andrés Johnson; degustación de guarapo.



-**Té tradicional:** actividad para conocer de cerca la yerba mate, sus usos y costumbres, degustando un mate cocido típico de Misiones.

-**Clase de cocina regional:** actividad que permite introducirse en los usos de productos regionales.

-Paseo en lancha por el río Paraná y visita al salto Yasy.

Casa Bemberg es una nueva alternativa de alojamiento, pensada para los amantes de la intimidad. Un lugar para hacer base y desde allí explorar

la selva atlántica y las Cataratas del Iguazú. En definitiva, una increíble manera de entrar en contacto con lo autóctono, con lo esencial. Una de esas aventuras que siempre soñamos concretar. **C**

Más información:

info@casabemberg.com

www.casabemberg.com

03757 49-6464 / 49-6500

✉ redaccion@convivimos.com.ar

¡Que canten los niños!

Los coros en las escuelas tienen múltiples beneficios para los chicos y adolescentes. Desde fomentar la socialización y el autoconocimiento hasta mejorar sus trayectorias educativas. También contribuyen a transformar las instituciones.

Por Dai García Cueto Foto AFP

Hay muchas razones para que el canto esté incorporado en las currículas de los sistemas educativos. Cantar es tan propio del ser humano como hablar; entonces, que los estudiantes de nivel escolar puedan hacerlo aporta al desarrollo de la comunicación y de la expresión sonora, entre otros beneficios. La lista de efectos positivos es amplia y diversa, abarcando aspectos físicos, psicológicos, sociales, musicales, culturales, educacionales y expresivos de niños y adolescentes.

Si hablamos de la importancia de armar un espacio coral dentro de una escuela, hay que empezar por el impacto que tienen en los procesos educativos y cognitivos. En la mayoría de las experiencias, los chicos que participan del coro obtienen mejores resultados en el resto de las materias. “El estudio sistemático de un instrumento, en este caso la voz, les da un objetivo, los ordena y les permite ver el progreso. En las escuelas, a veces, esto no sucede y les cuesta concentrarse. El aprendizaje musical que van incorporando los ayuda en el rendimiento escolar”, explica Juan Pablo Cadierno, director del coro de la Universidad Nacional de Tucumán y del coro preparatorio de estudiantes secundarios de la Escuela Manuel Belgrano.

“¡Hay equipo!” es una frase que se escucha entre los deportistas, sin embargo, también se aplica a los coros, ya que cada uno de los integrantes es fundamental para que el grupo funcione y el resultado será inalcanzable sin el compañero de al lado. A su vez, se parecen a los deportes en cuanto al entrenamiento y al ensayo que requieren, aunque a diferencia de las actividades

objetivos comunes. De esta manera, el joven aprende a trabajar socialmente y en beneficio de un grupo”. Para Guillermo Pellicer, director de coro en la Escuela de Niños Cantores de Córdoba, Instituto Domingo Zipoli, se puede incentivar a los chicos sin la presión de tener que ser finalistas de un torneo. Y explica: “Con el tiempo se irán preparando para asumir triunfos y derrotas, porque el trabajo en conjunto sirve para autosuperarse; lo que hicimos mal, podemos hacerlo mejor. Son valores que te sirven para muchos aspectos de la vida, ya que se forman en el esfuerzo sano, no por competir, sino para superarse y festejar el resultado de un conjunto”. Todos para uno y uno para todos, como decían los tres mosqueteros.

Además, el trabajo en grupo va de la mano del fortalecimiento de la autoestima personal, pues cada chico ocupa un lugar único y es una pieza clave del conjunto. De esa manera, “se siente importante, se da cuenta de que los docentes lo necesitamos y de que es necesario en el grupo. Esto, al mismo tiempo, genera un sentido de pertenencia”, comenta Bosio.

A quienes están transitando la adolescencia, los diferentes roles por ocupar en un coro pueden ayudarlos a encontrarse. “Están atravesando un momento en que necesitan ser valiosos, no saben qué hacer y están boyando en el curso, tratando de co-

“Los niños encuentran un espacio no competitivo donde cada uno se siente importante ocupando su lugar”.

Maximiliano Bosio

deportivas, en los coros la competencia queda fuera y pueden compartir la práctica varones y mujeres.

“Los niños encuentran un espacio no competitivo donde cada uno se siente importante ocupando su lugar”, comenta Maximiliano Bosio, profesor de Música en escuelas primarias de Santa Fe y uno de los impulsores del Campamento Coral en la provincia. En el mismo sentido, Cadierno sostiene que se trata de “una comunidad que persigue




piarse uno del otro, del docente, de los padres. El coro es un buen lugar, porque hay diversas funciones. Además, al encontrar su lugar en esta minisociedad que es la escuela, tienen el ejercicio para luego encontrarse en la familia, en el barrio, en los ámbitos sociales más grandes”, sostiene Pellicer, también director del Coro de Niños de la Ciudad de Córdoba. Es decir, se convierten en un espacio para el autoconocimiento, tanto a nivel psicológico y social como corporal. “Para aprender a cantar en un proceso consciente, deben aprender a percibirse a sí mismos, su respiración, su tracto vocal. Van conociendo las posibilidades de su cuerpo, revisando la postura, cómo respiran. Cantar los lleva a hacerse más dueños de sí mismos”, dice Cadierno, quien estuvo al frente de uno de los Coros del Bicentenario en San Miguel de Tucumán entre 2008 y

2016, como parte de un programa nacional que crea orquestas y coros para estudiantes primarios y secundarios.

EN EL AULA

En el país, en general, los coros están previstos como instancias extra-curriculares impulsados por los profesores de Música y son más habituales en colegios de educación católica. Sin embargo, todas las aulas podrían constituir uno en donde el total de los estudiantes pueda cantar, ya que no es necesario tener buena voz para hacerlo. Cantar es afinar, y cualquiera podría lograrlo, solo basta educar el oído.

“El que canta bien abre la boca y lo hace, pero para aquellos que todavía no saben, es muy violento ese primer intento, se te pueden burlar”, explica Pellicer. Cantar es una de las manifestaciones que *a priori* dejan expuesto a

quien lo practica, entonces si a un niño se le dice que es incorrecto lo que está haciendo, quedará marcado, y tal vez no se anime a repetirlo. Para Cadierno, “hay que tratar de no basarse en la censura, porque eso bloquea centros afectivos y corporales”. En su caso, aplica la estrategia de trabajar con grupos grandes, “porque al sentir que son muchos, el resultado no depende tanto de lo individual. Por otra parte, que el grupo sea atractivo en diversidad hace que sea legitimado por los mismos chicos”. Por eso, elegir solo a quienes ya cantan bien dará resultados estéticos al corto plazo, “pero las bases de ese proyecto no serán tan positivas para la comunidad. Al incluir a todos el coro puede no sonar lindo al comienzo, sin embargo, será un espacio de aprendizaje y convocante”, agrega. 

✉ redaccion@convivimos.com.ar

Un espacio abierto a la imaginación

Todos los fines de semana, la Biblioteca Popular Perito Moreno de Trevelin (Chubut) convierte su sala de lectura en un escenario. Sumaron otra manera de acercar los libros al público.

Por Magdalena Bagliardelli Foto Gentileza Biblioteca Popular Perito Moreno

Con casi 1500 socios, la Biblioteca Popular Francisco Pascasio Perito Moreno, ubicada en la localidad de Trevelin, al pie del Parque Nacional Los Alerces y a 25 km de Esquel, organiza diferentes actividades abiertas a la comunidad. Una de ellas es la función de teatro que convoca a vecinos de todas las edades a participar.

Malena De Vita, actriz y cantante, es la encargada de desarrollar las artes escénicas. Todos los fines de semana, organiza una función “a la gorra” en el interior de la Perito Moreno. “Es un espacio con corazón grande y espacio físico pequeño”, le cuenta a *Convivimos*.

Las sillas y las mesas se corren para abrir el escenario, y las estanterías cargadas de libros se trasladan de un lado al otro gracias al sistema de ruedas con el que están diseñadas. De esta manera, la sala de lectura se convierte en un teatro.

“Esta flexibilidad y capacidad de transformación de la biblioteca me enamora. Allí puedo hacer las funciones de obras para adultos y para niños, y creo que la disposición a transformarse y albergar otras manifestaciones de la cultura es un acto educativo constante”, señala la actriz.

Además, Malena destaca la tarea de formación de espectadores que se viene haciendo desde hace varios años: “Hay un público con una valoración muy alta de las artes escénicas, y eso se traduce en la presencia de la gente y en su contribución voluntaria a las obras”, afirma.

“Los niños que participan están muy familiarizados con el lugar, pero igualmente se genera el código del teatro, que implica la transformación del espacio a través de la imaginación y la complicidad entre los titiriteros y el público. Se potencia la capacidad de crear en esos lugares alternativos, donde como en el caso de la biblioteca, el contexto está lleno de libros, entonces hay que viajar con la imaginación”, sostiene la artista.



La biblioteca ofrece más de 50.000 títulos y funciona como un espacio de encuentro social y cultural.

Talleres de escritura, narraciones de cuentos, clases de apoyo para estudiantes secundarios, presentaciones de libros y ciclos de cine son algunas de las propuestas para la comunidad y las de los cuatro parajes que comprenden el ejido municipal de Trevelin: Lago Rosario, Sierra Colorada, Los Cipreses y Aldea Escolar.

“Todas las actividades que se generan alrededor de la biblioteca son de carácter gratuito”, asegura Estela Castaño, presidenta de la comisión directiva. Además, explica que encontraron en la generación de actividades culturales una buena manera de fortalecer el vínculo con los socios y que se apropien de ella. “Entendemos que este tipo de espacios tienen que estar abiertos a toda clase de actividades, además de la promoción de la literatura”, concluye. **■**

BIBLIOTECA POPULAR

La Biblioteca Popular de Trevelin fue reconocida como tal el 28 de mayo de 1999. Las bibliotecas populares son asociaciones autónomas, creadas por la vocación solidaria de un grupo de vecinos de una localidad o barrio. Cada 23 de septiembre se celebra su día, en conmemoración de la creación en 1870 de la Comisión Protectora de Bibliotecas Populares, hoy Conabip.

Cómo comunicarse:
Biblioteca Popular Perito Moreno
Teléfono: (2945) 480577
Facebook: Biblioteca Trevelin

✉ redaccion@convivimos.com.ar



Por Santiago Giorgini

Fotos Fernando Giampieri (Estudio Migone)

Imperdibles para animarse

¿Alguien más por ahí que, como yo, sienta que se le pasó volando el año? Me resulta increíble pensar en que en dos meses estaremos nuevamente brindando y pidiendo deseos. Seguramente ya estén imaginando vacaciones, descanso y todo ese tipo de cosas con las que solemos soñar a esta altura cuando estamos agotados y necesitaríamos parar. Vamos, un último esfuerzo, que cuando quieran darse cuenta ya estaremos en el 2019.

Mientras tanto, disfrutemos de lo que queda del 2018 comiendo rico. Acá les dejo tres recetas imperdibles... Unas *bruschettas* con *caponata*; una tarta superfácil de parmesano, espinaca y jamón crudo; y para la hora del mate, unos cañoncitos de dulce de leche espectaculares. Anímense a hacerlos, que después me lo van a agradecer... Yo sé lo que les digo. ¡Que tengan un muy lindo noviembre por delante!

Bruschettas con caponata

🍴 6 porciones 🕒 30 min. 🕒 15 min.

Ingredientes:

1 pan de campo
1 cebolla
1 apio
1 berenjena
3 dientes de ajo
1 Morrón rojo
1 cucharada de hierbas frescas picadas
100 g de aceitunas negras
2 cucharadas de vinagre de vino
50 g de almendras
50 g de pasas de uva
1 puñado de perejil fresco
Aceite de oliva c/n
Sal y pimienta c/n

Preparación:

Asar el Morrón o quemar en la hornalla. Pelar, retirar las semillas y cortar en cubos.

En una sartén, con un poco de aceite de oliva, saltear la cebolla cortada en cubos con el ajo picado, hasta dorar. Agregar el apio cortado finamente y las berenjenas en cubos.

Incorporar el Morrón ya pelado y cortado. Condimentar y agregar las hierbas picadas. Sumar las aceitunas negras cortadas y el vinagre. Terminar con las almendras tostadas y picadas, las pasas, el perejil picado, sal y pimienta.

Cortar el pan en rebanadas de 1,5 cm, rociar con oliva y tostar en horno o sartén.

Colocar por encima de cada rodaja de pan una porción de la *caponata* y servir de inmediato.

Se le puede agregar opcionalmente aceitunas y espolvorear con orégano seco o fresco.



TIP: La *caponata* es un clásico de Sicilia. Es una receta ideal para los primeros días de calor. Es fresca y perfecta para presentar como aperitivo, como lo hicimos acá, pero también se utiliza como guarnición para di-

ferentes carnes. Existen muchas variedades de recetas según gustos, algunas llevan tomates y también alcaparras.

Para obtener un mejor sabor, lo ideal es prepararla con un día de anticipación.

Tarta de jamón crudo, espinaca y queso

8 porciones 30 min. 30 min.



Ingredientes:

Masa:

250 g de harina 0000
125 g de manteca
½ cucharadita de sal
20 cc de agua
1 huevo

Relleno:

500 g de espinaca fresca
1 diente de ajo
200 g de jamón crudo en fetas finas
100 g de queso parmesano
3 huevos
250 cc de leche
250 cc de crema
Sal y pimienta c/n
Aceite de oliva c/n
Nuez moscada c/n

Preparación:

Para la masa:

Cortar la manteca fría en cubitos y mezclar con la harina y la sal, desgranando hasta formar un arenado.

Agregar el huevo, el agua y unir formando la masa.

Para hacerla en procesadora, colocar la harina, la manteca en cubitos y la sal. Procesar hasta arenar. Agregar el huevo, el agua y continuar procesando hasta que se forme el bollo de masa.

Envolver en film y llevar a la heladera, mínimo por 30 minutos.

Estirar con palote hasta 5 mm de espesor y formar una tartera desmontable de 26 cm de diámetro o rectangular de 26 cm x 16 cm aproximadamente.

Pinchar con un tenedor, cubrir con papel alu-

minio y colocar peso arriba (porotos o garbanzos) para evitar que se contraiga en el horno.

Precocinar la masa por unos 10 minutos a 180°. Retirar el papel y cocinar por 5 minutos más hasta secar.

Retirar y dejar enfriar.

Para el relleno:

Limpiar y saltear la espinaca en aceite de oliva con el diente de ajo, sal y pimienta. Reservar.

Aparte, mezclar los huevos, la leche y la crema. Condimentar con sal, pimienta y nuez moscada.

Distribuir sobre la tarta blanqueada la espinaca, las fetas de jamón y el queso rallado.

Cubrir con el ligue de los huevos y llevar al horno a 180° hasta que la preparación coagule y gratine.

Cañoncitos de dulce de leche

🍴 16 porciones ⌚ 4 h 🕒 20 min.

Ingredientes:

Amasijo:

400 g harina 0000
10 g de sal
225 g de agua

Empaste:

400 g de manteca
100 g de harina

Relleno:

1 kg de dulce de leche repostero
Azúcar impalpable para espolvorear c/n

Preparación:

Para el amasijo:

Hacer una corona con la harina. Poner en el centro la sal y el agua. Comenzar a tomar la masa desde el centro hacia los bordes. Amasar durante 5 minutos para darle elasticidad. Envolver en *film* y dejar reposar a temperatura ambiente durante 20 minutos.

Para el empaste:

En un bol mezclar la manteca con la harina, sin que se ablande mucho. Extender en forma pareja sobre un *film*, formando un rectángulo de 20 cm por 30 cm. Enfriar durante 30 minutos en heladera.

Para formar el hojaldrado:

Estirar el amasijo formando un rectángulo de 30 cm por 40 cm. Colocar el empaste en el centro. Doblar todos los lados del amasijo para cubrir el empaste.

Primer pliegue (simple):

Estirar la masa con cuidado hasta obtener un rectángulo de 25 cm por 60 cm. Plegarlo en tres partes iguales. Envolver en *film* y enfriar durante 20 minutos.

Realizar otro doblez simple de manera transversal a la vuelta anterior, y volver a enfriar. Realizar en total 4 vueltas simples, enfriando entre cada una.

Estirar la masa de unos 5 mm de espesor y cortar tiras de 5 a 6 cm de ancho por 25 a 26 cm de largo aproximadamente. Enroscar en



un cañito repostero o también se pueden realizar con papel aluminio.

Colocar en placas enmantecadas y cocinar primero 10 minutos en horno a 200° hasta dorar y luego bajar a temperatura media y cocinar por unos 5 minutos más.

Dejar enfriar y retirar los tubitos con cuidado. Colocar el dulce de leche en una manga y re-

llenar los cañoncitos. Terminar con azúcar impalpable.

TIP: La masa se puede conservar hasta 3 días en heladera o hasta 1 mes en freezer. También sirve para realizar tartas dulces o saladas, milhojas, alfajorcitos, fosforitos, etcétera.



CONCURSO RECETAS CON HISTORIA

Torta de queso

“ ¡Hola! Tengo 24 años y quería compartir una de mis recetas más pedidas por mi familia. Me gusta mucho cocinar y siempre lo hago porque somos 18 primos y 19 bisnietos, y nos juntamos todos los sábados en la casa de mis abuelos. Esta receta la hace una tía mía, pero como no la vemos siempre, probé de cocinarla yo. Le di mi toque: le agregué más queso y le puse queso rallado arriba, ¡entonces queda mucho más rica! ”

Valeria Villordo (Corrientes Capital)

Ingredientes

- 100 g de manteca
- 3 huevos
- 500 g de harina leudante
- 500 cc de leche
- Una cucharadita de polvo de hornear
- Sal a gusto
- 250 g de queso criollo
- 150 g de queso cremoso
- 3 cucharadas de queso rallado

Preparación

- 1- Mezclar la manteca pomada con los 3 huevos por un minuto.
- 2- Mezclar la harina, la sal y el polvo de hornear, e ir agregando a la preparación anterior de modo intercalado con la leche, hasta obtener una mezcla tipo bizcochuelo.
- 3- Cortar el queso en cubitos. Agregar todos los quesos a la mezcla hasta que quede bien mezclado.
- 4- Llevar a horno medio por 30, 35 minutos. ¡Y a disfrutar!



La torta de queso, una opción ideal para los amantes de lo salado.



¡Ganate el libro de Santiago!

Envía tu receta a recetasconhistoria@convivimos.com.ar.

"Promoción sin obligación de compra válida desde el 01/02/18 al 31/01/19 para todo el país. Premios: 13 libros *Cocinero en casa*, de Santiago Giorgini, Editorial Sudamericana. Consulte bases y condiciones en www.naranja.com".





Vitivinicultura de precisión

Por **Fabrizio Portelli**

La Argentina pasó, en 30 años y sin escalas, de la vitivinicultura correctiva a la de precisión. Esto significa que se dejaron atrás los vinos masivos y a gran escala, y se puso el foco en lograr los mejores vinos posibles; esos que nacen en la viña. Por eso, los enólogos dicen que la calidad que no venga en la uva no la pueden lograr en bodega, por más métodos sofisticados de elaboración y crianza que utilicen.

Significa una buena y una mala para el consumidor. Por un lado, toda la información que permite la tecnología, en cuanto a clima y suelos, se está aplicando cada vez más para dar con la mejor expresión posible de cada cepaje, y en cada zona. Como los suelos son muy heterogéneos, en un mismo viñedo hay mucha diversidad, aunque se trate de la misma uva, lo que ha permitido detectar sectores

que se comportan igual y vinificarlos (o microvinificarlos) por separado, con la menor intervención posible en bodega. Esto ha logrado fijar con más puntería el momento óptimo de cosecha, casi de cada planta. Porque hoy está claro que si los suelos varían, también lo hace la absorción de agua, condicionando la evolución de los racimos y el vigor de cada vid.

TIPS

A las modas no hay que hacerles tanto caso, pero por algo se ponen de moda, como los vinos por copa. Para disfrutarlos más, lo ideal sería ir a un wine-bar, con modernas máquinas que garantizan la temperatura de servicio. Acá solo hay que prestar atención a las cosechas. Los blancos y rosados, siempre del año. Si son con paso por roble, se podrá optar por añadas más viejas, pero solo las etiquetas de prestigio pueden lucirse con varios años. En bares y restaurantes es más complejo. Si figuran en carta, son vinos que rotan, generalmente de precios bajos, mucho más a tono con el acuerdo comercial que con el estilo del lugar. Los que consignan su propuesta en pizarras suelen variar más. Eso es bueno, porque significa que cambian en función de las preferencias del público. En todos estos casos, antes de pedirlos, acercarse a la barra a ver las botellas, de dónde salen y a qué temperatura.

Por el otro lado, la mala es que, por ahora, todos los vinos hijos de esta precisión llegan al mercado a precios altos. Y es lógico, ya que se trata de partidas limitadas. Lo más importante es que cada vez son más, y que todas esas enseñanzas van a terminar tarde o temprano derramando en todos los vinos. Será cuestión de paciencia. **■**

MINIGUÍA DE VINOS



H. J. Fabre Malbec Petit Verdot 2016
Bodega Fabre
Montmayou, Vistalba,
Luján de Cuyo \$360
89 puntos

Malbec *blend* con un toque de Petit Verdot. Fresco y expresivo, de aromas a frutos negros y especias. De paso fluido, con taninos firmes y un carácter frutal bien rodeado por suaves ahumados de la crianza (60% del vino fue criado durante 12 meses en bar-

ricas de roble francés). Todavía joven y con potencial, es un buen exponente para acompañar carnes rojas.



Clos de los Siete 2015
Clos de los Siete, Vista Flores, Valle de Uco
\$400
90 puntos

Blend a base de Malbec como siempre, y con un concepto muy bien definido desde el campo por Michel Rolland. De aromas integrados bien apoyados en la fruta. De paso fluido y con un buen carácter de Uco, con frutas negras y dejos herbales. Taninos finos

que acompañan y sostienen cada trago. Vino equilibrado y expresivo, que con esta cosecha se ha superado.



Costa & Pampa Pinot Grigio 2017
Trapiche Costa & Pampa, Chapadmalal, Buenos Aires \$430
89 puntos

Es uno de los pocos blancos de clima marítimo elaborados en la Argentina. Joven e impetuoso, más allá de la edad de la viña y el carácter de nuevo terruño. De aromas vegetales frescos, con dejos de frutas blancas maduras. Buen ataque, voluptuoso y con

una acidez sostenida, aunque su trago no es muy profundo. Ideal para acompañar pescados y frutos de mar.

Camila Milessi y Emiliano Blanco

La eterna juventud de Kostüme

Se conocieron hace 20 años trabajando para una marca comercial y decidieron apostar por el diseño independiente. Códigos deportivos, funcionalidad y música definen las colecciones de estos apasionados.

Por Cata Greloni Pierri Foto Patricio Pérez

Emiliano Blanco (45) dice que el éxito de la marca, luego de 17 años de continuidad, es hacer lo que les gusta. “Nunca llevamos a cabo lo que no nos apasiona por vender más, eso nos haría infelices”, explica el diseñador de las primeras camadas de la carrera de Indumentaria de la Universidad de Buenos Aires. Junto con su pareja, Camila Milessi (46), crearon una de las primeras etiquetas llamadas “de autor”, que se sostiene desde 2001, cuando se instalaron en Palermo en plena crisis socioeconómica.

¿Cómo es el proceso creativo de sus colecciones?

Emiliano: No es lineal. Tenemos una grilla de los productos que necesitamos, que define las cantidades de prendas por temporada, y ahí empezamos con varias inspiraciones. En diversas reuniones con nuestro equipo, debatimos exactamente de qué va a tratar la colección y después terminamos de cerrar el concepto, todo a través de dibujos de prendas y recursos que luego pasarán a las muestras.

Camila: Si bien en esta etapa todavía no sabemos exactamente el contenido de cada prenda, entendemos cuántos diseños necesitamos de cada tipología: cuántas camisas o vestidos; de los pantalones, cuántos serán anchos, si habrá un chupín, una

bermuda, uno de tiro alto. Hacemos aproximadamente 100 artículos por temporada: 74 son nuevos y 20 sobrevivirán del verano al invierno por la transición de temperaturas.

Hace casi 20 años empezaron en plena explosión social. ¿Cómo los agarra esta nueva coyuntura económica?

E: Hace un año previmos la recesión, con lo cual decidimos apostarle mucho más a la marca. En vez de achi-

“En vez de achicarnos, nos propusimos ponerle más esfuerzo”.

Emiliano Blanco

cararnos, nos propusimos ponerle más esfuerzo y trabajo en la comunicación, la imagen y el producto, pensando que este momento lo sufrirían mucho más las marcas chicas o aquellas más grandes que tienen que sostener una estructura gigante. Nosotros somos una pyme y nos cuesta, pero esta estructura juega a nuestro favor. Son posibilidades de ganar mercado cuando las marcas más fuertes no apuestan y nosotros vamos inversamente y mejoramos cada vez más la calidad del producto. Además, es un gran momento para vender

marca país al turista y para empezar a mirar afuera y buscar oportunidades de exportación. También hay que ver hasta cuándo se mantendrá así el dólar para definir estrategias.

La velocidad de la industria que impulsó el fast fashion ¿hizo que ustedes cambiaran la estrategia de producción?

C: Ya lo habíamos planteado antes de su auge. Cuando empezamos a trabajar para otras marcas en los 90, porque somos muy *vintage*, se hacía toda la colección junta y así se lanzaba. Hace varios años nos dimos cuenta de que es más rentable y humano trabajar por etapas: pensás la colección toda junta, pero no la producís de un tirón ni la exhibís así en el local. Todas las semanas van ingresando tres o cuatro artículos, y cuando te deja de entrar verano, ya comenzás con invierno. No tenés un *stock* gigante durmiendo en depósitos, no invertís todo el dinero en un solo momento ni apurás a los proveedores para que terminen las prendas y lo hagan mal. Si les lleva una semana o dos más, lo van a hacer bien.

Lo bueno de vender en el mercado internacional es que primero se producen muestras y recién ahí los compradores emiten las órdenes de adquisición...

E: Así es, lo único que habrá que ver es el costo al que quedarán las telas, porque los textiles están bastante frenados. Esta última temporada, la



Camila Milessi y Emiliano Blanco, diseñadores y fundadores de Kostüme, desde un renovado local en Palermo (Gurruchaga 1585, CABA).

coyuntura los agarró mal porque compraron telas con un dólar a 20 pesos, las vendieron con el dólar a 30 y las van a terminar de pagar a 40... es muy complejo, pero la realidad es que algo tenés que hacer. La crisis existe, es algo que no podemos manejar, y si nos quedamos en esa y solo pensando en lo comercial, te quita las ganas de hacer y no podemos diseñar. Tenemos una empresa sana y somos moderados. Nunca nos deliramos ni nos metimos en timbas, porque este es nuestro proyecto de vida.

La identidad de la marca tiene mucho que ver con los códigos de los jóvenes de hoy. ¿Qué es lo que los fascina de los códigos urbanos y lo deportivo?

E: Desde que arrancamos siempre miramos a las marcas deportivas. En los últimos 25 años, las únicas empresas que innovaron fueron estas. Desarrollaron el concepto de *lifestyle*, la tecnología del calzado, el reciclaje, y se

ampliaron y se metieron en la música. A nosotros nos gusta el cruce de estas pasiones: la funcionalidad de la ropa deportiva, que es más importante que la estética, y el código urbano que tiene que ver con los ritmos y lo que está sucediendo hoy.

¿Qué significa ser diseñador hoy en la Argentina?

C: Creo que es algo complejo, porque todo el tiempo tenés que estar actualizándote y aprendiendo cosas. Una tela nueva, un estilo, una comunicación nueva y otras redes sociales y formas de entender por dónde van hoy el negocio y la moda...

E: Y a la vez, aprender a dejar atrás cosas que quedaron viejas. Así como las marcas evolucionan, uno también tiene que ir cambiando y adaptarse a los códigos y tiempos que corren. **C**

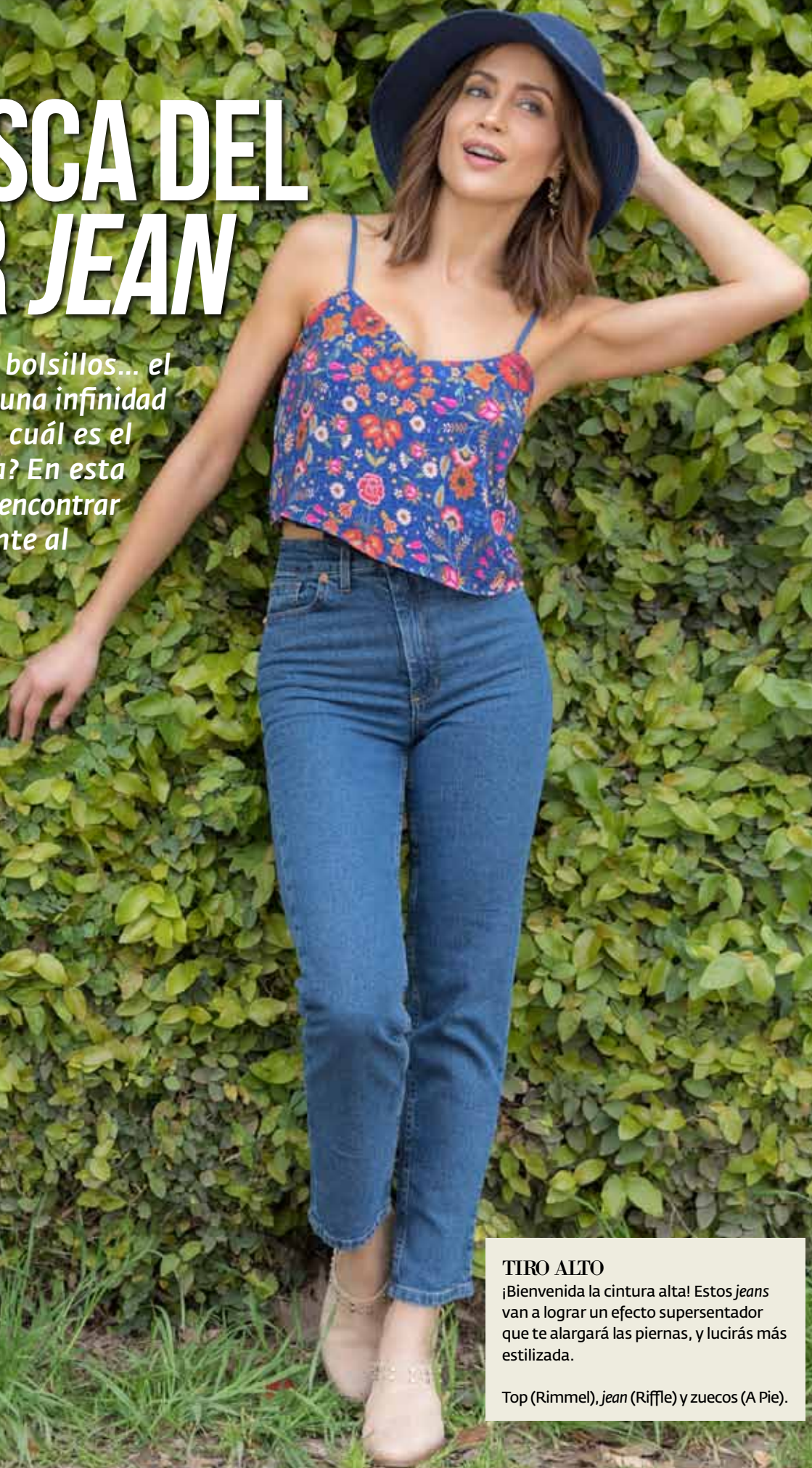
✉ redaccion@convivimos.com.ar

LA COLECCIÓN DE VERANO #36

Emiliano define este verano como una cruz de la estética retrofuturista de los 2000: "Mezclamos esa sensación de frialdad que tenía Y2K o 'el error digital del milenio' con cierta inspiración de nuestras primeras colecciones, ya que nosotros arrancamos en esos años, que tenían que ver con las primeras pieles y los elásticos", dice el diseñador. Camila agrega: "Luego de unas vacaciones en Río de Janeiro, nos fascinamos con los deportes acuáticos y la ropa de los que hacen surf y *kitesurf* por sus recursos de construcción muy específicos". A partir de allí, combinaron la estética de películas como *Gattaca* y *Matrix* con tipologías de su primera colección y recursos formales de los uniformes acuáticos, en una paleta acotada en naranja, negro, blanco y plata, y acentos en verde esmeralda.

EN BUSCA DEL MEJOR JEAN

El tiro, el color, los bolsillos... el mercado ofrece hoy una infinidad de modelos. ¿Sabés cuál es el ideal para tu figura? En esta nota, una guía para encontrar la mejor opción frente al perchero.



TIRO ALTO

¡Bienvenida la cintura alta! Estos *jeans* van a lograr un efecto supersentador que te alargará las piernas, y lucirás más estilizada.

Top (Rimmel), *jean* (Riffle) y zuecos (A Pie).



JEAN OSCURO

Los jeans de colores oscuros hacen que nos veamos más delgadas. Por eso, si querés achicar la figura, optá siempre por tonos azul intenso, engomados o negros.

Top y jean engomado (Complot), campera de vinilo (Koxis), aros de resina (Cecilia Pont), sandalias (A Pie) y lentes (Ay Not Dead).



AL TOBILLO

Con tiro alto, terminan arriba del tobillo de forma acampanada. Este modelo favorecerá a las más altas, pero no así a las bajas, ya que darán la ilusión óptica de acortar las piernas.

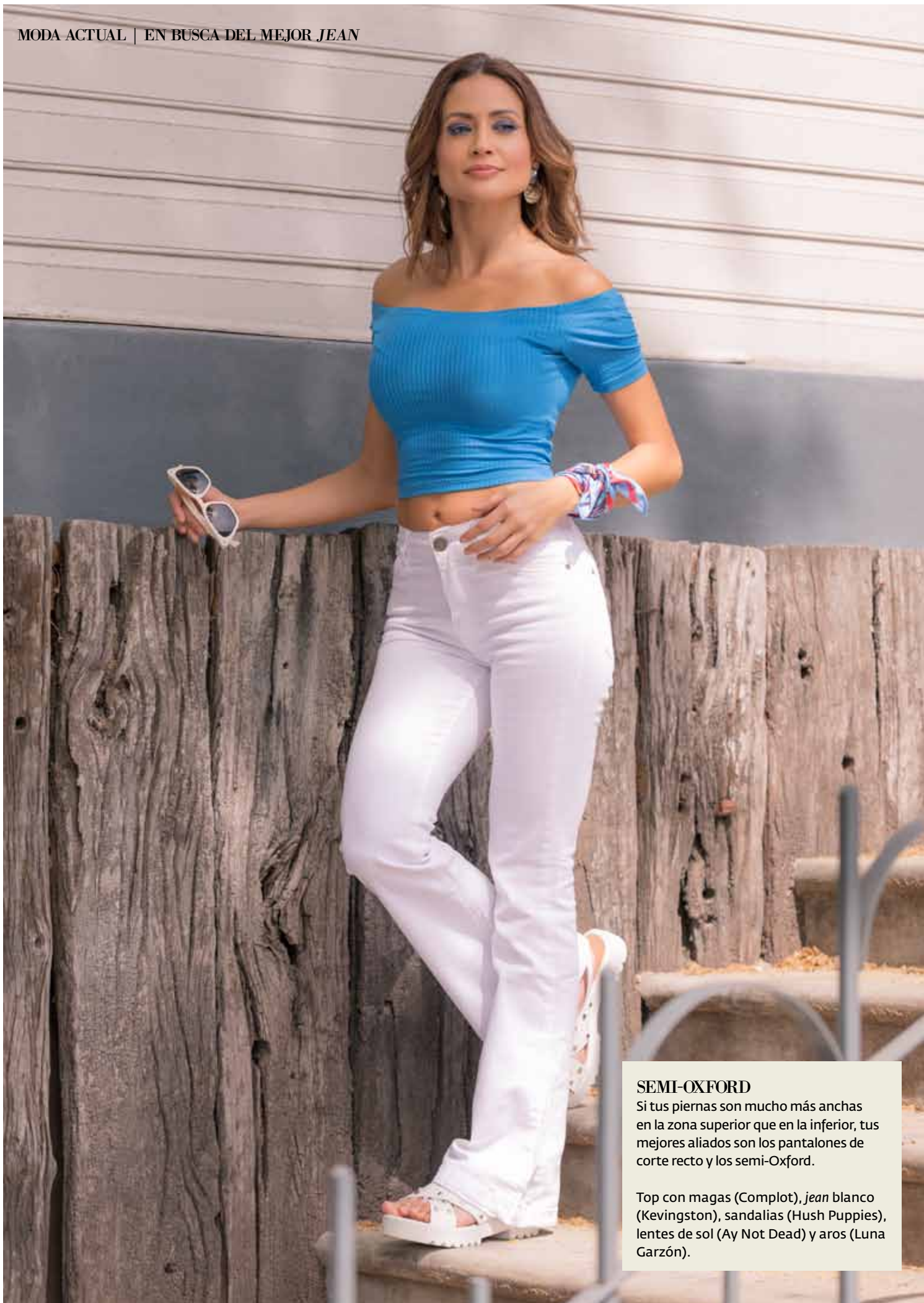
Top (Complot), *jean* (Las Pepas), sandalias (Hush Puppies), aros de resina (Cecilia Pont) y lentes de sol (Ay Not Dead).



JEAN CHUPÍN Y RECORTES

Este modelo es ideal para aquellas que tienen cadera pequeña o piernas flacas, pues equilibra las proporciones y destaca la zona de las caderas.

Top de lino (Las Pepas), *jean* con recortes (Rimmel) y zapatillas (Adidas).



SEMI-OXFORD

Si tus piernas son mucho más anchas en la zona superior que en la inferior, tus mejores aliados son los pantalones de corte recto y los semi-Oxford.

Top con magas (Complot), jean blanco (Kevingston), sandalias (Hush Puppies), lentes de sol (Ay Not Dead) y aros (Luna Garzón).



JEAN CON GUARDA

La guarda del *jean* estiliza y da sensación de alargar la pierna.

Camisa (Rimmel), *jean* con guarda (Riffle), zapatillas metalizadas (Hush Puppies), aros (Luna Garzón).



MOM JEANS

Alargan ópticamente la figura, ayudan a disimular el abdomen y se convierten en buenos amigos de las mujeres con curvas.

Top de encaje (Rimmel), *mom jean* (Complot), sandalias (A Pie), aro (Luna Garzón) y gargantilla (Isadora).

Direcionario
www.aynotdead.com.ar
www.complot.com.ar
www.rimmel.com.ar
www.laspepas.com.ar
www.ceciliapont.com.ar
www.isadora.com.ar
www.grimoldi.com.ar

Palabras mágicas

Todas las novedades en seis términos

La proximidad del verano trae tendencias, y con ellas términos que hacen su ingreso en nuestro vocabulario cotidiano. Para entender qué efectos, técnicas y métodos hay detrás de la moda.

Por Cata Greloni

En qué idioma hablan los expertos cuando usan expresiones como *lob*, *baking* o *non-touring*? El mundo de la belleza se impregna de palabras en inglés poco conocidas y que refieren a tendencias de maquillaje, pelo y cosmética. Para despejar la duda, un glosario con terminología actual de estilismo.

MAQUILLAJE

Baking: Es el último grito del *make up*. Se trata de una técnica de maquillaje que le roba su nombre al universo culinario. Según los pintores, se usa esta denominación cuando se necesita que el producto se seque y se asiente. Para lograr un efecto de una piel libre de imperfecciones y arrugas, los expertos recomiendan dejar el corrector en la piel durante 30 minutos para que “se hornee” y después difuminarlo y lograr que se integre con los otros productos como bases e iluminadores.

Cushion: Se trata de un *packaging* parecido a una polvera. Trae una almohadilla de poliuretano que contiene una base y una esponja para aplicar el producto con suaves golpecitos o también usando los dedos. Su revolucionario formato permite reducir el desperdicio del producto, lograr una aplicación perfecta de bases, rubores y labiales, y un *look* natural.

Non-touring: Después de la fama que el clan Kardashian le dio al *contouring* –la técnica que esculpe el rostro mediante claroscuros–, ahora llega su opuesto, donde se usa muy poco producto y se pone el foco en el satinado y el brillo del rostro. Se corrigen áreas de sombras e imperfecciones como granitos y ojeras, y la piel se lleva casi al natural, con bases casi imperceptibles.

Primer: Es el producto que se aplica antes de la base y después de la crema



hidratante para prolongar su duración. Existen aquellos que aportan brillo, otros matificantes, para ocultar zonas con enrojecimiento y también para atenuar los poros. Como la piel posee distinto grosor y delicadeza en varias zonas de la cara, también las hay para ojos y labios, ideales para un maquillaje de fiesta cuando se necesita que su efecto permanezca intacto durante varias horas.

Layering: Dependiendo de las necesidades de cada parte del rostro, se aplican diversas mascarillas (hidratante, reafirmante o iluminadora) en capas y en distintas áreas. Esta obsesión coreana y japonesa por ponerse sueros faciales sobre la piel o a través de máscaras –con formas de pandas, de monos o gatitos– está en pleno auge y se puede ver seguido en Instagram. Es importante la aplicación correcta de cada ingrediente en cada zona en particular, y para ello se requiere un conocimien-

to previo de las necesidades de cada piel y de las funciones de los productos.

ESOS RAROS PEINADOS NUEVOS

Las nuevas terminologías también se extienden a la peluquería, y uno de los *trending topics* es el *lob*. Este término surge a partir de la mezcla de las palabras *long* (largo) y *bob*. Es decir, un *bob* largo o una melena cuadrada que supera la longitud del *bob* inicial –por arriba de los hombros–, pero no tanto como para considerarse pelo largo. Los códigos del *bob* son los mismos: los mechones delanteros son más largos y se lleva entero, sin capas visibles. Se recomienda en todos los tonos de coloración imaginables para personas con cabello liso o con ondas suaves y quebradas, y para nada en aquellas con muchos rulos. **C**

Ideas para crear rincones de juegos

Cuando diseñamos el cuarto de los chicos, debemos tener en cuenta que este será un espacio que no van a usar solo para dormir, sino también para jugar, leer, crear y compartir con hermanos o amigos. Hoy te damos ideas para que puedas armar en casa el rincón que más te guste.





ESTAMPADOS PARA ESTIMULAR

Para decorar las paredes, podemos optar por estampados en *beige*, un color que nos acerca a la naturaleza y brinda serenidad al ambiente. También es práctico incluir estantes de madera para que los libros de cuentos estén al alcance de los chicos (Olele Kids). Una linda idea es colocar una lámpara a pilas para que puedan llevarla a la cama (Gorsh). Sobre la pared se ubicó una estrella colgante (Alegria Hunter Deco), y se armó un espacio para dibujar, con una mesa con sillas de madera en forma de conejos y un almohadón con diseño infantil (Gorsh).



ESPACIOS LUMINOSOS

Este es un espacio donde predomina el color blanco, por lo cual la luz que llega desde el exterior hará que el lugar se vea más amplio y luminoso. Es ideal para que puedan jugar tanto nenitas como varones. En un rincón se colocó una cocinita de madera supercompleta (Wonderplay Toys), un juego de mesa y sillas en mimbre, y un caballo mecedor para los más chiquitos (Te Como a Besos). Sobre la pared se colgaron cuadros decorativos (Alegria Hunter Deco) y una guirnalda de círculos de papel que aporta unos detalles de color.



TODO LISTO PARA JUGAR

Esta es una habitación sobria y delicada, con pocos detalles en color rosa, cuadros con animales y almohadones cómodos (Rapsodia). Podemos pensar en reservar un espacio donde colocar una mesa baja con sillas pequeñas para que se sienten a crear y dibujar.



EL ESCONDITE PERFECTO

También podemos contar con una carpa tipi de tela donde puedan desarrollar otro estilo de juego. Si reutilizamos elementos, estimulamos su imaginación. Por ejemplo, podemos usar un cajón de frutas como mesita para tomar la merienda mientras juegan. Se pueden colocar platos con diseño, galletas con formas y almohadones diferentes (Karina Sdrubolini).



Estilos de decoración hay muchos, pero debemos diseñar un espacio donde consideremos que podrán experimentar y divertirse. Quizás ya tengan una edad en la que podamos preguntarles qué les gustaría. Lo importante es ser creativos y permitirnos jugar con la imaginación.

Gorsh: www.gorsh.net

Te Como a Besos: www.tienda.tecomoabesos.com

Alegría Hunter Deco: www.alegriahunterdeco.com

Rapsodia: www.rapsodia.com.ar

Olele Kids: www.olele.com.ar

Arreunicornio: www.facebook.com/arreunicorniosaslindas/

Karina Sdrubolini Ambientaciones: www.karinasdrubolini.com

Wonderplay Toys: www.wonderplay.com.ar

Cómo organizar un cumpleaños ecológico

El momento de festejar es un desafío para la conciencia ambiental. Se puede hacer una celebración a todo color con austeridad y mínimo impacto.

Por Denise Destéfano

Si uno lleva un estilo de vida ecológico y pretende contagiarlo a familiares y amigos, no hay razón por la que deba dejarlo de lado para festejar “a lo grande”. Un cumpleaños ecológico nace desde un concepto simple: menos es más, y cuanto más artesanal y cercano a la naturaleza, menor impacto negativo generará en el entorno.

Este concepto, si bien muy desarrollado en otros países, recién comienza a aparecer en la Argentina de la mano de jóvenes conscientes interesados en salvar el planeta de una corriente mayoritaria de comida rápida y desechos contaminantes.

En el caso de los cumpleaños infantiles, puede parecer difícil romper con el molde del “pelotero” y la tremenda infusión de azúcar que los chicos reciben en cada evento, pero es cuestión de proponérselo. Y si de eventos de adultos se trata, qué mejor que subirse a la ola verde y proponer un formato innovador que puede empezar por pedirles a los invitados que, en lugar de traer un regalo, donen una suma a una ONG ambientalista de su elección.

“Los llaman ‘cumpleaños naturales’ y se están poniendo de moda”, explica a *Convivimos* Yamila Zalazar, experta en la organización de este tipo de eventos. “Estoy desde hace casi seis años en el rubro, y en estos últimos dos años se preocupan más por el tema”, agrega y detalla: “Ponen frutas cortadas, hacen *cookies* saludables con avena,

dan los típicos *shots* con frutas a la crema o de torta de zanahoria. Hasta ponen jarras o dispensadores con jugos naturales exprimidos”.

Zalazar apunta: “Muchas mamás empezaron en la onda vegana o en la crianza saludable evitando los conservantes para los chicos. Para las mamás que se arriesgan, te digo que a los nenes les encanta. Se comen todo”.

“Muchas mamás empezaron en la crianza saludable evitando los conservantes para los chicos”.

Yamila Zalazar

VERDE DE PRINCIPIO A FIN

A continuación, presentamos un “paso a paso” para armar un festejo sustentable que va a resultar beneficioso para todos, inclusive para el planeta.

1. Convocatoria. Cualquier *millennial* puede afirmar que hasta los casamientos dejaron de lado las participaciones impresas y se sumaron a las digitales. Con diez minutos frente a una pantalla se puede de

diseñar un *flyer* personalizado que se distribuye instantáneamente. Fácil, barato y tiene la ventaja de no perderse, porque queda almacenado en el teléfono.

2. Lugar y hora. Siempre es preferible festejar de día para aprovechar la luz natural y evitar las luces estroboscópicas y los parlantes que aturden a todos los vecinos de la cuadra. Un cumpleaños ecológico tiene un ritmo y un tono diferentes. Si el cumpleaños es de noche, se deben usar lámparas de bajo consumo. Y para la música es deseable evitar los amplificadores. Una propuesta original es incentivar a los invitados a que traigan instrumentos para musicalizar el evento.

3. Aire libre. El entorno ideal para festejar es en contacto con la naturaleza: organizar una visita a una granja, a un ecoparque o a alguna reserva ecológica donde los chicos puedan aprender a convivir con los animales o, dependiendo de la edad, hacer avistaje de aves, búsqueda de insectos, etc. Si no, sin alejarse demasiado de casa, ir una plaza donde se pueda hacer un pícnic.

4. Juegos. Hay varias actividades que pueden resultar entretenidas y formadoras: transformarlos en cocineros dándoles delantales y enseñándoles alguna receta saludable que puedan disfrutar más tarde; o en artistas, cada uno con su atril, para que pinten algo que vean en su entorno, algún animal o flor que les guste. Se pueden organizar juegos con materiales reciclables como telas y rollos de papel higiénico, e inclusive hacer juguetes para chicos de bajos



SER UN ECOINVITADO

Como invitado, aun a pesar de que la propuesta del cumpleaños no sea ecológica, es posible contribuir al medioambiente dando productos artesanales u orgánicos: desde un suéter de lana certificada hasta un dulce casero pueden ser un lindo regalo que no perjudica al ambiente. Además, evitar los envoltorios contaminantes y llevar los obsequios en una bolsa de tela que se pueda reutilizar o envueltos en papel reciclado para reemplazar a los metalizados, laminados o con brillantina que no se pueden volver a usar.

recursos. Y no se debe descartar volver a las fuentes. Hay propuestas que nunca pasan de moda: el teléfono descompuesto, la mancha, las escondidas o la búsqueda del tesoro.

5. Decoración. Conviene usar materiales reciclados y escaparles a los globos y al papel picado, que generan un gran desperdicio. Es preferible adquirir banderines de tela y manteles que se puedan reutilizar, vender o incluso cambiar con otros padres o regalar a personas que los puedan aprovechar. También se pueden poner lámparas o elementos decorativos que sea posible seguir usando en la casa después de la fiesta.

6. Vajilla. No es un cumpleaños ecológico si al final quedan kilos y kilos de plásticos de colores que terminarán en un relleno sanitario. Se pueden emplear los platos y cubiertos que hay en casa, o comprarlos y pintarlos a mano para la ocasión, personalizándolos o según la temática de la fiesta: cada invitado se los puede llevar de *souvenir*.

7. Comida saludable. Palitos, papas fritas, chizitos y gaseosas conforman el menú preestablecido en todos los cumpleaños, y somos los adultos los que los elegimos para los chicos a pesar de ser poco saludables, adictivos, hiperprocesados y nada baratos. Preferir siempre agua y jugos naturales,

priorizar la *slowfood* y, de ser posible, comprar a un comercio local o cocinar. Internet está llena de soluciones creativas para hacer con frutas y verduras que pueden resultar atractivas para los chicos.

8. Residuos. Es fundamental tratar de generar la menor cantidad posible. Si el festejo es fuera de la casa, en un espacio al aire libre, hay que ocuparse de la limpieza y dejarlo tal cual se recibió. Si es en el hogar, se pueden colocar dos tachos bien a la vista para que los mismos invitados puedan separar la basura; de paso, se ahorra trabajo para cuando se vayan. Si sobra comida, se puede donar. La idea es no desaprovechar nada.

9. Souvenir. Que este siga esparciendo el mensaje ecológico. Para ser sinceros, ningún chico necesita otro set de masas ni un burbujero de plástico más para sumar a la pila que está dentro del placar. Es mejor concentrarse en la experiencia del cumpleaños que en generar más residuos comprando algún chiche barato para que cada invitado se lleve. Si aun así se desea hacer *souvenir*, un excelente recuerdo es un sobrecito de semillas para plantar en casa o una planta chica que los chicos pueden aprender a cuidar. ☐

✉ redaccion@convivimos.com.ar

Calendario de vacunación

Amar a nuestras mascotas significa también mantenerlas sanas y protegidas de todos aquellos factores que puedan prevenirse. La importancia de que estén desparasitadas y con las vacunas al día.

Humanos y animales contamos con muchas cosas en común; una de ellas es la de tener que afrontar el ataque de microorganismos que pueden afectar nuestra salud y poner en riesgo nuestra vida y la de quienes nos rodean.

A partir del nacimiento, es la madre a través del amamantamiento la encargada de proveer a sus cachorros de las primeras defensas para que, pasados 30 o 40 días, su sistema inmunitario sea lo suficientemente fuerte para que luego pueda resistir el embate de gérmenes en el mundo exterior.

Pasada esa etapa, su cuidado recaerá sobre nosotros, dueños responsables que deberemos velar por su salud, llevándolos regularmente al veterinario, vacunándolos y desparasitándolos, incluso cuando ya sean adultos y creamos que derrochan vitalidad y vigor.

CALENDARIO FELINO

A partir de los tres meses debemos desparasitar (desparasitación interna) a nuestro gatito y aplicarle dos vacunas: la antirrábica y la triple felina (que lo resguarda contra la calicivirosis, la panleucopenia y la rinotraqueítis).

Tres semanas después será el momento de suministrarle la primera dosis de la triple, y habrá que esperar tres semanas más para la segunda.

Anualmente le daremos los refuerzos de ambas vacunas, y cada tres meses tendremos que volver a desparasitarlo a partir de la primera implementación.


En el caso de los mininos adultos, deberemos considerar su hábitat, ya que si vive en la ciudad, el contacto con agentes patógenos será inferior que si reside en un área rural, así que, salvo que su médico de cabecera determine lo contrario, por lo general la frecuencia para la desparasitación será cada tres meses la interna y mensual la externa.

CALENDARIO CANINO

El plan para inmunizar a nuestros pichichos debe comenzar entre los 40 y los 45 días –aunque dependerá de la edad en que se produzca su destete y obviamente de lo que estipule el profesional a cargo–, y deberá seguir el siguiente esquema: a los 40-45 días, desparasitación interna y vacuna quintuple, que protege contra hepatitis, parvovirus, moquillo, coronavirus y parainfluenza.

A los 20 días posteriores se les aplicará la séxtuple, que resulta del primer refuerzo de la anterior más la vacuna contra el leptovirus.

Veinte días más tarde llegará el turno de la segunda dosis de la séxtuple, y a los tres meses de vida habrá que inocularles la antirrábica. Cada año, como ocurre con los felinos, deberemos darles refuerzos de ambas vacunas.

La periodicidad para la desparasitación interna deberá ser cada tres meses (o cuatro veces) al año y, respecto de la limpieza de pulgas, garrapatas, etc., se recomienda un esquema antiparasitario trimestral. No obstante, y a modo de previsión, lo ideal es cepillar habitualmente el pelo de nuestra mascota y conservar la higiene del lugar donde pasa la mayor parte del tiempo. 

✉ redaccion@convivimos.com.ar

CRONOGRAMA DE VACUNACIÓN

Si bien existe un calendario de vacunación para felinos y caninos, su aplicación está condicionada por aspectos referidos a las características propias de cada animal, su edad, sus hábitos y la zona en la que vive, por lo que será el veterinario quien, de acuerdo a su criterio, nos indicará cuándo su sistema inmunológico esté maduro para iniciarlo. Tanto o más importante es prevenir, por cuanto, antes de arrancar, debemos evitar que mantengan contacto con otros animales, sacarlos a pasear o llevarlos a plazas y parques que pueden resultar focos de contagio para nuestros amados compañeritos de cuatro patas. Asimismo, se pospondrán las vacunas si presentan síntomas de enfermedad.



Un jardín a pleno sol

Cuando llegan los meses más cálidos, disponer de un rincón verde sin mucha sombra no es un impedimento para que este explote de color y fragancia. Especies que adoran la luz y el calor.

Se aproxima el verano; los días se hacen más largos, las temperaturas comienzan a subir. Y si bien algunas plantas padecen estas condiciones, otras se desarrollan en todo su esplendor, lo cual es ideal cuando el lugar del que disponemos para tener un jardín recibe la acción directa de la luz por muchas horas. Son muchas las especies que resisten el clima propio de la época estival, pero debemos interiorizarnos acerca de los cuidados que necesitan para que crezcan sanas y vigorosas. Aquí enumeramos algunas de ellas.

LA SURFINIA

Es un híbrido de la petunia. Sus grandes flores en forma de campana, perfumadas y de variados colores visten cualquier espacio, sobre todo si está a la altura del suelo –como macetas de pie o colgantes, bordes de ventanas y jardineras– gracias a sus tallos que caen a modo de cascada. Su crecimiento es rápido y profuso, por lo que debemos elegir un recipiente de buenas dimensiones y retirar regularmente las flores marchitas para que evolucione adecuadamente. El momento propicio para plantarla es en primavera; la floración se produce en verano y otoño, y es abundante, siempre que esté emplazada en un lugar adonde reciba mucho sol. No precisa de muchas atenciones, pero por supuesto no le debe faltar agua.

LA GAZANIA

Puede soportar las condiciones más duras, como sol arrollador, calor intenso y suelos rocosos. Alcanza unos 20 centímetros de altura y forma preciosas matas que realzan rincones y bordes merced a sus flores con hermosas combinaciones de amarillos, naranjas, rojos y blancos. Demanda pocos cuidados: debemos cultivarlas cuando no haya peligro de heladas, en un sitio bien soleado, retirándoles las flores secas (que podremos usar para obtener semillas) y humedeciendo la tierra a modo de riego evitando que se produzcan encharcamientos.




LA LAVANDA

Además de su exquisita fragancia, sus hojas gris verdosas y sus flores espigadas aportan belleza y presencia a cualquier jardín. Su mantenimiento es sencillo, crece sin problemas en terrenos pedregosos y con mucho sol, y exige un riego de al menos dos veces por semana. Resistente, también se adapta a la sombra y al frío.

LA CANNA

También conocida como “lengua de dragón”. Se caracteriza por tener tallos erguidos que pueden alcanzar una altura de casi dos metros y espléndidas flores tubulares que pueden ser amarillas, rojas, naranjas o con pintitas atigradas, y porque es en gran parte comestible (específicamente las semillas, los rizomas y los tallos aéreos).

Es simple de satisfacer; basta con proporcionarle tierra siempre húmeda y rica en nutrientes, y cortar las varas una vez que se hayan secado las flores para que luzca divina. 

CÁLIDOS CONSEJOS

- Al momento de comprar plantas, debemos corroborar que sean tolerantes al calor y la sequía, y verificar qué tipo de cuidado precisarán.
- Si buscamos arbustos o trepadoras, las glicinas y la Santa Rita constituyen una inmejorable opción para jardines y patios sin mucha sombra.
- El calor y la humedad son un caldo de cultivo de hongos e insectos, razón por la que deberemos aplicar los tratamientos o pesticidas indicados para mantenerlos a raya.

Volkswagen Virtus

Confortable y tecnológico



Precio
\$658.500

185 km/h
Velocidad máxima que desarrolla a 5400 rpm

110 CV
Potencia máxima a 5750 rpm

13,30 km/l
Consumo promedio

Por Fernando Soraggi

DISEÑO ★★★★★

El flamante Virtus, primer sedán (hermano del Polo) construido en Brasil sobre la estrategia modular de MQB de Volkswagen, es la propuesta para el segmento de los compactos que renueva la oferta con una imagen moderna, buen equipamiento y alta tecnología, para rejuvenecer este rubro donde sobran competidores.

La sexta generación de este vehículo, con cambio de nombre (ya que la automotriz lo define como un producto independiente) y plataforma, muestra un diseño robusto, con una trompa bien definida por el capó bien lanzado y de centro liso. Con nervaduras a los costados, culmina en los conjuntos lumínicos, que le dan marco a la parrilla. Esta última posee un gran logo de la marca en el centro.

En el perfil, con baguetas y nervaduras con forma de cuña, destaca el buen dibujo de las nuevas llantas de aleación (Nick). Atrás, unas luces grandes -vinculadas a los guardabarros y la tapa del baúl- muestran ángulo inverso, similar

al del Vento. Sobre el borde de la tapa del baúl, un pequeño alerón le da una imagen deportiva.

CONFORT ★★★★★

En el interior es amplio como para recibir cinco ocupantes sin inconvenientes. Por la nueva plataforma, queda como uno de los más grandes del segmento. En la presentación se ven plásticos duros y de buena calidad, con ajustes correctos, que no entregan ruidos en el interior.

La consola central, de instrumental de alta tecnología y totalmente digital, está orientada hacia el conductor y brinda muy fácil lectura de todos los componentes y sin distracciones. Destaca el soporte para celulares (*dockstation*) con entrada USB, sobre la consola.

Las múltiples regulaciones del volante (altura y profundidad) y de las butacas permiten encontrar de forma simple una posición de manejo perfecta y agradable, con facilidad para visualizar el entorno.

Atrás, gracias al gran espacio, se pueden colocar tres adultos; y más cómodamente, dos adultos y un menor, que no tendrán problemas en la anchura, con una altura ajustada hasta 1,80 m, lo que es para recalcar. Para reprobar es el falso túnel de transmisión, que molesta para ubicar los pies.

El baúl es uno de los más grandes, con 521 litros inicial. Se lo ve profundo y amplio. Si se necesita más, se pueden abatir los asientos posteriores (60/40) para conseguir un volumen muy amplio con más de 2,60 metros de longitud. Abajo encontramos un auxilio diferente a los titulares, por lo que auspicia de temporal.

MOTOR ★★★

Ofrece el naftero de 1.6 litros (1598 cc), de 4 cilindros y 16 válvulas, que entrega 110 CV/5750 rpm y un torque de 155 Nm/4000 vueltas. Está alimentado por inyección electrónica multipunto y es algo perezoso en baja.

La versión probada contaba con una caja automática Tiptronic de 6 relacio-



MOTOR

Motor naftero delantero transversal. Cuatro cilindros en línea, cuatro válvulas por cilindro, doble árbol de levas. Alimentación por inyección electrónica multipunto secuencial. Cilindrada: 1598 cc. Tasa de compresión (ratio): 10,5. Potencia: 110 CV a 5750 rpm. Torque: 155 Nm a 4000 rpm.

TRANSMISIÓN

Tracción delantera. Caja: automática Tiptronic de 6 relaciones y marcha atrás.

MEDICIONES

Largo / ancho / alto: 4482 mm / 1751 mm / 1472 mm. Distancia entre ejes: 2650 mm. Peso en orden de marcha: 1160 kg. Capacidad de baúl: 521 / 1800 litros. Capacidad de combustible: 52 litros.

SUSPENSIÓN

Delantera: independiente, tipo McPherson, con resortes helicoidales y barra estabilizadora. Trasera: viga de torsión, resortes helicoidales, amortiguadores hidráulicos y barra estabilizadora.

FRENOS

ABS. Delanteros: discos ventilados. Traseros: tambores.

DIRECCIÓN

Cremallera, con asistencia eléctrica variable.

LLANTAS Y NEUMÁTICOS

Llantas: 16 pulgadas. Material: aleación. Neumáticos: 205/55R16. Rueda de auxilio: temporal.

FABRICANTE / IMPORTADOR

Volkswagen Brasil / Volkswagen Argentina.

PRECIO Y GARANTÍA

\$658.500, 3 años o 100.000 kilómetros.

nes, con la posibilidad de usarla en modo secuencial, con levas detrás del volante o desplazando la palanca hacia la derecha, muy precisa. La tracción es delantera.

EQUIPAMIENTO ★★★★★

En este punto destaca ampliamente, con los componentes habituales, pero sobresaliendo en tecnología. Como ejemplo trae la Discover Media de 8" con navegador satelital y Appconnect, que conecta funciones del *smartphone*. Ofrece "manual cognitivo", un asistente basado en inteligencia artificial con contenidos de los manuales, capaz de responder dudas del uso interactuando con una aplicación de la tecnología Watson de IBM, que responde más de 6000 preguntas de manera simple mediante comunicación por voz. Algo notable que ubica al Virtus entre lo más alto del mercado.

SEGURIDAD ★★★★★

También destaca en este ítem, ya que ofrece un alto nivel de protección y logra las cinco estrellas en la calificación de Latin NCAP. Cuenta con *airbags* frontales y latera-

les, cinco cinturones de seguridad inerciales de tres puntos (los delanteros son ajustables en altura y posee anclajes ISOFIX en las plazas traseras).

Los frenos, a discos con ABS, se muestran realmente eficientes, con el complemento de la Distribución Electrónica de Frenado. En seguridad activa sobresale el control de estabilidad y tracción, sistema de arranque en pendiente. También para destacar es el sistema de suspensión, que se muestra eficiente tanto en la ciudad como en la ruta, donde marcha firme, sin movimientos inesperados, y entregando mucha seguridad en las curvas y en los retomes, con un buen confort de marcha.

PRECIO ★★★★★

La versión Highline que probamos del Virtus tiene un precio vigente a septiembre de \$658.500; la opción de entrada de gama cuesta \$552.000. Es un sedán con muy buen equipo y elevada tecnología, como para disfrutar con toda la familia.



Por Gaba Robin, la Bruja Pop

HORÓSCOPO

Sagitario

(23/11 - 22/12)



Amor: Lo mejor llega a tu corazón. Se abre un portal de amor que traerá no solo oportunidades, sino también definiciones. Sentirás placer y solidez. Lo que está, se enaltece; lo que no va, se deja. Sanás heridas con alguno de tus padres y definís cosas con hermanos.

Trabajo: Posibilidades de hacer negocios y manejar mejores dineros. No es un acto de magia, son vetas que aparecen y dependen de tu energía. Focalización: si estás buscando posiciones nuevas, estas llegan; si estás en otra, pasarán sin que las veas.

Salud: Aumento de peso. Siguen tus tratamientos de dientes y huesos en general. Cuidado con garganta y pulmones, ya que gritarán verdades que no podrás manejar.

Capricornio

(23/12 - 20/01)



Amor: Los del primer decanato ya están más aliviados de todo, los cambios profundos ya se realizaron con llagas y hematomas. Los del segundo decanato se encuentran en plena tormenta; y los del tercero, a prepararse. Cambios en la casa que van y vuelven, sin finalizar. Embarazo que sorprende en medio de tanto.

Trabajo: Estás estructurando lentamente cambios para el futuro. Nada está terminado. Mucha voluntad por dinero, sacarás energía de otro mundo en pro de logros bursátiles. Problemas con tecnología en este mes, a salir a comprar o arreglar. Todo se mueve, reforma, modifica.

Salud: Cuidado con los accidentes que pueden afectar tu rostro y tu garganta. En este tiempo de calor, el exceso de hielo puede atacar tus bronquios.

Acuario

(21/01 - 20/02)



Amor: Mucho énfasis en tu relación, en querer, en cambiar, en buscar, en tener, en desear, en amar, en pedir amor, en abandonar, en reclamar, en atrapar. Cambios y metamorfosis en la relación, en la convivencia. Puede ser una nueva forma de relación, acuerdos, una mudanza o una separación, depende el grado de acuerdo, pero cambios al fin.

Trabajo: Mucha actividad, estás sentando las bases de tu futuro. Alegrías en tu creatividad, inspiración de buen grado. Negocios con amistades, con grupos. Éxito en tu profesión y buena relación o premios de jefes.

Salud: Cuidado con tu energía, que está muy alta. Canalízala con caminatas, nadando, meditando, etc. Lo espiritual te convoca a través de un libro, una charla o una película. Abrí la mente, y, así, también la vida.

Piscis

(21/02 - 21/03)



Amor: El sexo estará muy presente en muchos meses de ahora en más. La sensualidad que expresás se siente en el aire; y los que te rodean lo disfrutan. Buena relación en la convivencia. Aunque en tu mente haya batallas que querés dar, murmullos íntimos molestan a tu propio ser.

Trabajo: Estás entrando a una zona de mucho más trabajo. Si bien puede no ser en cuanto a la cantidad, sí lo será en cuanto a expansión personal. Atención por lo que llega, que te encantará. Éxito y buenas relaciones con autoridades. Viajes cortos por trabajo.

Salud: Cuidá tus tiroides, que las emociones serán muchas. Comenzarás una forma de cuidarte que es una mezcla de conciencia y destino que llega a vos. Esto no es pasajero, no es una dieta más.

Aries

(22/03 - 20/04)



Amor: La convivencia estará hermosándose en varios meses a partir de ahora. Eventos y festejos en el hogar. El sexo estará afianzando pareja y salud. Momentos para realizar compra o venta inmobiliaria. Un viaje a otro país convoca. Alejamiento de ciertas amistades que ya no vibran con vos.

Trabajo: Papeles y trámites que te tendrán ocupado hasta fin de año. Armarás una sociedad que estará dando vueltas hasta el año que viene. Éxito con el público. Buenos dineros con otras personas. Hay cambios en lo material que se manifiestan en este tiempo y modificarán tu forma de ganar dinero.

Salud: Cambio de look y el mundo te lo dirá. Bienestar en tu forma de mostrarte. Más natural y seguro. Sensualidad extrema. Cuidá tus huesos y piernas.

Tauro

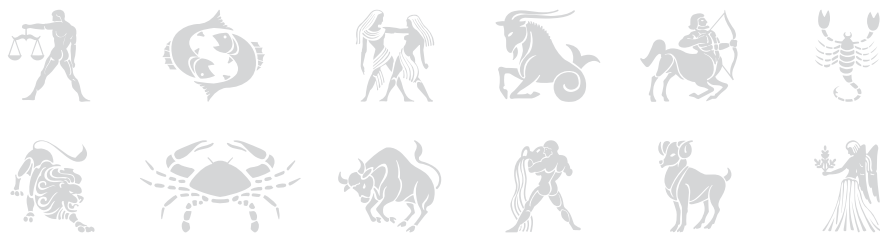
(21/04 - 21/05)



Amor: Después de haber pasado por terremotos y cambios en la pareja, hay más certezas y claridad en la relación.

Trabajo: El dinero estará todo el año que viene a partir de ahora para logros, momento para aprovechar. Mucha insatisfacción interna en lo que hacés. Necesidad de cambios que si bien no son mentales se sienten como un torbellino íntimo. Posibilidades de hacer cosas creativas que estarán dando vueltas por muchos meses.

Salud: Examen de conciencia. Ganas de expresar secretos, culpas y de sacar toxicidades de tu mente y tu cuerpo. Estética que acompañará este proceso. Nueva imagen, que no será solo un corte de pelo, integral y holística.



ESCORPIO

(24/10 – 23/11)

DIEGO MARADONA

Lanús, Buenos Aires, Argentina, 30 de octubre de 1960. Campeón mundial en 1986, subcampeón en 1990 y campeón del Mundial Juvenil en 1979. Cinco veces fue máximo goleador de campeonatos de la Argentina.

Amor: Los cambios que hubo en el terreno del amor aún no se cierran ni terminan. En el hogar, irritabilidad. En materia de amantes, estarás sanando heridas que ayudan a transitar la vida. Romance con alguien que va y viene.

Trabajo: Movimientos en la billetera, trueques, transas. Pero preparate para estar en otra situación económica, con más posibilidades, con más abundancia. Un jefe que se va.

Salud: La alegría vuelve a vos. Como si fuera un remedio mágico, tu sonrisa iluminará tu alma y tu entorno. Te llenás de amor y de estética.

Géminis

(22/05 – 21/06)



Amor: Comenzás momentos que serán extensivos al año que viene, en donde podés irte a vivir con alguien, casarte, o si ya estás con todo eso, puede ser sellar algo de por vida, crédito para una propiedad, estado civil, etc. Llegada de hijos. Mucha creatividad en la vida que se traslada a estar potentemente sexual y alegre.

Trabajo: Energía positiva en tu trabajo. Brillarás en todo lo que hagas. Ocurrencias para celebrar. Hay algo que cambiarás en tu mirada de hacer dinero, más sutil, más espiritual; o aunque no cambies eso, tu ser explorará otras formas de manejarte. Una sociedad armarás. Juicios y trámites por terminar.

Salud: Los riñones son algo para tener en cuenta. Querrás ponerte en forma y estar completamente saludable. Cambio energético positivo.

Leo

(24/07 – 23/08)



Amor: En la convivencia hay momentos de irritabilidad que ya pasaste meses atrás. Es tiempo de sacar cosas y decirlas, pero de otra forma, para no hacerte ni hacer daño. La casa como hogar se construye, crece, se reforma o se compra. En estos acomodos pueden llegar hijos. Vendrán brisas de alegrías y creatividad.

Trabajo: Tendrás un cansancio extremo al finalizar el año. Pero sabés que estás estructurando un futuro que más adelante disfrutarás. Creatividad en la forma de trabajar, nuevas técnicas que te traen inspiraciones. Paciencia y rutina. Estudiarás y rendirás.

Salud: Respirarás alegría y tu sonrisa será *extra large*. Si no te has ocupado de tu cuerpo, imagen y salud emocional, es hora de hacerlo. Estarás con algún tratamiento largo en pro de mejor vida.

Cáncer

(22/06 – 24/07)



Amor: Las situaciones siguen dando vueltas en la pareja. Sentís que hay una energía que no es clara, te pesa o te exige. Tu casa estará modificándose. Un nuevo grupo de personas llega a tu vida para darte aires nuevos, esos que necesitás para realizar los cambios que no te dejan ser.

Trabajo: Comenzarás una actividad o tarea nueva en donde trabajás. Algo llega con fuerza y expansión. Éxito en tu trabajo, estarás más expansivo en tus cosas y podrás tomar más horas o posiciones en tu actividad. Unos trámites densos que no terminan. Viajes cortos por trabajo.

Salud: Riñones y huesos son algo que debés tener en cuenta. Estarás entrenando y ocupándote de vos como hace años no lo hacías. Nueva gente que te transforma las ganas.

Virgo

(24/08 – 23/09)



Amor: Sin pensarlo tanto, habrá maravillas en la vida, en lo cotidiano, sin secretos, trampas ni desafíos. Procesos que tendrás con hijos o por hijos. Si bien hay sorpresas en tu camino, estás sintiendo que todo está pesado en materia de afectos. Comunicación con la familia de origen que cierra bases y movimiento en torno a una casa, hogar o propiedad.

Trabajo: Recuperás fondos perdidos. En tu ámbito laboral hay presiones y tensiones que ya viviste hace meses y que ahora definís. Un viaje que aparece sin esperarlo ni pagarlo.

Salud: Cambios, ya sea en color de pelo, corte, gafas, dientes, tatuaje, etc. Comenzarás con algún ejercicio que tiene fuerza o si bien puede ser salir a caminar, no será a pasear, sino con cierta velocidad.

Libra

(24/09 – 23/10)



Amor: Amante que viene como un huracán y te modifica tu ser, tanto en materia sexual como en lo estético y en la óptica de ver la vida de ahora en más. El sexo aparece sin preámbulos ni tiempos de preparación. Lío con hijos. Suavidad en la pareja. Desparramás sensualidad aunque no te des cuenta.

Trabajo: Buena energía personal. Concretás negocios que te llevaron un año. Comenzarás a proyectar viajes cortos por actividad. Estarás estudiando algo para concursar o especializarte. Por alguna esquina del destino estarás cerrando temas inmobiliarios.

Salud: Tu energía está muy alta. Si bien eso está bueno si lo sabés manejar, si no lo hacés podés tener choques de ego o accidentes domésticos. Belleza superior. Sexo dinámico que libera toxinas.

Sudoku

Ubique en cada hilera (horizontal), columna (vertical) y recuadro de 3x3 (indicado con bordes gruesos) los dígitos del 1 al 9.

				3	9	1		
	7							5
9		6	2		7			
		3		8				
4			3		5			2
				9		7		
			6		4	5		1
	8							9
		4	9	7				

Sopa sin lista

Encuentre en esta sopa de letras 23 palabras de 6 letras cada una. Atención: no valen los verbos conjugados ni los plurales.

G	W	I	N	S	U	M	O	O
P	A	N	C	H	O	R	R	G
S	E	M	O	L	A	A	U	A
R	A	E	T	A	P	Z	C	R
G	O	L	I	A	U	A	S	I
O	C	M	L	D	R	R	O	T
R	S	C	A	A	A	T	D	A
E	E	U	H	L	R	L	A	H
T	R	S	T	A	C	L	T	C
R	F	U	N	B	S	Z	S	R
A	R	C	A	N	O	C	E	A
A	O	Z	A	G	E	R	O	M

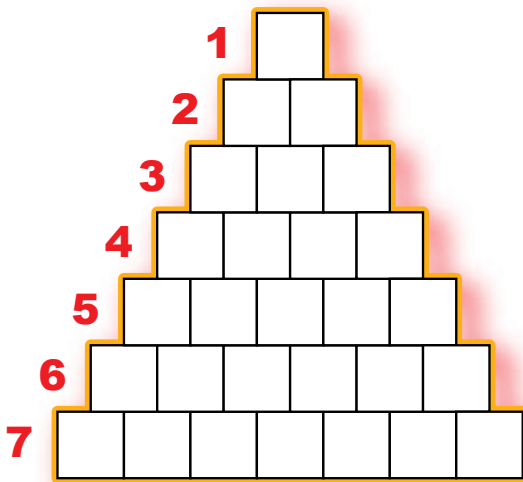
En clave

A número igual, corresponde letra igual. Como ayuda, ubicamos dos palabras.

7	25	10	22		16	11	16	20	22	17		22	20	18
O	N	C	E											
5	7	16	25	16		22	5	16	2		7	19	22	7
16	17	18		19	5	16	22	5		16	21	16	6	
6		25	7	5	16		16	5	16	10		17	18	10
7	18		10	16	18	16		16	3	7	25		5	16
5	19	16		20	16	18	17		16	17	18	17		19
	22	17	19	16		5	7	25	6	16		16	19	16
7	5	22	16		20	22	10	7		5	16	20	16	5
3	16	17		20	18	17	16	5	16		6	7	10	22
											D	O	C	E

Piramidal

Cada palabra (salvo la primera, que es de una letra) se forma con las mismas letras de la anterior, más otra que se agrega.

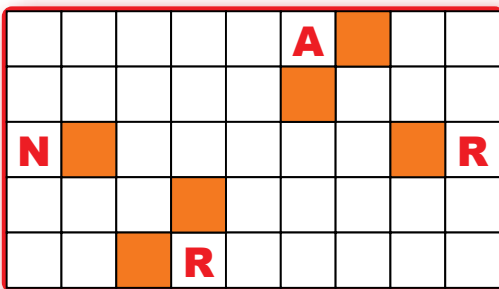


Definiciones

- 1 ► Primera vocal.
- 2 ► Naípe con el número uno.
- 3 ► Paleta del ventilador.
- 4 ► Entrar, ingresar.
- 5 ► Información (pl.).
- 6 ► Vuelve a leer lo que ya estudió.
- 7 ► Distanciar, alejar.

Mezclagrama

Las referencias, tanto horizontales como verticales, se dan mezcladas. Como guía, ubicamos algunas letras.



Horizontales

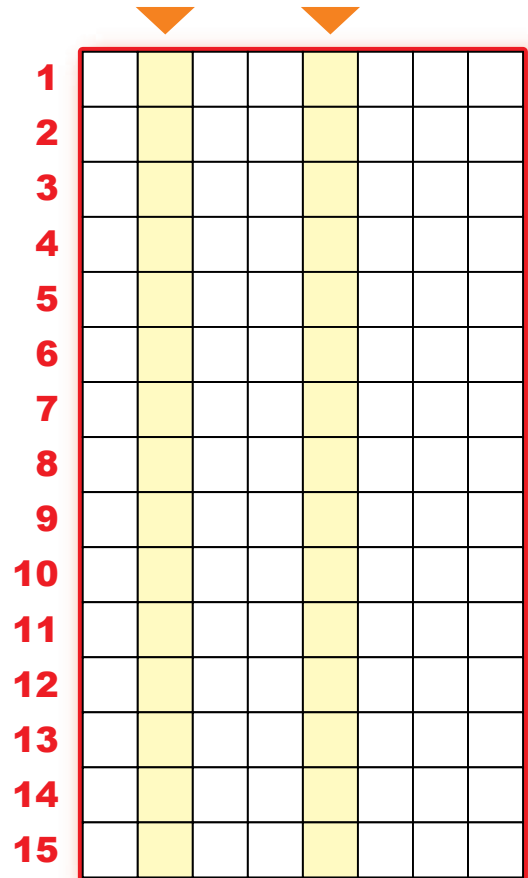
- Abreviatura de "opus".
- Abreviatura de "respuesta".
- Antes de Cristo.
- Existir.
- Habilidad y soltura en la ejecución de algo.
- Narración.
- Salones de clase.
- Unidad monetaria de la India.
- Unido o agregado a algo.

Verticales

- (... Solar) Pintor y escultor argentino.
- Abreviatura de "ítem".
- Alero, saliente del tejado.
- Arbol de Centroamérica.
- Ave palmípeda de mayor tamaño que el pato.
- Perro.
- Prefijo: sobre.
- Río de Francia, afluente del Ródano.
- Símbolo químico del ástato.
- Símbolo químico del rutenio.
- Vestimenta, indumentaria.

Grilla

Anote las respuestas, teniendo en cuenta que figuran las sílabas que las forman, a manera de guía. En las columnas señaladas se formará un pensamiento de Mao Zedong.



Definiciones

- 1 ► Duchos, experimentados.
- 2 ► Tímido, indeciso.
- 3 ► Vivo, despierto.
- 4 ► Enigma.
- 5 ► Ardiente, vigoroso.
- 6 ► Anhelantes, inquietos.
- 7 ► Sala construida para espectáculos públicos (pl.).
- 8 ► Obstinado, muy tenaz.
- 9 ► Colegios, establecimientos educativos.
- 10 ► El que ejerce un oficio manual artístico.
- 11 ► Tiranos, dictadores.
- 12 ► Golpe dado con la escoba.
- 13 ► Elegirían, escogerían.
- 14 ► Mirada superficial que se da a una cosa (pl.).
- 15 ► Adelanto, avance.

SÍLABAS:

A - A - AN - AN - AR - AR - BA - CO - CO - CUE - DES - DO - DO - DOS - ES - ES - GRE - LAS - LI - MIS - MO - NAZ - NO - OP - OS - PA - PER - PO - PRO - RA - RI - RIO - RO - SA - SE - SIO - SO - SO - SOS - TA - TA - TAS - TE - TE - TI - TI - TO - VE - VIS - VIS - ZA - ZO - ZOS.

Soluciones

Sudoku

2	4	5	8	3	9	1	7	6
3	7	8	1	4	6	2	5	9
9	1	6	2	5	7	3	4	8
5	2	3	7	8	1	9	6	4
4	9	7	3	6	5	8	1	2
8	6	1	4	9	2	7	3	5
7	3	9	6	2	4	5	8	1
6	8	2	5	1	3	4	9	7
1	5	4	9	7	8	6	2	3

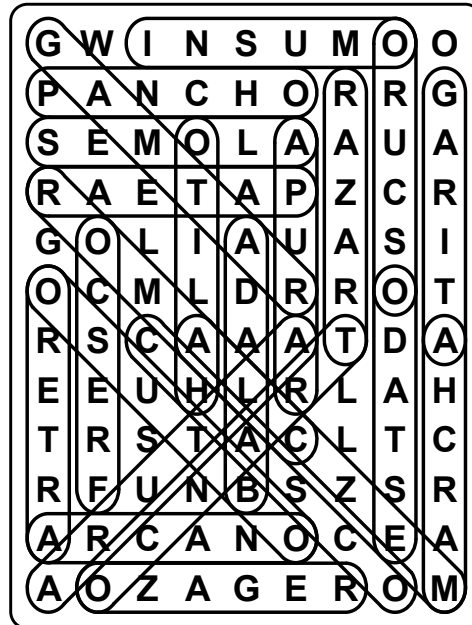
Mezclagrama

A	T	A	N	O	R		C	S
C	A	S	A	R		A	R	O
A		P	O	C	O	S		L
S	E	A		A	L	A	M	O
O	P		O	S	A	R	A	N

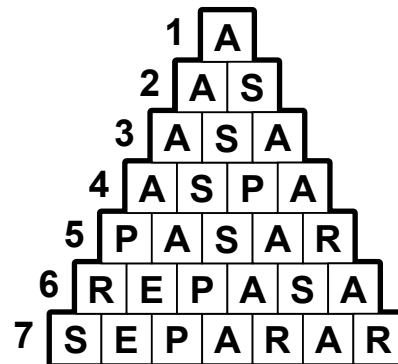
Grilla

1	A	V	E	Z	A	D	O	S
2	T	I	M	O	R	A	T	O
3	A	V	I	S	P	A	D	O
4	M	I	S	T	E	R	I	O
5	A	R	D	O	R	O	S	O
6	A	N	S	I	O	S	O	S
7	C	O	L	I	S	E	O	S
8	P	E	R	T	I	N	A	Z
9	E	S	C	U	E	L	A	S
10	A	R	T	E	S	A	N	O
11	D	E	S	P	O	T	A	S
12	E	S	C	O	B	A	Z	O
13	O	P	T	A	R	I	A	N
14	V	I	S	T	A	Z	O	S
15	P	R	O	G	R	E	S	O

Sopa sin lista



Piramidal



En clave

O	N	C	E		A	G	A	P	E	S		E	P	I	
R	O	A	N	A		E	R	A	L		O	T	E	O	
A	S	I		T	R	A	E	R		A	B	A	D		
D		N	O	R	A		A	R	A	C		S	I	C	
O	I		C	A	I	A		A	M	O	N		R	A	
R	T	A		P	A	I	S		A	S	I	S		T	
		E	S	T	A		R	O	N	D	A		A	T	A
O	R	E	A		P	E	C	O		R	A	P	A	R	
M	A	S		P	I	S	A	R	A		D	O	C	E	



CERRAMOS
EL DÍA
**CON MUY
BUENA ONDA**

Guillermo Hemmerling conduce "TURNO NOCHE"
de lunes a viernes de 20.30 a 23.30

CADENA 3 
ARGENTINA

La radio más escuchada del país

CHESTER ICE



FRAGANCIAS CANNON

EAU DE TOILETTE FOR MEN