

# CONVIVIMOS

Argentina #362  
Agosto 2022 / \$410



**Fátima  
Florez**

**"Mi misión es traerle  
alegría a la gente"**



*Coca-Cola*  
SIN AZÚCAR



SIN AZÚCAR  
**#SIN**  
**PALABRAS**

DEMASIADO RICA PARA  
DESCRIBIRLA CON PALABRAS.

**¡PROBALA!**





# PORQUE TENGO NARANJA X!

\$500.000

Y UN MONOPATÍN  
ELÉCTRICO

EL 1° DE CADA MES



CADA PRODUCTO ES UNA CHANCE EXTRA DE GANAR.  
PARTICIPAN **SEGUROS, ASISTENCIAS** Y LAS  
MEJORES **REVISTAS** PARA TU FAMILIA.

CONVIVIMOS

AVENGERS

Disney

Disney Junior

PAW Patrol

PRIMER SORTEO: 1° DE SEPTIEMBRE

## Naranja X

SIN OBLIGACIÓN DE COMPRA. VALIDEZ DEL 01/08/2022 AL 25/11/2022 PARA TODA LA REPÚBLICA ARGENTINA EXCEPTO LA PROVINCIA DE NEUQUÉN. CONSULTÁ BASES Y CONDICIONES EN: [HTTPS://WWW.NARANJAX.COM/CONCURSOS](https://www.naranjaX.com/concursos). ESTA ACCIÓN ES ORGANIZADA POR TARJETA NARANJA S.A.U., CUIT 30-68537634-9, LA TABLADA 451, CIUDAD DE CÓRDOBA, CÓRDOBA. AGENTE INSTITORIO REGISTRO: SSN 136. SUPERINTENDENCIA DE SEGUROS DE LA NACIÓN: ATENCIÓN AL ASEGURADO 0800-666-8400 [WWW.ARGENTINA.GOB.AR/SSN](http://WWW.ARGENTINA.GOB.AR/SSN).

## STAFF

**DIRECTOR**  
DAVID RUDA

**EDITOR**  
SEBASTIÁN MAGGIO  
EDITOR@EDITORIALACCION.COM.AR

**COORDINACIÓN EDITORIAL**  
MARITÉ ITURRIZA

**COORDINACIÓN PERIODÍSTICA**  
ELENA MOREIRA

**ARTE Y DISEÑO**  
JESSE LUNAZZI  
RODRIGO LASCANO

**IMPRESIÓN**  
ARCÁNGEL MAGGIO  
LAFAYETTE 1695  
CÓDIGO POSTAL C1286AEC - CABA

IPESA  
MAGALLANES 1315  
CÓDIGO POSTAL C1288ABA - CABA

**REDACCIÓN**  
REDACCION@CONVIVIMOS.COM.AR  
LAFAYETTE 1695 - CÓDIGO POSTAL C1286AEC  
CABA

**CONTACTO**  
PUBLICIDAD@CONVIVIMOS.COM.AR

**CORRESPONDENCIA**  
LECTORES@CONVIVIMOS.COM.AR

**SUSCRIPCIONES**  
EN TODAS LAS SUCURSALES DE NARANJA X

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: 275.000 EJEMPLARES.  
(137.500 ARCÁNGEL MAGGIO, 137.500 IPESA).  
CONVIVIMOS ES UNA PUBLICACIÓN  
MENSUAL DE DISTRIBUCIÓN NACIONAL  
PROPIEDAD DE TARJETA NARANJA S.A.  
EXCLUSIVA PARA TITULARES DE NARANJA X  
DOMICILIO LEGAL: TARJETA NARANJA S.A.  
LA TABLADA 451 - X5000JSB CÓRDOBA  
ARGENTINA  
NÚMERO DE EDICIÓN: 362  
FECHA DE EDICIÓN: AGOSTO 2022  
EDITADA POR EDITORIAL ACCIÓN S.A.  
REGISTRO DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL N° 5342694

## EDITORIAL

DAVID RUDA  
DIRECTOR



# Contra viento y marea

A Fátima Florez no le importó que algunos le dijeran que las mujeres no hacían reír. Le bastó la reacción del público cada vez que subía al escenario para darse cuenta de todo lo contrario. En realidad, María Eugenia Florez, antes de ser Fátima, ya sabía que era una artista. Y lo que empezó como un juego cuando era chica se transformó —con el tiempo, a fuerza de perseverancia y contra viento y marea— en una exitosa carrera como comediante. Desde hace diez años, nuestro personaje de tapa dirige su propia compañía. ¡Felicitaciones!

Con esa fuerza, la fuerza que caracteriza los deseos, en esta edición de *Convivimos* festejamos la infancia, homenajeamos a los niños y las niñas que son y a los niños y las niñas que fuimos. Porque como dice Antoine de Saint-Exupéry, el creador de *El Principito*, “todos los mayores han sido primero niños (aunque pocos lo recuerden)”.

Nuestro informe está dedicado a los juguetes, los más simples, los que favorecen la creatividad y la imaginación. Me llamó especialmente la atención lo que

la pedagoga inglesa Elinor Goldschmied denomina “la canasta de los tesoros”. En una cesta del tamaño de una palangana introducimos objetos tan cotidianos como una cuchara, una esponja vegetal o un ruler. La experta en primera infancia asegura que los elementos más sencillos son suficientes para que toquen, huelan, conozcan, aprendan.

En esta edición, una vez más, fueron los chicos los encargados de llenar de colores “La página en blanco”. Lucas, desde Río Grande (Tierra del Fuego); Catalina, desde San Miguel de Tucumán; y Aarón, desde Malargüe (Mendoza), compartieron sus dibujos y también sus gustos y anhelos.

Los niños, esos locos bajitos que no se cansan de hacer preguntas y suelen tomarnos de la mano para señalarnos el camino, se merecen lo mejor de nosotros cada día. No nos privemos de su complicidad y compañía. Escuchémoslos, tienen muchas cosas para decirnos.

Que disfruten de toda la revista.

¡Buena vida!





CACHO BUENAVENTURA

CONVIVIMOS

# ¡PARÁ UN CACHO! QUE TE CUENTO



**ESCANEÁ EL CÓDIGO  
Y MIRÁ EL CUENTO  
QUE CACHO TIENE  
PARA VOS**



# Estafas en redes sociales

*Cómo operan los ciberdelincuentes para obtener datos y cometer estafas a través de las redes sociales. Consejos y advertencias para estar más seguros.*



Foto: iStock.

**F**acebook, Instagram y Twitter se han convertido en un medio ideal para los ciberdelincuentes que buscan captar víctimas. A través de perfiles falsos, los ciberdelincuentes revisan los comentarios realizados en las redes sociales de organizaciones o marcas, y contactan a aquellos clientes que están disconformes por alguna causa para ofrecerles “su ayuda”. En las redes de Naranja X, responden a los reclamos con mensajes del tipo: “Yo tuve el mismo problema, y pude solucionarlo a través de este número” o “Te comento que a mí me atendieron a través del siguiente WhatsApp, es un Atención al Cliente”. De esta manera, logran ponerse en contacto con la persona para luego cometer la estafa.

Es por eso que, desde la compañía, les resulta indispensable dejar en claro que “Naranja X nunca va a enviar solicitudes de seguimiento o agregar a nadie como ‘amigos’, una práctica muy común en los ciberdelincuentes, algunos de los cuales hasta logran hacer videollamadas

o contactarse por WhatsApp para concretar las estafas”, alertan.

Por ello, para saber que uno se está comunicando efectivamente con la empresa, hay que identificar las redes sociales oficiales sabiendo que:


-Estas tienen el tilde azul de cuenta verificada.

-El nombre de usuario es igual al de la organización.

-Las cuentas tienen gran cantidad de seguidores.

-El perfil incluye una completa descripción.

Por otro lado, desde la empresa recomiendan no aceptar solicitudes de cuentas que se hacen pasar por Naranja X. Lo conveniente es enviar un mensaje privado por las redes sociales con la consulta para ser atendido por un representante oficial, o autogestionar la consulta a través del Centro de Ayuda.

Si aún así se duda de la veracidad de algún contenido relacionado con la compañía (como un correo electrónico o una publicidad en las redes), enviar un correo electrónico a [centrodeseguridad@naranja.com](mailto:centrodeseguridad@naranja.com) o llamar al 0810-333-6272. 

## CONTRASEÑA SEGURA

Como una de las formas de atentar contra la ciberdelincuencia, aparece la de crear contraseñas seguras. Desde el Centro de Seguridad de Naranja X comparten los siguientes consejos:

-Combinar mayúsculas, minúsculas, números y símbolos.

-Usar una frase o fragmento de una canción.

-No incluir nombres de familiares o fechas de cumpleaños.

-Elegir una diferente al PIN y a otras claves.

-Las palabras mal deletreadas pueden ser descubiertas; sobre todo las secuencias que sustituyen letras con números. Ejemplo: “l” con un “1” o “E” con el “3”.

-Cambiar la clave con frecuencia y no compartirla.

Desde Naranja X, nunca se solicitará la contraseña para ningún tipo de operación.



# Aparecer en el Veraz

¿Qué significa aparecer en el Veraz en Argentina 2022? ¿Qué hacer para salir de él? Un resumen para entender mejor qué es y cómo funciona.



Foto: iStock.

**E**scuchar hablar sobre el Veraz hace que los pelos se pongan de punta. Quizás no se tiene muy en claro qué es o cómo funciona, pero es sabido que siempre se asocia a las deudas.

El Veraz es un registro de datos que responde al Banco Central de la República Argentina (BCRA), entidad a cargo del control de todas las personas argentinas que tengan una deuda en el sistema financiero. Este registro implica las deudas de tarjetas de crédito, préstamos, cheques rechazados en los últimos dos años, procesos judiciales y extrajudiciales, pedidos de quiebra, concursos y cualquier tipo de compromiso impago, ya sea de personas físicas como de empresas.

Entonces, ¿cómo averiguar si uno aparece en el Veraz? Para acceder a esta información hay tres opciones.

La primera es consultando a través de Internet en la Central de Deudores del BCRA. Ahí se encuentran, de forma gratuita, datos sobre prés-

tamos, tarjetas de crédito o cheques retrasados, entre otros.

Otra opción es hacerlo telefónicamente, gestionando gratis el informe del Veraz llamando al número (011) 5352-4800, que corresponde a Veraz Equifax, y siguiendo este paso a paso:

1. Marcar la opción 1.
2. Ingresar género y número de DNI.
3. Responder tres preguntas para acreditar y validar identidad.
4. Elegir la opción de hacer uso del derecho al acceso de la información.
5. Anotar el PIN o código que se brinde.
6. Ingresar al sitio del Veraz y hacer clic en estas opciones: Derecho de acceso; Ejecutar derecho de acceso; Ya obtuve el PIN por teléfono.
7. Ingresar el PIN que se brindó telefónicamente, número de DNI, *e-mail* y nombre.

La tercera opción es solicitar el informe de manera *on-line*, ingresando al sitio de Equifax, haciendo clic sobre la opción Productos para personas, y luego en las pestañas Derecho de acceso, Ejercer mi derecho y Obtener PIN por

web. Por último, se completan los datos para crear una cuenta y recibir un PIN en el teléfono, el cual se debe ingresar en la web para poder obtener el informe y conocer la situación crediticia.

## ¿CÓMO SALIR?

La mejor opción siempre es saldar las deudas para mejorar el historial crediticio. Es clave organizar la economía personal y analizar los ingresos y gastos para cortar el problema de raíz. Cuidado que, al pagar la deuda, uno figura durante dos años en el Veraz, aunque con la aclaración de que ya se cumplieron con esas obligaciones.

En el caso de que la deuda sea inexistente o incorrecta, comunicarse con el Veraz por teléfono, llamando al (011) 5352-4800. También está la opción de solucionarlo por la web, ingresando a la sección Reclamos de Veraz y seleccionando la opción Información de deudas y cheques realizados. Ahí se pueden actualizar las deudas o incluso desconocerlas. ■



**LOS DÍAS DE LA REVOLUCIÓN**  
EDUARDO SACHERI

“Una historia de Argentina cuando no era Argentina”, así se completa el título del primer libro de historia del autor de grandes éxitos como *La pregunta de sus ojos*.

288 págs.  
Alfaguara



**EL CUERPO ES QUIEN RECUERDA**  
PAULA PUEBLA

Con una prosa audaz, abre preguntas sobre temas como la maternidad, la subrogación de vientre, los límites del cuerpo, la identidad y los mandatos de clase.

256 págs.  
Tusquets

**YO LEO GABRIELA EXILART**



“Sería beneficioso que los hombres se acercaran a la novela romántica”, dice Gabriela Exilart, para quien el lector todavía la considera “sin sentido y edulcorada, pero el género actual no es así, siempre tiene un trasfondo social, político y económico que refleja la sociedad de una época determinada”. En su nuevo libro, *El susurro de las mujeres*, asegura que se ven las injusticias cometidas contra las mujeres y se comprende el porqué de la lucha feminista.

“Esta historia se venía gestando con las novelas anteriores, donde siempre reflaté la figura de las mujeres en las guerras, en los frentes de batalla, en las masacres. Necesitaba explayarme, ir más a fondo y buscar a las precursoras de los reclamos por nuestros derechos”, comenta la marplatense sobre su reciente publicación.

La autora de *Napalpí*, *Atrapada en el viento* y *En la arena de Gijón* confiesa que cuando está por terminar una novela ya tiene otra en mente, pero que se aboca de a una por vez, “si no, no sale un buen trabajo”. También revela que realiza en paralelo la escritura y la investigación: “Primero, porque soy muy ansiosa, necesito escribir; y segundo, tengo muy mala memoria, entonces si investigo todo, después no me acuerdo”. Le gusta el género histórico, “para encontrar joyitas de hechos poco conocidos”.

**¿Un libro que recomiendes?**

*Cien años de soledad*, de Gabriel García Márquez.

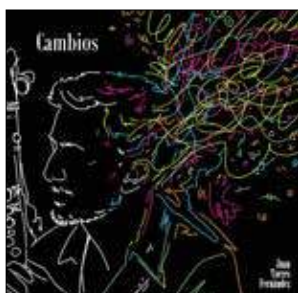


**EL SUSURRO DE LAS MUJERES**

Centrada en la figura de Julieta Lanteri, narra el camino recorrido por las mujeres para conseguir el reconocimiento de sus derechos civiles y políticos.

368 págs.  
Plaza y Janés

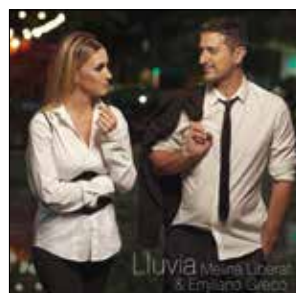




## CAMBIOS JUAN TORRES FERNÁNDEZ

En su segundo disco, el saxofonista y compositor transita con potencia y fluidez por diferentes sonoridades del *jazz* contemporáneo.

Club del Disco



## LLUVIA EMILIANO GRECO Y MELINA LIBERATI

Enraizados en el tango, el pianista y la cantante proponen una mirada moderna sobre el género. Versiones de clásicos como *Afiches*.

Acqua Records

## YO ESCUCHO **RUGGERO**



“En este disco estoy más libre, más a gusto y con más madurez”, resume Ruggero Pasquarelli, más conocido como “Ruggero”, sobre *Volver a cero*, su segundo material. El cantante nacido en Italia cuenta que fue más complicado producir el primer álbum porque tenía muchas dudas: “Uno nunca sabe si va hacia el camino correcto o si se está equivocando. *Ruggero* fue un puente con mi trabajo en Disney, entonces para no asustar tanto no quise hacer algo tan arriesgado”.

Comenzó su carrera solista en 2021; ahora, a punto de cumplir 29 años, asegura que el camino se trata de evolucionar personal y musicalmente para componer canciones que lo representen cada vez más. “En *Volver a cero* soy yo al cien por ciento, sin ningún tipo de filtro”, comenta sobre la placa en la cual se corrió hacia el pop-anglo, la música que escucha desde chico.

Sus inicios fueron como conductor en la televisión italiana y luego pasó a la actuación, en ficciones como *Violetta* y *Soy Luna*. Si bien en julio estrenó una serie en Amazon, confiesa que esta faceta está en *stand by*: “Quisiera que este disco me instale aún más en la música y por completo”, dice.

En uno de los temas nuevos canta “Solo se vive una vida y yo no cambio la mía”, entonces confiesa: “No la cambiaría porque me siento viviendo el presente muy presente. Además, me está pasando lo que soñé siempre, seguir mi pasión, que es la música”.

**¿Un disco que recomiendes?**

*Harry's House*, de Harry Styles.



## VOLVER A CERO

Letras íntimas con sentimientos a flor de piel, melodías pegadizas y un pop que invita a bailar. También baladas para acercar los cuerpos.

Sony Music



## ROQUE NARVAJA

El fundador de La Joven Guardia repasa sus éxitos, entre ellos “El extraño del pelo largo”, y comparte las canciones de su último álbum, *Mar de tranquilidad*. 12 de agosto, a las 21, en Teatro Morón, Nuestra Señora del Buen Viaje 851, Morón.



## LOS NOMBRES DEL ALBA

Facundo Toro, Nacho Prado y Daniel Campos continúan el legado de Los cantores del Alba y ofrecen un *show* con clásicos del repertorio folklórico nacional. 17 de agosto, a las 21:30, en Casa de la Cultura, Caseros 460, Salta.

# DESDE LA PISTA **MANUEL WIRZT**



Manuel Wirzt se define como “un contador de historias”, y muchas de ellas son clásicos del repertorio popular. El autor de *Rescata mi corazón* y *Donde quiera que estés* asegura que “con un *hit* aparece la llave que abre una puerta deseada, la de encontrar una buena historia que la gente tome como suya. Es el final de un ciclo, pero inmediatamente te hace salir a buscar otra para seguir estando, porque en definitiva ese es el éxito, permanecer”. Es así como está trabajando en temas nuevos que saldrán a fin de año.

Reconoce que no es una tarea sencilla descubrir qué contar, por eso siempre está atento, guardando frases y emociones. “Mi lema es ‘La curiosidad mató al gato, pero a mí me salvó la vida’. Mientras tenga ganas de saber qué pasa en la vereda del frente voy a seguir encontrando cosas, porque la meta es el camino y uno caminando encuentra, sobre todo si va observando”, dice quien en sus inicios también fue mimo y conductor de televisión.

Está contento y agradecido por el regreso a los escenarios tras la pandemia. “Ha sido muy importante volver a la cancha a jugar, a divertirse, a emocionarse, interactuar con el público. Es maravilloso, se parece a un abrazo entre seres que se extrañaban”. Sin dudarlo, asegura que disfruta más del *show*: “El vivo es vida, mientras que el estudio es el laboratorio”.

*¿Un recomendado para ver en vivo?*

Paul McCartney.



## ÉXITOS ACÚSTICOS

Repasa todos sus clásicos y los temas de su último disco, *Todo*. 20 de agosto, a las 21, en Quality Teatro, Av. Cruz Roja 200, Córdoba.





## LOS 80. EL ROCK EN LA CALLE

Una muestra con objetos emblemáticos de los referentes de la escena nacional, como la valija de Luca Prodan. También, un registro fotográfico de artistas de la época. Hasta el 28 de agosto, en Museo Histórico Nacional, Defensa 1600, Buenos Aires.



## DRÁCULA, EL MUSICAL

La versión de Pepe Cibrián y Ángel Mahler se despidió con Juan Rodó y Cecilia Milone en los roles principales y más de 25 artistas en escena. 4 de agosto, en Teatro Libertador, Casilda; 26, en Cine Teatro Barrio Alegre, Trenque Lauquen.

# EN ESCENA **FEDERICO FERNÁNDEZ**



Cuando se baja del escenario, a Federico Fernández lo inundan sensaciones diferentes, desde la alegría hasta la frustración. En junio estrenó *Carmen* como parte del Ballet del Teatro Colón y confiesa que, en una obra como esa, siente “más cansancio emocional que físico”. “Lo que queda siempre es el aprendizaje”, asegura.

Le gusta tanto saltar como girar y en cada gala luce su talento. Si se trata de una pieza que ya ha interpretado, intenta “buscarle más contenido y cómo generar peso escénico y matices”. Mientras que para ser un buen *partenaire* dice que se necesita de “intuición y conexión en cada ensayo con la compañera. Una vez que está eso, el resto es práctica”.

Empezó a bailar profesionalmente a los 14 años y desde entonces su entrenamiento le insume al menos seis horas, seis días a la semana. “Sin contar los ensayos externos por fuera de la diaria del Colón”, aclara quien es primer bailarín del gran coliseo.

Por estos días se encuentra preparando las funciones con el Buenos Aires Ballet (BAB), una compañía independiente que creó en 2013 y que se propone expandir al resto del país y al exterior. “El BAB genera oportunidades cuando no se dan en el ámbito oficial. Es un oasis para crecer profesionalmente, probar cosas y darles la posibilidad a coreógrafos y bailarines”, comenta.

**¿Un ballet que recomiendes?**

*Manon, Romeo y Julieta, Onegin*, ¡no puedo decidirme por uno!



## BUENOS AIRES BALLET

Obras clásicas, contemporáneas y neoclasicismo con las primeras figuras del Teatro Colón y artistas independientes de renombre internacional.

7 de agosto, en Teatro Coliseo Podestá, La Plata; 14, en Teatro Helios, El Palomar; y 22, en Teatro El Círculo, Rosario.



## BESTIA

El doctor Nate Daniels acaba de enviudar y regresa a Sudáfrica, donde conoció a su mujer, en un viaje que llevaba tiempo planeando con sus hijas. Pero lo que comienza como un viaje de sanación se convierte en una aterradora lucha por sobrevivir cuando un león comienza a acecharlos.



## 30 NOCHES CON MI EX

El Turbo acepta, por pedido de la hija que tienen en común, convivir con su ex, La Loba, que viene de una larga internación psiquiátrica. Mientras resurgen los sentimientos encontrados, la convivencia se convierte en un sube y baja emocional que los hará vacilar entre el amor y lo que llevó al fin de la pareja.

# YO VI MATÍAS MAYER



“Cuando se trata de un personaje real, es muy importante hacerlo con total responsabilidad y respeto por las personas que lo conocieron”, dice Matías Mayer. Para estos papeles investiga previamente para conocer detalles de esa persona y acercarse lo más posible. No es la primera vez que el actor cuenta una historia verídica: fue parte del elenco de *Historias de un clan* y *Iosí, el espía arrepentido*, y ahora está por estrenar *Un crimen argentino*, que cuenta un hecho ocurrido en Rosario en los 80.

Comenzó su carrera en el teatro musical, al que define como su primer amor. Aunque los últimos proyectos lo afianzan en el cine y las series, no se define por un formato en particular. “Cada vez que me subo al escenario, vibra algo distinto, pero las producciones audiovisuales son un desafío nuevo, no dejo de aprender. Ni hablar en este caso que filmé con bestias de la actuación, como Darío Grandinetti; gente que de solo verla es una clase magistral. Estoy muy contento con los proyectos que vengo haciendo y en general me gusta ir cambiando”, cuenta.

Su momento preferido son los rodajes, donde se entrega por completo. Además, confiesa: “Soy muy autoexigente en todo lo laboral, de prepararme y querer cumplir, pero al mismo tiempo soy jodón en el set, me gusta generar un clima distendido y familiar para trabajar”.

**¿Una película que recomiendes?**

*Una mente brillante*, de Ron Howard.



## UN CRIMEN ARGENTINO

*Thriller* sobre la desaparición de un hombre de negocios en la ciudad de Rosario, durante la última Dictadura Militar. Los juristas que llevan el caso intentarán resolverlo enfrentando a una policía subordinada al poder represor. Basado en una novela de Reynaldo Sietecase. Director: Lucas Combina.

Estreno 25 de agosto.



# ¡Todos a bordo!

Llega a los cines, en horario y sin retrasos, *Tren bala*, la última película de Brad Pitt, cuya trama se desarrolla sobre el transporte más rápido del mundo. Todo sobre la película.

Por Leo González

**S**i bien su carrera actuaral comenzó en 1987, el punto de inflexión para Brad Pitt fue su participación en *Thelma y Louise* (1991).

Desde allí comenzó su ascendente camino hacia el estrellato regalándonos perlas como *Entrevista con el vampiro* (1994), *Pecados capitales* (1995), *12 monos* (1995), *El club de la pelea* (1999), *La gran estafa* (2001), *Babel* (2006), *Bastardos sin gloria* (2009), *Guerra mundial Z* (2013) y *Había una vez en... Hollywood* (2019), por nombrar solo algunos de sus tantos éxitos. Pero el actor no se conformó con ser la cara bonita del momento, sino que siempre se preocupó porque lo tomen en serio: hizo toda clase de films —*blockbusters* e independientes—, se arriesgó a realizar papeles controvertidos, incluso comenzó a producir largometrajes. Y lo logró. Hoy es suficiente que sonría en una escena para que el precio de la entrada esté pago. *Tren bala* lo junta con el director David Leitch, encargado de que Keanu Reeves se convirtiera en un héroe de acción en *Sin Control* (2014).

Ladybug (Pitt) es un asesino profesional que quiere renunciar a su vida, pero su manejadora Maria Beetle (Sandra Bullock) lo atrae con un último encargo: recoger un maletín en un tren bala que se dirige de Tokio a Morioka. El problema es que a bordo del transporte hay otros asesinos como él, y cada uno de ellos tiene un encargo muy particular. Sin embargo, sin ellos saberlo, todos están interconectados. Ahora deberán descubrir cuál es el verdadero propósito de ese viaje y tratar de salir con vida de ese tren.

El film está basado en la novela japonesa *Maria Bitoru* (Maria Beetle), de Kōtarō Isaka, publicada en



Brad Pitt en *Tren bala*, quizás el último film que lo tendrá como actor.

2010. Además de Pitt y Bullock, en el elenco están Joey King, Aaron Taylor-Johnson, Logan Lerman, Brian Tyree Henry, Andrew Koji, Hiroyuki Sanada, Michael Shannon y un tal Benito A Martínez Ocasio, más conocido como “Bad Bunny”. En principio, el proyecto del film fue desarrollado por Antoine Fuqua, que se quedó con el cargo de productor, e iba a ser una película de acción más violenta, pero le bajaron un poco el tono. La filmación comenzó en noviembre de 2020 y, con sus 58 años a cuestas, Brad Pitt sorprendió a todos realizando el 95 por ciento de las escenas de acción. Es que estando Leitch detrás de cámaras, se espera una catarata de escenas adrenalínicas y de acción bien contadas y filmadas, como hizo en *Atómica* (2017), *Deadpool 2* (2018) y *Rápidos y furiosos: Hobbs & Shaw* (2019). La única polémica que gene-

ró el largometraje fue que lo acusaron de hacer “whitewashing”, es decir, elegir a actores no asiáticos para representar a personajes que en la novela son japoneses. Más allá de todo eso, este film se perfila como uno de los estrenos del año y, posiblemente, uno de los que más recaude en taquilla.

*Tren bala* es una de las últimas películas que vamos a poder disfrutar de Brad Pitt como actor. A pesar de ser uno de los más requeridos de la industria, hace poco anunció su retiro de la actuación. Estos son los últimos meses en que estará delante de cámaras, y después se dedicará solo a la producción. A disfrutar entonces de los últimos destellos de una de las estrellas más brillantes que tiene el firmamento de Hollywood. ■

# LA PÁGINA EN BLANCO

# CONVIVIMOS



Nombre y apellido : .....

Domicilio y código postal : .....

Teléfono / E-mail : .....

**Enviala a [lectores@convivimos.com.ar](mailto:lectores@convivimos.com.ar) (no te olvides de incluir tu número de teléfono con el código de área) o entregala en la sucursal de Naranja X más cercana. ¡Te podés ganar un libro!**

El presente concurso se llevará a cabo entre 01/01/2022 y 25/12/2022 para todas las provincias de la República Argentina. La participación en el presente concurso es sin obligación de compra. Para bases y condiciones consultar en [www.naranjax.com](http://www.naranjax.com). Tarjeta Naranja S.A. es una sociedad anónima regularmente constituida en la República Argentina, CUIT 30-68537634-9, con domicilio y sede social en La Tablada 451, Córdoba, República Argentina.





# Pequeños artistas

En el mes de las infancias, las obras de arte de tres niños que viven en diferentes lugares del país, unidos por un mismo amor: el dibujo.



## QUE LUCAS TE ACOMPAÑE

“Hice un autorretrato. ¡Me gusta mucho dibujar! Voy a tercer grado de una escuela bilingüe, también practico básquet y mi comida favorita son los panchos”.

**Lucas Genaro Mamandi**  
(8 años, Río Grande, Tierra del Fuego)

## LOBITO KAWAI

“Lo vi en Internet y me gustó tanto que intenté copiarlo junto a mi mamá. Me encanta dibujar, voy a un taller de arte. Este lobito es imaginario, pero tengo dos mascotas, un perro Huber y un gato Foucault”.

**Catalina Armando**  
(6 años, San Miguel de Tucumán)



## LA GRAN CARRERA

“Me gustan los autos, cuando sea grande quisiera tener uno así y ser piloto. Esta es una carrera que imaginé. ¡Me gusta mucho dibujar!”.

**Aarón Calderón**  
(10 años, Malargüe, Mendoza)

# TENGO UN NUEVO AMIGO

**“ESPERO QUE  
LOS ADULTOS  
SEAMOS  
CAPACES  
DE DARLE  
SOLO COSAS  
BUENAS”.**

Vos lo mirás y el tipo no te da ni la hora. Gesto fruncido, cara de póker y alta concentración en mascar un bollito sintético que las madres suelen llamar “chupete”. Sin embargo, él y yo sabemos que vamos a ser amigos.


Me acerqué un poco y abrió los ojos despacito, tanteando el escenario. Le hice cosquillitas en el cuello y pestañeó dos o tres veces en señal de aprobación. Enseguida acomodó la carita para que siguiera haciéndole eso, porque le gustaba. Luego apoyé un dedo en la palma de su mano y el tipo me lo agarró como si tuviese una pinza. Eso fue para decirme que estuviera atento, que no me distrajera. Entonces, para demostrarle quién mandaba, le quité el chupete y protestó de tal manera que tuve que devolvérselo. Sí, demostró que mandaba él. Encima, la madre me hizo una cara de “por qué no dejás de molestar a la criatura” que desactivó mis intenciones de provocarlo. Con ese aval materno, el tipo se agrandó y empezó a sobrarme con una sonrisita de costado, como haciendo la seña del siete bravo en el truco.

En un momento, la abuela me lo prestó de compromiso y me dijo algo parecido a “Tomá, tenelo un ratito”. El tipo pasó de manos y ni se mosqueó, siguió en la suya, dándole masa al chupete y mojando el pañal sin culpas. Le dije un par de cosas al oído referidas a preferencias deportivas, pero seguramente no me escuchó: en ese terreno, parece que el padre me ganó de mano y ya lo tiene charlado para que sea de la contra.

Observé sus uñitas solo para comprobar que medían menos de la quinta parte de la pastilla que tomo para dormir. Y la nariz era menor

a un garbanzo, aunque me dio a entender que por el momento no le importaba, ya iba a crecer. Cuando le dieron su primera mamadera (porque el muy vago se resiste a trabajar con la teta), me hizo provechito en la cara, como el mejor maleducado del mundo. “Tomá pa' vos –dijo con la mirada–, esto es por haberme sacado el chupete”. Y enseguida levantó las cejas indicándome que tenía más pelo que yo. El tipo me agarró de punto el primer día. Y después se quedó dormido, estirando las piernas diminutas y marcando la cancha como capitán del equipo de los que no hay que molestar cuando duermen. Y ahí me quedé, mirándolo embobado, pensando en cuántas cosas tiene para descubrir en un mundo que está cada vez más loco. Hoy es la persona más libre del universo. Puede ser lo que él quiera ser. O lo que pueda, no importa. Espero que los adultos que lo rodeamos seamos capaces de darle solo cosas buenas y no lo lle-nemos de reglas, ficciones, odios ni falsos dioses. Que él elija. Y que su elección lo haga feliz.

Perdón, mi nuevo amigo se llama Conrado. Nació con 3,450 kilos y midió 53 cm. Es hijo de mi hija Agustina y de su pareja, Sergio. Tiene tres bisabuelas y cuatro abuelos (entre los que me cuento) babeando alrededor. Y una montaña de tíos, tías, amigos y amigos de amigos que lo van a malcriar exitosamente.

En cuanto a mí, creo que el amigo me introdujo en la etapa más maravillosa de mi vida. Sí, definitivamente es así. 

*redaccion@convivimos.com.ar*

**FERNANDO MEDEOT**





NUEVO



El arroz es **Maria**,  
la magia la ponés vos.



Encontrá esta receta y muchas más  
[arrozmaria.com.ar](http://arrozmaria.com.ar)



# GESTOS HEREDADOS

Muchas veces en este espacio hemos revisado el origen de las palabras. Nuestro español, al igual que nuestra cultura, es un crisol de razas: tiene un poquito de italiano, una pizca de árabe, otro poquitín de alemán y así la lista continúa. Ahora bien, ¿se preguntaron alguna vez qué pasa con los gestos?

Si hay préstamos entre lenguas respecto del léxico, ¿puede haberlos también con relación a los gestos? Para responder esto, consultaremos al profesor de Filología catalán Lluís Payrató.

Este catedrático sostiene que los únicos gestos globales de los que podemos hablar es de aquellos que compartimos con los primates, ya que son bastante semejantes en todas las culturas, como por ejemplo: sonreír, arquear las cejas, encoger los hombros.

Plantea, además, que el enorme universo de gestos se ha popularizado y se ha expandido gracias a la influencia de los medios de comunicación, del cine y de la televisión. “Heredamos gestos en el sentido cultural: los mantenemos generación tras generación. Por ejemplo, algunos vienen de la antigüedad griega y romana (levantar el dedo medio como insulto, los cuernos, sacar la lengua)”, dice Payrató.

Asimismo, levantar el pulgar (para decir “bien”), formar un círculo con el índice y el pulgar (como el gesto de “un kilo y dos pancitos”, de Carlitos Balá) o la “V” de la victoria con los dedos son de influencia anglosajona.


Los argentinos tenemos gestos heredados a montones. Adam Kendon es un profesor inglés que estudió la gestualidad italiana (en especial, la de Nápoles). En su opinión, en esa ciudad del sur de Italia, que está superpoblada, la gestualidad se convierte en una forma

de competir y de marcar el territorio usando todo el cuerpo.

Es común que los argentinos entendamos qué significa que los dedos pulgar e índice se froten ligeramente (seña de dinero) y qué representa una suave mordida en el puño cerrado (manifiesta bronca). Bien, he aquí la herencia napolitana.

Por otro lado, en Argentina y Uruguay llamamos “pito catalán” al gesto de burla que consiste en llevar el pulgar de la mano a la nariz mientras se agitan los dedos extendidos. Esta seña también funciona en la oralidad. Si decimos “Me hizo pito catalán”, nos referimos a que alguien se burló de nosotros.

En los territorios donde se habla catalán, este gesto es llamado *fer pam i pipa* (palmo y pipa) y se acompaña oralmente con un *elis, elis...* Sin embargo, su origen parece ser más lejano. Si revisamos la iconografía de la ciudad de Pompeya, es posible encontrar que los niños ya conocían este gesto, según Alfred Delvau, en *Dictionnaire de la langue verte. Argots parisiens comparés*.

La gesticulación que acompaña al habla es una parte del habla, es un canal que aporta información a lo que se dice. Las manos, la expresión del rostro, la postura forman parte del discurso. Así, en el mismo camino en el que incorporamos términos y expresiones de otras lenguas, es completamente esperable que también tomemos los gestos de otras culturas. Como dice Payrató, la comunicación es multimodal, en ella diferentes códigos y canales funcionan a la vez. 

[redaccion@convivimos.com.ar](mailto:redaccion@convivimos.com.ar)

**“LAS MANOS,  
LA EXPRESIÓN  
DEL ROSTRO,  
LA POSTURA  
FORMAN  
PARTE DEL  
DISCURSO”.**

**AGUSTINA BOLDRINI**





LA AUDIENCIA  
DE RADIO  
MÁS GRANDE  
DE ARGENTINA



**+300**  
**EMISORAS**  
EN TODO EL PAÍS

CONOCÉ TODO  
NUESTRO CONTENIDO  
ACA →



**CADENA 3**

**CADENA 3**   
ARGENTINA

**CADENA 3**   
ROSARIO | **100.1**  
FM

**Popu**

**heat**   
91.9 FM

IDESCARGÁ NUESTRAS APPS!  

# ADICCIONES EN EL EMBARAZO

Es reconocido que el consumo de sustancias tóxicas puede causar situaciones problemáticas en personas de cualquier edad y condición.

Afecta tanto el consumo en sí como los hábitos de vida de quienes se aferran a estimulantes externos para experimentar sensaciones no disponibles en su vida cotidiana; las drogas lícitas o ilícitas suelen asociarse a pobre alimentación, descanso insuficiente y, en muchos casos, a enfermedades infecciosas.

El problema empeora si quien consume está gestando. Los daños se potencian al estar involucradas dos personas: la madre y el niño o la niña.

Si bien el fenómeno suele asociarse a drogas ilegales (marihuana, cocaína, metanfetaminas), las embarazadas están expuestas a una monumental, inesperada y silenciosa epidemia causada por el consumo de otras sustancias socialmente aceptadas: alcohol, tabaco y productos ultraprocesados.

Según datos oficiales, más del 40 por ciento de las gestantes consumen alcohol durante el primer trimestre del embarazo, período más permeable a daños irreversibles en el embrión. Muchas mujeres no sabían que estaban gestando; otras no consideraban que fuera peligroso.

El problema central reside en que no hay relación directa entre la cantidad o graduación consumidas y el perjuicio. Pequeñas dosis o consumos aislados podrían deri-

var en bajo peso al nacer, asfixia perinatal o prematuridad, así como trastornos posteriores de la vida infantil, como bajo rendimiento intelectual y predisposición al consumo de alcohol.

Esto justifica políticas de “alcohol cero” durante todo el embarazo.

El tabaco fumado es otra adicción socialmente “aceptada”. Aun

**“LOS PRODUCTOS  
ULTRAPROCESADOS  
ESTÁN PRESENTES  
EN EL 50 POR CIENTO  
DE LAS DIETAS  
ALIMENTARIAS”.**

cando abunda información sobre sus efectos nocivos, un 26 por ciento de mujeres no interrumpen el hábito durante la preñez.

Al igual que con el alcohol, los daños sobre el embrión y el feto no dependen de la cantidad consumida. Más de 7500 sustancias contenidas en los cigarrillos pueden causar, entre otros trastornos, malnutrición fetal, trastornos neuroló-

gicos y anomalías craneofaciales.


Sin embargo, ninguna de las anteriores adicciones alcanza la dimensión que representan los productos ultraprocesados (con aditivos, conservantes y colorantes), presentes en el 50 por ciento de las dietas alimentarias actuales.

Según #Realfood, movimiento mundial que propone el consumo de comida verdadera y fresca, los principales ultraprocesados insalubres son las bebidas azucaradas, las carnes procesadas, la panadería industrial, las salsas comerciales y los precocinados listos para calentar.

En la actualidad, resulta extremadamente difícil sostener dietas de alimentos frescos que cubran las necesidades nutricionales del binomio madre-hija/o.

Y como si esto no fuera suficientemente sorpresivo, otra adicción merece ser nombrada: la tecnológica, la que distrae la mirada de las gestantes a las pantallas. No es descabellado desconfiar del compromiso de crianza en tecnoadictos.

En conclusión, cualquier consumo excesivo puede afectar la salud de las nuevas generaciones, causando problemas físicos al nacer y trastornos conductuales en edades posteriores.

Por ello, aunque resulte difícil actuar en una sociedad tecnoinvasada y con tentaciones de consumo, lo recomendable durante el embarazo es “adicciones cero”. 

*redaccion@convivimos.com.ar*

**ENRIQUE ORSCHANSKI**







## SUSCRIBITE A LAS MEJORES REVISTAS INFANTILES



NaranjaX

# Domótica universal

Anuncian el lanzamiento de un nuevo estándar de conectividad para unificar los sistemas inteligentes del hogar y solucionar las incompatibilidades entre marcas.

Por Ariel Hendler

Es sabido que la domótica o Internet de las Cosas (IoT, según su sigla en inglés), esa herramienta para automatizar casi todas las funciones de la vivienda (climatización, seguridad y tareas del hogar), vive hoy una gran expansión. Incluso en nuestro país. Sin embargo, todavía subsiste un obstáculo que dificulta el desarrollo pleno de la casa inteligente, y es la incompatibilidad entre las distintas marcas, ya que cada una utiliza su propio protocolo. Así, muchos artículos para el hogar suelen funcionar con una marca de celulares pero no con otra, o se los puede controlar con el asistente de voz Alexa y no con Siri.

Para terminar con estos obstáculos y racionalizar el funcionamiento de la domótica en el mundo, las principales empresas globales de informática, celulares y electrodomésticos, nucleadas en la Connectivity Standards Alliance (CSA), acaban de lanzar un nuevo protocolo o estándar de conectividad universal llamado "Matter". Su finalidad es hacer que todos los dispositivos inteligentes de un hogar puedan ser compatibles entre sí y con todos los smartphones y plataformas IoT.

Matter utilizará un protocolo con código abierto, es decir que no será específico de una sola marca, de modo que cualquier fabricante pueda incorporarlo a sus productos. A su vez, los usuarios deberán adaptar los que ya tienen para utilizar el nuevo sistema. También se anuncia que será muy sencillo de utilizar para que sea accesible a cualquier perfil de usuario, lo cual significará un gran aliciente para el desarrollo de la domótica en países como el nuestro, donde todavía es muy limitado.

Una de las claves será el modo de conectividad inalámbrica, mediante

el cual se comunicarán los artefactos entre sí y con el celular, para que Matter pueda desplazar en el uso de la domótica a los ya existentes, como wifi o Bluetooth. La CSA tomó como modelo de conexión a Zigbee, uno de los estándares de código abierto más difundidos: se compone de un router y numerosos nodos o puntos de acceso distribuidos en el hogar, y estos, a su vez, pueden vincularse directamente con el router o directamente entre ellos, al modo de una red.

Por lo pronto, el proyecto Matter cuenta con el apoyo de las empresas tecnológicas Apple, Google y Amazon; de electrodomésticos, como Signify (ex Philips), IKEA o Texas Instruments; y de todos los fabricantes de celulares. Se espera que los primeros productos provistos con esta nueva conectividad empiecen a venderse en los próximos meses en el hemisferio norte y el año próximo en el sur. ■

redaccion@convivimos.com.ar

## ACTUALIZAR EL SOFTWARE

Apenas se concrete antes de fin de este año el lanzamiento oficial del nuevo estándar Matter en los Estados Unidos, Europa y el Lejano Oriente, su logo, que consiste en tres flechas curvas apuntando a un centro, se verá en cualquier electrodoméstico inteligente de las marcas asociadas. Así se indicará que el artefacto es compatible con otras marcas. En cuanto a los ya existentes e instalados, deberán instalar en su software las actualizaciones que saldrán a la venta junto con el lanzamiento de Matter; o ser llevados a un service oficial para que lo haga. Así todos serán, por fin, compatibles entre sí.





N  
NUSS

BUENOS AIRES SOHO

# MÁGICO INVIERNO EN PALERMO SOHO

NUSS BUENOS AIRES SOHO HOTEL BOUTIQUE

Un antiguo convento refaccionado, ubicado en el corazón de Palermo Soho.

22 habitaciones amplias y luminosas.

Gran terraza con splash pool.

Sala de conferencias preparada para 40 personas.

## RESERVAS

[www.nusshotel.com](http://www.nusshotel.com)

+5411 4833 8100

El Salvador 4916, Palermo Soho - Buenos Aires

@nusshotelboutique - [facebook.com/nusshotel](https://facebook.com/nusshotel)





# CÓDIGOS QR PARA GENERAR CONCIENCIA

*Chicos de sexto grado de la Escuela Pbro. Brochero de Villa Santa Rosa (Córdoba) llevaron adelante un proyecto de concientización sobre vacunas a través de un novedoso canal de difusión.*

POR MAGDALENA BAGLIARDELLI

La visita de trabajadores del centro de salud para controlar y completar los carnés de vacunación despertó el interés de los chicos de sexto grado de la Escuela Presbítero José Gabriel Brochero. “¿Para qué sirven las vacunas?”, “¿Por qué algunos compañeritos tienen completo el esquema de vacunación y otros no?” y “¿La pandemia desalentó a la gente a vacunarse?” fueron algunas de las preguntas que surgieron.

Al conversar en el aula acerca de esta temática, también aparecieron nuevos interrogantes y miedos en relación con la vacunación, a la vez que quedó en evidencia la falta de información respecto al calendario obligatorio de vacunación que existe en la Argentina.

A partir de estas inquietudes, las tres divisiones de sexto grado de la escuela, ubicada en la localidad de Villa Santa Rosa, a 90 kilómetros de la capital cordobesa, iniciaron un proyecto de investigación, que les permitió abordar la temática desde distintas áreas. Con el acompañamiento de las docentes en el horario de jornada extendida, los chicos se embarcaron en esta tarea.

Para profundizar acerca de la vacunación, convocaron a una especialista del Programa de Inmunizaciones, dependiente del Ministerio de Salud de la Provincia de Córdoba. Betiana Anabel Sánchez, licenciada en Enfermería, fue invitada a conversar con los chicos sobre el tema. Durante su visita a la escuela, les habló del funcionamiento del programa, en qué casos son obligatorias las vacunas, les contó por qué se colocan en los brazos, por qué es importante vacunarse contra la COVID-19 y de qué manera la pandemia había impactado en la

asistencia a los centros de vacunación, entre otras cuestiones.

“Las actividades se fueron desarrollando de manera transversal entre las materias: en Ciencias, investigaban qué eran las vacunas y conocieron el movimiento anti-vacunas; en Lengua, trabajaban los textos de opinión; y en Inglés, los términos en otro idioma. En Tecnología y Robótica, trabajaron con códigos QR y diseño gráfico”, explica a *Convivimos* la vicedirectora, María Elena Nieva, quien también se desempeña como docente de Literatura.

Con la información obtenida, los estudiantes siguieron investigando y, finalmente, como parte de las tareas solicitadas, elaboraron cartas de lectores con consejos, especialmente dirigidas a personas que tuvieran dudas o que no quisieran inmunizarse. Tanto entusiasmo les generó la propuesta que pensaron en difundirla fuera de la escuela.

## ALFABETIZACIÓN DIGITAL

Además de la temática, que de por sí generó mucho interés, hubo otro factor que cautivó a los estudiantes y los alentó a participar durante todo el proceso de investigación y divulgación: utilizaron herramientas digitales.

En dispositivos móviles como celulares y *netbooks*, iniciaron la búsqueda de información que luego compartieron en murales electrónicos (en particular, con una aplicación que se llama Padlet, que permite diseñar espacios multimedia a los que pueden acceder varios usuarios) y finalmente diseñaron los carteles para pegar en la escuela y en la localidad.

Como durante las clases habían aprendido a trabajar con QR, que es un tipo de código de barras “evo-



Foto: Gentileza Escuela José Gabriel Brochero

Los chicos de sexto con su maestra, recorriendo la ciudad con los carteles que diseñaron.

## CURA GAUCHO

La escuela de Villa Santa Rosa lleva el nombre del “cura gauchó”, como se conoce a José Gabriel Brochero, quien vivió su infancia y adolescencia en esa ciudad, a la que regresó en los últimos años de su vida.

Desarrolló su misión en la zona de Traslasierra, donde fundó escuelas, creó caminos e impulsó la creación de diques, un acueducto y el tendido del ferrocarril, entre muchas otras obras. Subido a su mula malacara, recorrió los confines de su curato, unos 4000 kilómetros cuadrados de valles, montes cerrados y sierras vírgenes.

Canonizado en 2016 por el papa Francisco, fue el primer santo que nació, vivió y murió en la Argentina.

lucionado” que posibilita almacenar información, les pareció bien hacer carteles de este tipo, para despertar la curiosidad de los vecinos.


La cartelería incluyó mensajes como “Vacunarse es ver el futuro. La prevención inicia contigo”, “Tenés que vacunar a tu hijo, hacelo como siempre, los vacunatorios son seguros” o “Ponele el brazo, vacumate para protegerte”. Una vez pegados los carteles, las personas interesadas le sacaban una foto al código QR con sus teléfonos celulares y accedían a las leyendas.

“Los chicos pensaron las consignas, luego diseñaron los códigos y también se hicieron cargo de explicarle a buena parte del público cómo acceder a ellas”, explica la docente. Por eso celebran que la alfabetización se haya realizado tanto al interior de la escuela como hacia los adultos con quienes se fueron relacionando.

Los afiches fueron circulando por distintos espacios públicos de la ciudad: en la Policía, en los Bomberos, en los comercios y en el centro de salud. Pudieron entregarle un ejemplar al intendente y también al gerente de

un banco. Todos quedaron sorprendidos por el proyecto, tanto por el contenido como por la forma que eligieron para replicar el mensaje.

“En grupos de nueve (tres por curso), salían acompañados de una docente a llevar carteles y sociabilizar la propuesta en la localidad”, cuenta María Elena. En las vidrieras y los mostradores de muchos negocios e instituciones aún se los puede ver exhibidos. “Al principio les costaba hablar y contar lo que estuvimos trabajando, pero con tanto entrenamiento, se fueron soltando”, comenta.

Fue tanta la repercusión positiva que generó el proyecto que desde otras escuelas los invitaron a compartir la experiencia, e incluso están pensando en exponerla en la Feria de Ciencias que organiza la institución todos los años. 

## CÓMO COMUNICARSE

Escuela Pbro. José Gabriel Brochero  
profemariaelena.nieva@gmail.com

redaccion@convivimos.com.ar

# Viandas seguras y nutritivas

Las viandas caseras que los chicos llevan al colegio pueden ser un manjar y; también, la opción más saludable. Recomendaciones para que sean seguras y nutritivas.



Foto: iStock.

**A** la hora de preparar la vianda, es necesario tener en cuenta algunos hábitos básicos, como lavarse bien las manos, mantener la higiene de los utensilios y también de los recipientes utilizados para la conservación de los alimentos.

## • Envases adecuados

Los alimentos deben ser conservados a temperaturas seguras (menos de 5° y más de 60°) y protegidos de la contaminación. Para eso, hay que colocarlos en envases aptos, tales como recipientes de plástico o bolsas con cierre hermético. Las bolsas de supermercado no deben utilizarse para su conservación.

Una vez preparados y puestos en los envases, lo ideal es ubicarlos en una lonchera con aislante térmico.

Los perecederos no deben estar más de dos horas expuestos a temperatura ambiente. Para conservarlos, se utilizan refrigerantes que se colocan en la lonchera. Las bebidas congeladas ubicadas entre los envases de alimentos son una buena opción para mantener la temperatura adecuada.

Algunas comidas no requieren nin-

gún cuidado especial con respecto a la temperatura. Otras, como la carne picada y el pescado, necesitan especial cuidado para su conservación.

Todos los alimentos deben estar frescos.

## • Refrigeración y calentamiento

Si en la escuela no hay heladera, solo se podrán llevar alimentos que no necesiten refrigeración, como panes, galletitas, alfajores, cereales y barritas de cereal, nueces, maní, almendras y semillas, frutas desecadas, leches y chocolatadas envasadas en cartón sin abrir, frutas enteras, pochoclo y aguas sin abrir.

Si hay heladera, pero no se puede calentar la vianda, solo se deberán llevar alimentos que puedan consumirse fríos, como sándwiches (queso, pollo, carne, jamón, aceitunas, tomate), presas de pollo, milanesas, empanadas, tartas, ensaladas, pizzetas, arroz hervido, etc.

## • Nutrición

Resulta conveniente incluir en una misma vianda de cuatro a cinco de los siguientes grupos de alimentos:

Frutas: naranja, manzana, banana, pera, uvas, ciruela, trocitos de melón,

sandía o ananá, bien lavadas, como postre o en reemplazo de golosinas.

Verduras: tomate, lechuga, pepino en sándwiches, zanahoria, repollo, remolacha, choclo en ensaladas, calabaza o papa hervida como guarnición de carnes, acelga, zapallitos, brócoli en tartas, tortillas o bocadillos al horno.

Cereales y legumbres: panes integrales, arroz, lentejas, arvejas y fideos en ensaladas, barritas de cereal, copos de maíz, arroz inflado, pochoclo.

Lácteos y derivados: leche, queso, yogur, flan.

Carnes y huevos: carne vacuna, pollo, atún, caballa, huevo.

Grasas de origen vegetal: aceites, frutos secos (nueces, almendras, maní con cáscara), semillas (pipas de girasol).

Evitar comidas con alto contenido de grasas (hamburguesas industrializadas, panchos, galletitas), sal (*snacks*, productos congelados rebozados) y azúcares (caramelos, chupetines, gaseosas y jugos artificiales). Incluir como bebida agua mineral o corriente, jugos naturales o leche. **■**



FELIPE PIGNA



# SAN MARTÍN, GRAN LECTOR

José de San Martín era un gran lector. Había formado una importante biblioteca que trajo consigo cuando arribó al puerto de Buenos Aires en 1812 y que lo acompañó en su estadía en Mendoza, donde fundó una biblioteca pública con parte de su colección. Llevó al cruce centenares de ejemplares, y entre las disposiciones de entrenamiento de su ejército estaba la alfabetización. Ya en Chile, destinó un premio de 10.000 pesos, otorgado por el Cabildo de Santiago por la victoria de Chacabuco, a la fundación de la biblioteca pública.

En aquella ocasión, el Libertador dijo: “Las bibliotecas, destinadas a la educación universal, son más poderosas que nuestros ejércitos para sostener la independencia”.

Años más tarde, tras proclamar la independencia del Perú y asumir el cargo de protector, fundó la Biblioteca Nacional de Lima. Brindó entonces un inolvidable discurso en el que señaló: “Los días de estreno de los establecimientos de ilustración son tan luctuosos para los tiranos como plausibles para los amantes de la libertad. Ellos establecen en el mundo literario las épocas de los progresos del espíritu, a los que se debe en la mayor parte la conservación de los derechos de los pueblos. La Biblioteca Nacional es una de las obras emprendidas que prometen más ventajas a la causa americana. Todo hombre que desee saber puede instruirse gratuitamente en cuanto ramo y materia le convenga”.<sup>1</sup>

Como todo lector prolijo, realizó un inventario de aquellos volúmenes en un cuaderno. Los primeros libros de la biblioteca limeña fueron los suyos.

El inventario, que detallaba el contenido de once cajones, menciona 276 obras, con unos 745 volúmenes, además de 76 mapas, cartas y planos cartográficos, y más de un

centenar de cuadernos en blanco. Como señalaba Adolfo Espíndola, 192 obras (alrededor del 70 por ciento del total) estaban escritas en francés, 78 en castellano, 3 en portugués, 2 en inglés y 1 en latín,<sup>2</sup> lo que muestra con bastante claridad cuál era la formación cultural de San Martín. Solo el 20 por ciento del total pueden considerarse escritos netamente de formación militar, mientras que el 80 por ciento restante se refiere a historia, geografía, relatos de viajes, obras literarias y filosóficas, de agricultura, arquitectura, ingeniería y artes y oficios vinculados a la producción, entre otras áreas del saber. Varios volúmenes de la famosa enciclopedia de D’Alembert y Diderot, incluidos varios de planchas de grabados, hablan de su formación “ilustrada”, y la variedad de temas pinta las características de un ávido lector con múltiples intereses culturales y una formación principalmente autodidacta.

Lamentablemente, esos libros se perdieron por el incendio que sufrió

la Biblioteca de Lima en mayo de 1943.

Cuando marchaba desde París hacia Gran Bretaña en 1848, al llegar a Boulogne Sur Mer, el director de la biblioteca pública local le ofreció alquilarle, a un precio simbólico, dos departamentos en lo alto de la “librería”, como se decía entonces. San Martín aceptó, pero como a Borges, le llegaron juntos los libros y la noche, porque a los pocos meses fracasó una operación de cataratas y quedó ciego. Su amada hija Mercedes le leería diariamente sus libros preferidos, la correspondencia y los periódicos locales de su querido país. ◻

*redaccion@convivimos.com.ar*

<sup>1</sup> “Decreto del Protector de la Libertad del Perú, José de San Martín, fijando la fecha de los actos de inauguración de la Biblioteca Nacional de Lima, Lima, 14 de septiembre de 1822”, en Biblioteca de Mayo, tomo citado en las notas anteriores.

<sup>2</sup> Adolfo S. Espíndola, *El Libertador y el libro*, s/e, Buenos Aires, 1950



MAGUI BRAVI

# "LLEGUÉ AL CINE PARA QUEDARME"

*La bailarina hizo un giro completo en su carrera, se encontró a gusto en el cine y ahora, como actriz, tiene la agenda completa de proyectos audiovisuales.*

POR DAI GARCÍA CUETO

**L**a vida de Magui Bravi cambió de un día para el otro. Una tarde iba de regreso a su casa y a la noche siguiente salía en vivo por uno de los programas más vistos de la Argentina. Para entrar en el *Soñando por bailar 2* renunció a su trabajo de azafata, sabiendo que no podría regresar a su puesto, y así en 2012 cambió los pasillos de un avión por los de la televisión. "Me la jugué toda, dije 'Lo gano o lo gano'. Después del *Bailando* fue otra vida, se abrieron un montón de oportunidades", le cuenta a *Convivimos* la campeona del *reality*.

Hoy, dice que con la bailarina se dio todos los gustos, y que incluso le abrió las puertas primero del teatro y luego del cine. La primera película la filmó en 2017, y desde entonces participó en diez proyectos, la mayoría dentro del cine de terror. "Estoy muy contenta, viene siendo un año hermoso. Terminé de grabar dos series, en julio tuve dos rodajes y en septiembre arranca otro", comenta quien a los 13 años formaba parte del Ballet del Teatro Argentino de La Plata.

## *¿Llegaste al cine para quedarte?*

Sí, llegué para quedarme, si fuera por mí, para siempre. Venía del teatro, que es un mundo distinto, de mucha repetición, lo que hace que le pierdas un poquito el gusto al personaje. En cambio, el cine empieza y termina, entonces lo das todo en ese momento, porque es una sola vez. Cada personaje vive en el momento del set o cuando te llega el

guion, y le vas encontrando su magia, eso es espectacular, porque es vivir un montón de vidas.

## *¿Qué aprendiste del oficio en los rodajes?*

Aprendí mucho a "exprimir" a mi compañero. Lo más rico y que me hace crecer es laburar con el otro actor, escucharlo, repasar la escena, ver lo que hace, su preparación, lo que tiene para proponerme.

## *¿Cómo es el detrás de escena de una película de terror?*

Aunque parezca seria, yo me la paso jodiendo. Termina una escena retrágica con muertes, dicen "corte" y hago un chiste, es mi forma de ser. En las películas de terror, si no estás muy concentrado cuando dicen "acción", es muy difícil llegar a los lugares que te piden. Nos divertimos mucho, llegas a la comedia en dos segundos, si no, es imposible.

## *¿Tenés ganas de explorar otros géneros?*

Totalmente, no me caso con ninguno. He hecho terror, comedia, policial, me han llamado ahora para hacer acción. Está buenísimo explorar todo, un drama me gustaría alguna vez...

## *En 2019 le decías a Convivimos que tu meta era un protagonista, ¿hoy cuál es?*

¡Qué lindo! ¡Han llegado algunos protagonistas! La meta es seguir manteniéndome estable en el mundo del cine. No



Foto: Angie Monasterio

apunto a un protagonista sí o sí, no importa si el papel es chiquito, lo fundamental es seguir haciendo cosas que me sumen, trabajar con gente con la que no había trabajado. Le saco el jugo, porque la idea es no parar. Por eso no soy tan exigente, la exigencia viene después conmigo misma, aunque tenga dos frases.

#### *¿Sos muy exigente?*

Soy así en todos los aspectos de mi vida. Soy demasiado perfeccionista, nunca siento que está bien, son pocas las veces que digo "No podría haber salido mejor", siempre encuentro algún detalle. Eso tiene que ver con la bailarina, pero más allá de la exigencia, lo disfruto igual. Es mi forma de ser, me conozco así y de esa manera disfruto de las cosas.

#### *¿Qué otras características te definen?*

Soy perfeccionista y a la vez muy desordenada. Me gusta todo acomodado, pero soy un caos, en el momento de hacer tiro todo, tengo esa dualidad. Además, soy muy insistente, todo lo que logré fue por insistir. En los mejores proyectos que hice siempre primero tuve un no, pero volví a probar. También soy muy soñadora, todos podemos lograr lo que

## CAFÉ CON ACCIÓN

Magui es más del mate, pero si toma café es una lágrima descafeinada para evitar problemas con el sueño. Abandonó las clases de danza, solo entrena con un método que fusiona *fitness* y *ballet*. Sí continúa formándose en actuación, lo último fue un curso para escenas de acción: "Cómo agarrar un arma, cómo hacer las peleas", explica. Vive con su novio y Roma, una perra rescatada de diez años. "No duerme en el sillón, pero la supermalcrío. Hoy es mi hija hasta que lleguen los hijos", confiesa.

nos proponemos, pero las posibilidades hay que buscarlas, nunca te golpean la puerta y nada se da como lo planificás.

#### *¿La vocación de actriz estuvo siempre?*

Cuando bailaba, también estudiaba actuación, siempre fue a la par. Las puertas siempre se abrieron más a la bailarina, de hecho me costó bastante el pase. Era consciente de que el cuerpo de la bailarina no es para siempre y que bailar de una manera con una técnica muy de avanzada tampoco. Además, tenía ganas de hacer otras cosas y realmente estaba buscando que me dieran oportunidades como actriz. Obvio que los primeros papeles tenían la parte en que debía bailar, pero después se fue disipando. No quería que la bailarina durara para siempre y fuera lo único, quería encontrar otra puerta donde hubiera muchos cuerpos, muchas caras, muchos movimientos, muchas posturas. Es otra búsqueda, siempre estuve buscando el cuerpo que acompañe a la danza, ahora es diferente, está bueno por ese lado. ■



# FÁTIMA FLOREZ

## "MI MISIÓN ES TRAERLE ALEGRÍA A LA GENTE"

*Cumplió diez años desde el momento en el que decidió montar sus propios shows. Ya de pequeña sabía lo que quería, entendió que tenía un camino por seguir, y se hizo cargo de él.*

POR JUAN MARTÍNEZ FOTOS NICO PÉREZ ESTILISMO BRENDA TETI





**E**ra una chica tímida, pero convencida de lo que quería. Sabía, desde muy temprano, que su camino estaba en el arte, a pesar de que su familia trataba de convencerla de que eligiera una profesión más convencional y segura.

Cada intento de alejarla solo consiguió reforzar más su vocación. María Eugenia Florez, antes de ser Fátima, ya sabía que era una artista.

Sus abuelas la llevaban al Teatro Colón, y en casa ella no paraba de ver tele y absorber todo. La imitación comenzó como un juego y así se mantuvo por mucho tiempo, mientras su arte se desarrolló por otros canales: estudió canto, actuación y danza. Fue precisamente como bailarina que empezó su recorrido profesional, junto a Pepe Cibrián. El camino continuó como *vedette*, y más adelante, integró una *remake* del célebre grupo Las Primas. La experiencia fue breve, pero allí conoció a una figura clave en su vida y en el resto de su carrera: Norberto Marcos Berenstein, su pareja desde hace más de veinte años.

Las imitaciones pasaron de ser un entretenimiento de entrecasa a ocupar más espacio en su vida. Las trabajó, adquirió una disciplina y una técnica que le permiten entrar y salir de múltiples personajes, y ganó terreno como comediante. Hace diez años, dio un paso más: conformó, a pesar de los comentarios de que una mujer no sería capaz de hacerlo, su propia compañía, con la que desde entonces monta *shows* alrededor suyo. El más reciente es *Fátima es camaleónica*, con el que hizo temporada de verano en Mar del Plata, una gira nacional que cerró el mes pasado en Buenos Aires y una gira internacional que la llevará por Uruguay y Estados Unidos. “Es un *show* un poco más despojado de ornamentos, en el que sale más a pelarse la actriz. Aunque también están presentes la cantante y la bailarina. Es de una entrega total. Poder desarrollar arriba del escenario esta gama de cosas que me permite mostrarme como actriz está buenísimo”, afirma.

***Haber cumplido diez años de esta etapa, ¿te llevó a hacer una especie de balance?***

No soy mucho de premeditar ni de hacer balances, soy más de fluir. Nunca

me imaginé tanto. Todo esto superó mis expectativas.

***Hubo mucho arrojo al decidir encauzar tu propia compañía.***

Sí, era lanzarse a una piletta sin saber qué podía pasar. Pero siempre me gustaron los desafíos y soy muy intuitiva, me manejo mucho por los instintos. Venía de trabajar en compañías grandes como una figura importante y había una cosa ambivalente: los productores me empezaban a decir que yo cortaba *tickets*, que mucha gente iba a verme a mí, pero al mismo tiempo había algunos que me decían que las mujeres no hacen reír. Una cosa muy machista, en un ambiente dominado por hombres. A mí no me importó y fui para adelante porque creía en mí.

***¿Nunca te afectaron los comentarios?***

Sí, tampoco voy a decir que soy impermeable a todo, de teflón. Somos seres humanos y en algún punto nos toca. Pero eran tan grandes mis ganas que podían más que los misiles de afuera o el no acompañamiento de mis padres cuando era chica.

***¿Hubo momentos en los que hayas sentido que era difícil llevar adelante tu carrera?***

Sí, totalmente. Además, cada año que pasa se vuelve más difícil, porque siento más compromiso. La vara está más alta. Siempre uno está un poco a prueba, te están observando, analizando. Hay que saber dejar que eso siga su curso, porque si vas a estar muy pendiente de las críticas, no podés vivir. Hay que relajarse un poco y ser feliz. Mostrar eso arriba del escenario. Es para lo que me preparé.

***¿Por qué elegiste la imitación como eje principal?***

Era algo que me brotaba, me nacía. Yo fluí. La vida y Dios me conducen, y es mi puente de comunicación con el público. Me siento cómoda, a gusto. Y como actriz te abre un abanico de posibilidades muy grande.

***¿Componer un personaje es lo mismo que una imitación?***

Creo que es más difícil componer una imitación, porque ahí no tenés margen. Cuando interpretás un personaje

de ficción, lo podés hacer de la manera que sea, te ponés el traje y salís. Cuando estoy interpretando a alguien famoso o muy conocido, ya hay una comparación, hay un referente muy fuerte, entonces la interpretación tiene que ser lograda al máximo. Es como la exaltación de la actuación.

***¿Cómo es la técnica que usás para componer?***

No hay una escuela que te lo enseñe, lo aprendí del mismo *training* y el trabajo. Es realmente sentir que soy esa persona. Yo no “hago de”, yo soy. Pienso y siento como el personaje, no necesito un guion armado. Si le hacés esta entrevista a uno de los personajes, voy a poder contestar como ellos, porque ya los tengo metidos adentro. Dedico todos los días de mi vida a trabajar eso.

***¿Qué tan exigente sos con vos misma en ese proceso?***

Soy muy exigente conmigo, soy terrible. Lapidaria. Debería tenerme un poquito más de paciencia. Siempre fui así, y a veces otras personas me dicen que afloje. Tienen razón, pero bueno, eso también seguramente me ayudó a perfeccionarme. Disfruto lo que hago, pero a veces me exijo mucho.

***¿En algún momento hiciste algo para controlarlo?***

No creo en los controles. Los artistas somos como caballos que van corriendo por el campo. El artista tiene que ver con eso, con equivocarse. El control no es para un artista, un artista no está programado, estructurado. Me manejo con la percepción, no con lo racional.

***Para incorporar personajes estás atenta a lo que puede interesarle a la gente, ¿cómo identificás eso?***

Estoy muy pendiente de qué tiene ganas de ver la gente, cómo cuento este personaje, cómo lo percibo. Me encanta la comunicación que tengo con el público. Uso todo lo que tenga a mi alcance: redes, un viaje en taxi, el hablar cotidiano, escuchar. Me encantan esos sondeos y testeos. De hecho, lo hago en el teatro, les pregunto cosas. Tengo un puente de amor y energía muy lindo con el público.

***¿Te pegó de alguna manera cuando***





# FÁTIMA 2023

Mientras gira con *Fátima es camaleónica*, Florez ya está pensando en la temporada de verano del año que viene. “El armado de un *show* lleva todo un año, porque son muchos personajes y todo tiene que entrelazarse, tener un sentido. Detrás de este espectáculo hay 25 familias, entre técnicos, bailarines, músicos y otros artistas. Es una movida importante. Mi marido se encarga más de la programación y la parte técnica. Y entre los dos diseñamos el *show*, lo que quiero mostrar. Para el próximo encaramos desafíos

importantes, personajes que por ahí hace unos años no me animaba a mostrar”, cuenta.

Cuando le preguntan qué características tiene que tener un personaje para que no se anime a hacerlo, responde sin dudar. “Ahora me les animo a todos. Pero pasó en su momento, por ejemplo, que me costó bastante hacer a Mirtha, porque sentía que no le gustaban las imitaciones y que se podía enojar. Al final lo hice, ella vino, se puso de pie y le encantó. Hay que ir rompiendo estructuras”.

## ***en pandemia se separó lo esencial de lo no esencial, y las actividades artísticas quedaron como no esenciales?***

Yo nunca me rotulo ni me pongo etiquetas. Sí es cierto que el teatro es el rubro que primero se vio afectado y el último en volver a incorporarse. Eso complicó a muchas familias. Tengo la suerte de poder estar parada un tiempo, pero hay personas que no pueden estar paradas ni un día, y para ellas fue muy difícil. Nosotros tratamos de seguir en movimiento. Cuando el aforo era del 30 por ciento, hicimos teatro al 30 por ciento para seguir con el movimiento y no frenar una rueda que empezó a moverse hace tiempo. Siento que no paré, sino que seguí desde otro lugar. Abrimos una cuenta en TikTok, seguimos adaptándonos a las nuevas normas y creo que saltó mucha más creatividad. Cuando uno está desesperado, se abren los canales. Siento que crecí mucho más como artista, a pesar de lo difícil de la situación.

En cada función, Fátima despliega decenas de personajes, corre, baila, se cambia y maquilla, canta y actúa. Todo a un ritmo frenético. Por eso, baja alrededor de dos kilos en cada función, y suele tener más de una por día. La suya es la vida de una artista, pero también la de una atleta de alto rendimiento.

Hay un método y disciplina en su cotidianeidad, desde la alimentación hasta el entrenamiento físico, un apartado en el que su modelo a seguir es Mick Jagger (“Un señor grande, operado del corazón, que hace más de cincuenta años sigue corriendo y saltando en el escenario”). Desde hace un tiempo, sumó la meditación al final de la jornada para manejar la adrenalina residual, que solía mantenerla despierta hasta las cuatro de la mañana.

“La gente me pregunta si no termino agotada. Y sí, después de dos horas de estar saltando arriba del escenario, el cansancio es muy grande. Hay mucho desgaste, y no llego a recuperarme del todo, porque, por entrevistas, viajes o lo que fuera, no consigo dormir mucho tampoco. No es fácil”, confiesa.

## ***¿Hay días en los que preferirías quedarte en tu casa?***

No tanto. Por supuesto que a veces uno está cansado por todo este traque-teo, pero cuando me subo al escenario la gente me da una energía enorme. A mí me hace muy bien el escenario. Para mí es sanador. Y es energía. Necesito el escenario y el contacto con el público.

El año pasado, Fátima abrió una nueva puerta en su carrera artística al grabar *No te voy a perdonar*, una bachata compuesta por Norberto. “Apareció la oportunidad y lo hice. En principio, es solo este tema, no hay un proyecto relacionado. Me gusta, si surge algo, hacerlo y disfrutarlo. Me preparé para todo. Pueden surgir más canciones en el futuro, y estaría buenísimo. Como artista, estoy abierta a todo”, cuenta.

## ***¿Hay algo que no estés haciendo ahora y que te den ganas?***

Siempre tengo ganas de todo, y estoy preparada para lo que sea. Me encanta lo que hago, nunca lo voy a dejar de hacer, pero me gusta mucho también la conducción, por ejemplo. Cuando fuimos con el *show* a Estados Unidos, hicimos otros personajes que no hago tanto acá. Hubo que adaptarse a otro humor, otras costumbres, cantar más en inglés. Me encantan los desafíos, creo que salen cosas supercreativas de ahí y está buenísimo. Me siento muy flexible, me adapto muy

bien. También tengo pendiente hacer roles dramáticos en la ficción.

## ***Hace un tiempo que venís manifestándolo, ¿sigue pendiente porque no encaraste esa búsqueda o porque no hubo propuestas?***

Por falta de tiempo, creo, porque no paro. Hace mucho que estoy muy a *full* con todas las giras. Por supuesto que no lo descarto, es algo que me encantaría poder hacer. Mostrarle al público cosas nuevas, un papel completamente distinto a los que me han visto hacer.

## ***Dentro de esta gama amplia de posibilidades, con muchos personajes y disciplinas, ¿cuál creés que es tu propio color?***

Muy brillante. Veo como una luz dorada que brilla. Luces de neón que dicen mi nombre. Esa es la paleta desde donde parte todo lo mío.

“Fátima” es más que un nombre artístico. Ya es su identidad. Ni siquiera sus padres le dicen “María”, un nombre que usa alguna amiga de la infancia, pero nadie más. Al principio de su relación, Norberto le sugirió el nombre, casi al mismo tiempo que a ella le regalaron una estampita de la Virgen de Fátima. Ella sintió que, de alguna manera, había un mensaje en esas coincidencias, una especie de designio del que tenía que hacerse cargo. “Creo mucho en Dios, que siempre tiene lo mejor para uno y en el momento adecuado. Siempre dejo todo en sus manos. Milagrosamente llegó esa Virgen a mi vida. Y llegó para quedarse. Los caminos de Dios son milagrosos, y yo creo que no hay que preguntarse por qué llegan las cosas. Llegó y estoy muy agradecida. Tengo pendiente ir a Portugal a agradecerle a la Virgen. Siento que me







## "PIENSO Y SIENTO COMO EL PERSONAJE, NO NECESITO UN GUIÓN ARMADO".

protege y me acompaña. Que me cobija. El nombre tiene mucho peso y desde que me acompaña estoy más fortalecida", dice.

Devota de San Expedito y San Benito, Fátima llena de estampitas su camarín y reza mucho, todos los días: antes de salir a escena, a veces también entre escena y escena, mientras deja un personaje y se convierte en el siguiente.

*¿Esta filosofía de no creer en el control y dejar que las cosas fluyan tiene que ver con que creés en un plan ya trazado?*

Creo que todos venimos con una misión marcada, sí. Pero eso no significa que tenés que quedarte en tu casa, tirado en el sillón, total ya está. No. Venís con una misión y hay que trabajar mucho sobre eso. Uno ya viene con un destino marcado.

*¿Sabés cuál es tu misión?*

Siento que sí: mi misión es traerle alegría a la gente, entretenerla. Aportar un poquito de paz al mundo. Una vez me dieron un diploma de la Facultad de Medicina que decía que las personas que hacemos reír llevamos felicidad y, de esa manera, también llevamos salud. Es un compromiso que vivo con mucha alegría. Agradezco a Dios por haberme dado este lugarcito para poder aportar mi granito de arena. Esta profesión me ha traído cosas muy lindas. Es como tocar el cielo con las manos. ☑

*redaccion@convivimos.com.ar*

Agradecemos a Hotel Nuss Buenos Aires Soho su colaboración.  
([www.nussotel.com](http://www.nussotel.com))



# NaranjaX

# PEDÍ TU PRESTAMO DESDE LA APP

**HASTA \$200.000**  
CUOTAS FIJAS Y PESOS

**DESCARGALA**



Monto a otorgar sujeto a verificación crediticia.  
Consultar condiciones en [naranjax.com](https://naranjax.com)

# JUANA MOLINA

## “NO HARÍA NADA PARA SER MÁS EXITOSA”

*Conocida como humorista de la televisión, desde hace treinta años afirma su vocación de música. Acaba de crear un sello discográfico y ya está pensando en un nuevo disco.*

POR DAI GARCÍA CUETO FOTOS MARIO AGUSTÍN GONZÁLEZ

**D**e niña, Juana Molina pasaba horas escuchando música en el tocadiscos familiar, lo hacía sola y le apasionaba. Todavía recuerda vívidamente el *living* de su casa, donde estaban el equipo y la discoteca con estantes diferenciados para ella, su hermana y sus padres. “A veces cambiaba los de otros a mi casillero”, confiesa. Sonaban The Beatles, a partir de *Sgt. Pepper's*, Ravi Shankar, George Harrison en la India, un par de João Gilberto y uno de Ella Fitzgerald en vivo que lo ponía sin parar para aprenderse los *scats* que ella cantaba. “A esa edad escuchaba muchos géneros. No tenía una discoteca gigante, sí discos muy diferentes pero puntuales, no cualquiera. A esos los gasté, aún hoy los conozco de memoria”, cuenta. Se refiere a 1972, año en el que descubrió *Musicación* 4 1/2, un disco de músicos uruguayos que le había regalado el propio Eduardo Mateo a su papá, el tanguero Horacio Molina. Desde entonces guarda la copia autografiada

con recelo. Ahora, encontró la manera de compartir el tesoro.

En plena pandemia, un llamado cambiaría el rumbo de la cuarentena para Juana y Mario González, su socio, ambos fanáticos de Mateo. A él le regalaron las cintas originales de ese material y juntos se las ingeniaron para crear Sonamos, un sello discográfico para reeditarlos. Además, se cumplía el vigésimo aniversario de *Segundo*, el número dos de su carrera, y se le ocurrió celebrarlo con un relanzamiento. “Estoy feliz, porque es el disco más importante, me ayudó a encontrar mi camino, es con el que mostré por primera vez mi personalidad, la semilla de lo que vino después”, comenta por videollamada desde su casa en General Pacheco, a unos 40 kilómetros de la ciudad de Buenos Aires.

Antes de dedicarse a la música, Juana mostró en la televisión sus dotes de comediente disruptiva e histriónica. Primero en *La noticia rebelde*, de allí con Antonio Gasalla y luego en su propio programa,

*Juana y sus hermanas*. A pesar de la popularidad que logró con sus personajes, sabía que esa no era su vocación, y al enterarse de que estaba embarazada, abandonó para siempre los sets en 1993.

### *¿Por qué armar un sello?*

En la pandemia estuvimos hablando con Mario sobre cómo se producen las cosas. Nos habían llegado las cintas de *Musicación* y él se acordó del aniversario de *Segundo* y me propuso hacer una reedición con un libro que *contara* la historia del disco. Sobre todo para desmitificar la idea sobre mí de actriz caprichosa que quiso dejar la actuación por la música y que tuvo todo servido, porque eso no fue así, más bien lo opuesto. Nos dejamos llevar y armamos el sello para hacer las cosas como se nos cante, sin protestar después porque se editó mal o porque el papel no es lindo. Así que nos pusimos muy meticulosos, cuando nos llegaron revisamos uno por uno para descubrir desperfectos y los lavamos para sacarles el polvillo de





musicaslón  
4 1/2



## SUENA

Además del compilado con los musicales de *Juana y sus hermanas*, Molina editó ocho álbumes entre 1996 y 2019: *Rara*, *Segundo*, *Tres cosas*, *Son*, *Un Día*, *Wed 21*, *Halo* y el EP *Forfun*. También en 2020 publicó su primer disco en vivo, *ANRMAL*, grabado en el Festival NRML en México.

Entre los personajes que creó para la tele, estaban Marcela Balsam, la modelo; Estefi Grasa, la tenista; y Ruth, la psicóloga. Si ella tiene que elegir, se queda con Gladys, la cosmetóloga.

la fábrica, para que quien compra semejante objeto para ponerlo en su púa lo sienta immaculado. También lo creamos para contradecir la idea arbitraria y sin fundamento de que el disco está obsoleto, de que si no es digital no va. No quiero atacar a las plataformas digitales, pero quiero defender el disco, porque con una sola copia lo pueden escuchar cientos de miles de personas. Volvió con todo el vinilo, hoy las tapas son de colección, y a mí me gusta sentarme a escuchar un disco, no poner *play* y que suene lo que Spotify quiera.

### *¿Cuál sería la idea correcta?*

Lo que no era correcto era la idea de la actriz de televisión exitosa que deja el programa para hacer música. La gente piensa que por trabajar en la tele está llena de guita, entonces hace esto porque se lo puede pagar. Más el enojo de la prensa porque abandonara la televisión para hacer algo que no le interesa a nadie. Ahora ya pasó, pero los años en el medio fueron difíciles, lo bueno es que cuando tenés una historia terrible, luego te quedan unas anécdotas buenísimas. No sabría definirme bien. Soy alguien que dejó una carrera televisiva para dedicarse a lo que realmente le gustaba. Lo interesante de cualquier artista es que tenga algo propio que decir, después viene el resultado o el éxito, pero yo no haría nada para ser más exitosa. No hago concesiones.

### *¿Estás conforme con tu carrera?*

Comparado con otros éxitos, no tengo nada. Es exitosa la carrera porque no todo el mundo de este lado del hemisferio tiene la suerte de recorrer el mundo como lo he hecho estos años con mis canciones. Hice un camino muy lento, no fui por las avenidas, fui por los caminos que encontré.

### *¿Tu vocación siempre fue la música?*

Siempre lo supe, pero no me animaba, me daba miedo, no soy una persona lanzada. Además, soy de



una generación donde no estaba la exposición desde tan chicos, hoy la juventud tiene otra actitud frente al manejo de las cámaras y a estar expuesta. A mí todo eso me parecía imposible, no podía soportar que alguien me oyera, era algo que hacía para mí.

### *¿Cuándo tomaste confianza?*

Con la infinita cantidad de *shows* que hice. Me llevó bastantes años, recién en 2005 empecé a sentirme más cómoda y suelta. Después fui mejorando cada vez más.

### *¿Hay algún otro disco tan importante como Segundo?*

Los más importantes son *Segundo*, *Son* y *Halo*. *Son* es la adultez de *Segundo*, es *Segundo* pasado por la experiencia de tocar en vivo. Lo lancé en el año 2000 y tres años después una discográfica me llamó





para reeditarlo, entonces fue como una reinterpretación de las canciones. En esa manera de tocarlas descubrí otra manera de componer, y eso está en *Son*. Si me hubiera dado cuenta de cómo hacer ciertas cosas en *Segundo*, *Son* sería igual. *Halo* fue más sólido en la contundencia del sonido, hay fragilidad pero que se mueve entre columnas muy poderosas. Además, al grabarlo en un estudio con muchos instrumentos, me encontré con sonidos que no conocía, así la tímbrica está más ampliada que en los demás.

***¿En las portadas de los discos aparecen personajes?***

¡Sí! Lo que no voy a abandonar nunca es el humor, y me parece que una tapa tiene que impactar, ser algo más que una linda foto, que cuando la mirás te pase algo, aunque sea rechazo.

***Vendiste los discos de Juana y sus hermanas por Instagram. ¿Fue cerrar una etapa?***

No, era pandemia, nadie trabajaba, estábamos haciendo orden con mi socio, porque él me pedía hacer un archivo de mis discos, y así aparecieron esas copias que después vendimos. ¿Para qué me voy a quedar con diez discos muertos? Que los tenga quien los quiere tener. Fue un poco de limpieza, con tener un par de cada uno, ya está.

***¿Coleccionás discos?***


No colecciono nada, junto cosas, que es distinto. Si encuentro un pedazo de madera que creo que me sirve para algo, me lo traigo.

***¿Se viene nuevo material?***

Pretendo arrancar en estos días, vamos a ver si puedo. Cada

vez tengo más grabaciones para empezar, aunque después no use ninguna, pero necesito ideas para poder entrar a un ritmo. Después van pasando solas las cosas, pero para que pasen, tengo que encerrarme en el estudio, no puedo distraerme.

***¿Seguís siendo muy exigente?***

Más que antes. Si bien en todos los discos a partir de *Segundo* hay una conexión, al escuchar te das cuenta de ciertas similitudes, es la misma persona la que lo está haciendo, cada vez es más difícil encontrar algo nuevo que decir. Después aparece, pero antes de ponerme a hacerlo siento que no tengo nada que decir, solo poniéndome a hacerlo aparecen las ideas nuevas. 



# ESCRITO EN EL AGUA

*Escritor y navegante, Juan Bautista Duizeide recorrió los mares del mundo a bordo de todo tipo de embarcaciones. Cuando dejó de navegar, se dedicó a la literatura. Historia de un marplatense que sigue guiándose por los ciclos del agua.*

POR ARIEL HENDLER FOTO PEPE MATEOS

**D**esde que tiene uso de memoria supo que quería navegar. Le fascinaba ir a pasear con sus abuelos de Necochea al puerto de Quequén, donde se vendían partes de barcos desguzados. “Me podía pasar horas mirando tímones, anclas, mástiles, y casi todas mis lecturas infantiles fueron sobre viajes en barco. Así que mi pasión por navegar y por la literatura crecieron juntas”, cuenta el marplatense Juan Bautista Duizeide, quien pasó gran parte de su vida a bordo de buques cargueros, petroleros y muchos otros, y hoy vive, también rodeado de agua, en una isla del Tigre.

Sin embargo, en su casa no se ven piezas de barcos ni instrumentos de navegación, como podría esperarse, aunque sí una infinidad de libros cubriendo casi todas las paredes; incluidos los que él mismo escribió, inspirados en su propia vida marinera.

Cuenta que, aunque en su familia no había marinos, sus padres respetaron su vocación y lo enviaron a cursar la secundaria al Liceo Naval. Allí soportó la disciplina militar y la dura exigencia física, e hizo sus primeras experiencias de navegación tanto en río como en mar abierto. “Tuve allí un profesor de Literatura excelente que nos hacía leer a Borges, a Cortázar, a García Lorca y muchísimos otros autores, y por suerte lo pude aprovechar al máximo”, cuenta.

Después ingresó en la Escuela Na-

cional de Náutica, en Buenos Aires, de la que egresó como piloto naval y empezó a navegar en barcos cargueros mientras, al mismo tiempo, estudiaba Periodismo en la Universidad de La Plata. “Había una bolsa de trabajo en la que uno se anotaba y podía elegir qué viajes hacer —explica—, entonces me las arreglaba para ir a navegar en los meses de vacaciones”.

De sus aventuras con alta adrenalina en alta mar, recuerda un barco granelero viejo y derruido en el que navegó desde Necochea hasta Perú y Ecuador, de ida por el estrecho de Magallanes y de vuelta por el cabo de Hornos: “Sentíamos que podía estallar en mil pedazos en cualquier momento”. O un pesquero que estuvo a punto de darse vuelta a causa de una ola gigantesca en el Atlántico Sur, no demasiado lejos de la isla de los Estados: “Lo contuvo el peso de las redes en el agua cuando estaba completamente acostado”.

Llegó hasta el mar del Norte y el Báltico, en Europa; pero se vio obligado a abandonar la vida de marino cuando en la década del 90, era de privatizaciones, la flota mercante fue reducida al mínimo: “Pasamos de tener 200 barcos con pabellón nacional a solo diez, y hoy no queda ninguno”, se lamenta. Sin chances de volver a embarcarse, derivó hacia su otra vocación: “Dejé de navegar y empecé a escribir, una cosa reemplazó a la otra”, resume. Así vieron la luz las novelas *Kanaka* y *La canción del naufragio*, y los cuentos de *Noche cerrada mar abierto*.

“La navegación es un tema fascinante

para la literatura, porque todo el tiempo suceden cosas cercanas a lo fantástico, y son cosas que conozco, sobre las cuales no necesito documentarme. Además, el hecho de que un grupo de personas esté obligado a convivir es casi un laboratorio de conductas muy interesante porque se caen todas las caretas y siempre hay tensiones y conflictos”, explica.

Un hallazgo en este camino fue el descubrimiento de la novela *Sudeste*, de Haroldo Conti. “Me encontré con alguien, un argentino, que narra su experiencia como navegante en el Delta del Paraná, cuando en general la literatura argentina suele contar historias de pasajeros más que de tripulantes, a diferencia de los anglosajones Conrad, Stevenson o Melville”, explica. De hecho, también compiló para la editorial Adriana Hidalgo dos volúmenes de cuentos de autores clásicos del género como los mencionados.

La pandemia lo sorprendió en la isla: “Es el mejor lugar”, admite. Desde allí, dedica sus días a escribir, traducir y dictar talleres de escritura y de lectura, tanto presenciales como *on-line*. “Son las típicas ‘changas’ de las que vivimos los escritores, que un día están y al día siguiente no”, explica. De todas formas, admite la satisfacción de hacer lo que le gusta y de seguir siendo fiel al medio acuático en su isla, donde el ritmo de su vida cotidiana también se guía por los ciclos del agua, también con sus crecientes y sus bajantes. ■



¡ALGASTESU TIEMPO  
ENDOCOOL

# ONG ARGENTINAS APOYAN EL OBJETIVO 30X30

*Los ambientalistas locales instan a sumarse a la iniciativa global que propone proteger al menos el 30 por ciento de la tierra y el océano del planeta para 2030.*

POR DENISE DESTÉFANO

**A** un año y medio desde que un grupo de 50 países se pusieron de acuerdo para detener la pérdida de especies y proteger los ecosistemas vitales para la salud y la seguridad económica en la cumbre Un Planeta para la Biodiversidad, las organizaciones ambientalistas locales alzan la voz en la campaña ConservAR 30x30 para que nuestro país se sume al compromiso.

“Desde hace ya un tiempo hay consenso en el mundo científico sobre que la crisis de biodiversidad es uno de los problemas más graves que enfrenta la humanidad. Se estima que a partir de la Revolución Industrial, el proceso de extinción general de especies en el planeta se aceleró entre 500 y 1000 veces producto de la acción humana”, explica a *Convivimos* Hernán Casañas, director ejecutivo de Aves Argentinas. Esta ONG tiene más de cien años de trayectoria en la educación y la conservación ambiental, y es miembro de BirdLife International.

“Con lo cual se hace urgente la necesidad de tener un plan global para que eso se detenga lo antes posible. Es tan relevante el tema que hasta el World Economic Forum ha considerado que esta crisis de la biodiversidad está entre las cinco causas más importantes de amenaza a la economía global”, continúa.

Es así como se gestó esta campaña, una iniciativa que apoyan las principales ONG ambientalistas del país. Estas convocan al pueblo y al Gobierno argentinos a secundar el objetivo global de proteger al menos el 30 por ciento de la tierra y los mares del planeta para 2030, una meta definida por la Convención sobre la Diversidad Biológica de las Naciones Unidas el año pasado. Si bien ya suscribieron a la propuesta casi cien países, la Argentina aún no se definió.

“Hemos hablado con autoridades actuales del Minis-

terio de Ambiente y Desarrollo Sostenible, y también de Cancillería, y todo parecería indicar que la Argentina se va a plegar, pero puso algunas objeciones. Se espera que en la próxima COP [la Conferencia de las Naciones Unidas sobre Cambio Climático, que se llevará a cabo del 7 al 18 de noviembre en Egipto] esto esté resuelto”, resume Casañas.

## LOS MÁS VULNERABLES

“En la Argentina tenemos, según el Sistema Federal de Áreas Protegidas, unas 533 áreas protegidas con más de 40 millones de hectáreas conservadas, lo que sería un 14,45 por ciento de nuestro territorio”, describe a *Convivimos* Luis Jácome, presidente de Fundación Bioandina Argentina, dedicada a la protección de la vida silvestre y su ambiente, en particular de la región andina.

Casañas, por su parte, pone el foco en los humedales: “Independientemente de que exista una problemática muy grande en los bosques del norte, especialmente el Bosque Chaqueño Argentino, que es una de las zonas de deforestación con tasa más alta del mundo, creemos que los humedales son bastante frágiles, con una necesidad de protección que es verdaderamente urgente”. Y cita además el caso de las represas que se están construyendo sobre el río Santa Cruz y el impacto que generarán sobre las especies de la zona, entre ellas una endémica, como el macá tobiano.

“Las Naciones Unidas aconsejan a cada país proteger el cinco por ciento de cada ecorregión, y en la provincia del Chaco el territorio protegido está bordeando el uno por ciento. Hace falta proteger de forma más eficiente el territorio”, afirma Riccardo Tippi, integrante de la asamblea Somos Monte Chaco, una agrupación que se manifiesta en contra del desmonte y acerca a las comunidades indígenas





Foto: Genileza Aves Argentinas.

y campesinas y a los barrios de las ciudades, información sobre esta temática.

“Esto viene de un punto de vista que consideramos viejo que afirma que los bosques están allá inútilmente, no producen. Primero, los bosques están llenos de gente, mucho más de lo que se piensa: hay más de 8000 familias viviendo en El Impenetrable, por ejemplo, y hay comunidades indígenas que han utilizado estos bosques por mucho tiempo”, continúa Tippi.

“Y, por otro lado, los bosques brindan servicios a toda la población, no solo del Chaco, sino de la Argentina y del mundo entero. Los gobiernos y las empresas no reconocen esto. Incluso a nivel económico no ven el valor que tienen y no se dan cuenta de lo que están perdiendo”, asegura poniendo en evidencia la falsa dicotomía conservación-producción. La asamblea viene denunciando desmontes ilegales dentro de los corredores de biodiversidad que se estaban proyectando en la provincia, habitados, donde solo está permitido hacer un aprovechamiento sostenible de la zona.

“Está buenísimo generar áreas protegidas, pero somos conscientes de que muchas de ellas no cuentan con planes de manejo, personal, equipamiento. Y en muchas ocasiones, cuando un plan industrial se muestra sugestivo, rápidamente pasan a ser áreas utilizadas”, alerta, por otro lado, Jácome, quien señala a la meseta de Somuncura, en Río Negro (un

## GANAMOS CINCO A UNO

Según un análisis internacional realizado por unos cien economistas y científicos cuyo autor principal es el investigador Anthony Waldron, los beneficios económicos de proteger el 30 por ciento del planeta superan los costos en una proporción de al menos cinco a uno. Además, tras la recuperación de la pandemia, “el sector conservacionista impulsa el crecimiento económico, proporciona beneficios no monetarios clave y es un contribuyente neto a una economía mundial resiliente”, indica el informe.

años que venimos trabajando para reintroducir el cóndor en la costa atlántica, donde se extinguió por más de un siglo. Ya liberamos 64 cóndores, maduraron, están sacando adelante sus propias crías y conocemos muy bien el impacto de los parques eólicos en Europa y Estados Unidos. Sabemos que el cóndor se va a extinguir en la costa atlántica si montan esto”, resume.

“La Argentina debe hacerse cargo de sus problemas, porque la destrucción de ecosistemas existe”, insiste Casañas, y señala que “el proceso de deforestación se sigue dando en algunos sitios con tasas que son de las más altas del mundo”.

Por último, refiriéndose a la conservación de los ecosistemas, Jácome expresa: “El mundo está yendo para ahí, pero nosotros estamos yendo en el sentido contrario, y eso causa mucha pena”. □

GIMENA MATTUS

## LA CAPITANA

*Tiene 25 años, hace 11 que empezó a jugar al rugby y ya es la referente del seleccionado nacional, Las Yaguaretés.*

POR JUAN MARTÍNEZ



**E**l rugby nunca le había llamado la atención. No sabía ni cómo se jugaba. Pero una tarde, su vecina, capitana de Nevado Rugby Club, en Chilecito, La Rioja, invitó a entrenar a Clara, su hermana. Gimena quiso ir, pero no porque tuviera ganas de jugar, sino para acompañarlas. El entusiasmo no llegó de inmediato. Es más: abandonó un par de veces la actividad, pero le insistieron y siempre volvió. Once años después de aquella primera vez, Gimena no solo sigue jugando al rugby, sino que es la capitana de Las Yaguaretés, la selección nacional. “Al principio, no me gustaba mucho este deporte, no lo entendía. No quería sumarme a los entrenamientos ni nada, pero el entrenador me convenció. Yo seguía yendo, sobre todo, por el grupo. Eso sí me gustó. Como me sentía cómoda con las demás chicas, terminé jugando”, cuenta.

Del primer entrenamiento compartido, las hermanas Mattus vol-

vieron con raspones en las piernas, y Diego, el padre de ambas, se puso automáticamente en contra del nuevo pasatiempo. Durante semanas, Gimena y Clara le rogaron que cambiara su postura, lloraban para poder ir a entrenar y jugar, hasta que el entrenador invitó a Diego a verlas en un partido. Quedó fascinado: no solo dejó de oponerse, sino que les compró botines e indumentaria para que se sintieran más cómodas.

Gimena se destacó de inmediato, pero al ser menor que el resto del equipo, no estaba habilitada para jugar partidos oficiales. Solo se sacaba las ganas en algún que otro amistoso y en entrenamientos. Por eso su compromiso con el rugby decayó y lo dejó un par de veces. La insistencia del entrenador y su vecina hizo que volviera a competir.

En 2017 se produjo el clic definitivo: con Nevado clasificaron al Nacional de Clubes, que se disputó en Santa Fe. Luego de un partido, Daniel Villen, entonces entrenador de la selección, se acercó a Gime-

na para felicitarla y contarle que la estaban observando. Poco después, un mediodía, en la casa de los Mattus atendieron el teléfono y del otro lado Villen confirmó la citación oficial para una concentración en Buenos Aires.

Con la convocatoria a la selección, llegó la responsabilidad de hacer algo para sostenerse en el nuevo espacio ganado. Gimena decidió mudarse sola a Tucumán para sumarse a la Academia de Alto Rendimiento que tiene allí la Unión Argentina de Rugby. Estuvo allí hasta 2020: la llegada de la pandemia, con el cese de actividades, le impidió seguir manteniéndose en Tucumán y regresó a Catamarca para vivir con su familia. Ese mismo año se convirtió, a los 23, en la capitana de la selección.

“No me lo esperaba. Tomás Bongiorno, el entrenador de ese momento, me avisó en una concentración en Córdoba. A las tres semanas llegó la pandemia a la Argentina y se cerró todo. Mi anuncio fue por Zoom, con todas las chicas





Foto: Centileza de Gimena Mattus

## DE 7 A 15


Actualmente, Gimena juega en Catarmarca Rugby Club. Tanto allí como en el seleccionado alterna entre las distintas modalidades de juego del rugby: con Las Yaguaretés disputa tanto competencias de *seven* como de *union* (de 15 jugadoras por equipo). En el club alternan entre encuentros de *seven*, *union* y también las alternativas para 10 o 12 jugadoras. “A mí me gusta todo, pero aprendí jugando *seven* y es lo que más me gusta. Es más dinámico y hay más espacios”, dice Gimena.

conectadas. Por eso no tengo muchos torneos como capitana. Estoy tratando de disfrutar, es un rol muy importante y es difícil tener un equipo unido y motivado. Por suerte las chicas y el *staff* me acompañan siempre. Es una linda etapa”, confiesa.

En junio, en la modalidad *seven*, Las Yaguaretés consiguieron la medalla de bronce en el Sudamericano disputado en Saquarema, Brasil. A pesar del resultado positivo, el objetivo era alcanzar la primera plaza clasificatoria para los Juegos Panamericanos de 2023, que quedó para las locales. Todavía les queda una oportunidad para alcanzar la clasificación, en los Juegos Odesur que se disputarán en Paraguay en octubre. “Estamos escribiendo nuestra historia recién ahora. Creo que gracias a eso también en cada provincia y en cada club se han sumado cada vez más jugadoras. Siempre animamos a que se sumen más. Queremos que los padres se animen a llevar a sus hijas de pequeñas a los clubes. Yo caí al club a los 14 años,

y me hubiese encantado llegar de más chica. A los varones prácticamente los llevan desde bebés y pasan toda su vida en un club. Así se desarrollan mucho más en cuanto a destrezas del juego. En cambio, la mujer cae al club ya de grande. Te lleva una amiga o te invita alguien, y esos años que se perdieron se notan”, afirma.

***En esta construcción de identidad, desde el año pasado tienen el apodo de “Yaguaretés”.***

Sí, fue una iniciativa de las jugadoras que vienen ya de hace años en la selección. Yo estoy hace cuatro años y medio, cinco, pero hay otras que están hace más de siete años. Se venía hablando esto de tener nuestra propia identidad, nuestro propio nombre, para que la gente nos reconozca. Y se nos pudo dar. El nombre nos caracteriza mucho, porque es realmente lo que llevamos en el pecho, en la camiseta. Es bastante imponente y nos identifica. 



# LOS JUGUETES SIMPLES, UNA VENTANA AL MUNDO

*Expertos en infancias y educación consideran que los juguetes más simples favorecen la creatividad de los chicos. Con el acompañamiento de adultos dispuestos a jugar, una piedrita y una pluma pueden transformarse en una aventura.*

POR MARIANA OTERO

Una cesta con cucharas, esponjas y una bolsita de cascabeles puede ser para un niño pequeño el mejor de los regalos, porque, además de ser atractivo, le permitirá aprender, expresarse, potenciar la curiosidad y comprender el mundo diverso en sonidos, en colores, en texturas, en temperaturas y tamaños.

No es casualidad: está demostrado que los juguetes más simples ayudan a impulsar mentes creativas y a descubrir el entorno. Según las corrientes vinculadas con las neurociencias, los objetos sencillos también contribuyen al desarrollo cognitivo.

“Parto de la concepción de que el juego es la forma principal de aprendizaje del niño: de que su vida debe transcurrir entre momentos de juego, la comida y el baño, y de que sus movimientos y su emocionalidad deben estar atravesados por el juego como búsqueda, exploración, comunicación, cimiento, límite, respeto por sí mismo y por los demás”, opina Ana Seguí, integrante de la Agrupación Abriendo Rondas (IG: @abriendorondas).

Para ello, considera Seguí, los niños deben tomar contacto con objetos de diferentes texturas, temperatura, peso y flexibilidad que provocan distintos tipos de movimiento y sonidos que ofrezcan experiencias diversas.

Esos objetos simples permiten construir conocimientos en relación con el mundo que los rodea.

Por eso no es extraño que a un niño a veces le interese más la caja que envuelve un juguete que el juguete mismo.

Patricia Sarlé, doctora en Educación por la Universidad Nacional de Buenos Aires (UBA), explica que los juegos y los juguetes para los más chiquitos, especialmente los bebés y niños de un año, están relacionados con las posibilidades que tienen para hacer y conocer.

Cuando los pequeños comienzan a extender los brazos, a emitir sonidos, a mover y tratar de girar su cabeza siguiendo los ruidos y señalando lo que quieren alcanzar, requieren objetos que les permitan la exploración.

“Tienen que ser fáciles de manipular, con diferentes texturas, no solamente de plástico; y deben ser ricos en sonidos”, insiste Sarlé.

Cuando los bebés empiezan a sen-

tarse y a descubrir el entorno con todos sus sentidos, los elementos más sencillos son suficientes para que observen, toquen y conozcan variadas superficies y formas. Esa es la premisa con la que la pedagoga inglesa Elinor Goldschmied, pionera en la educación y el cuidado de la primera infancia, ideó lo que se conoce como “la canasta de los tesoros”.

“Se trata de una cesta del tamaño de una palangana, que puede ser de mimbre, que no le ofrezca dificultades ni riesgos, a la que el niño pueda acceder”, explica Sarlé.

La canasta es más que un juguete: es un abanico de oportunidades para que el niño tome decisiones, descubra sus sentidos y desarrolle habilidades en un entorno seguro para su edad.

“Se meten adentro diversos objetos: una esponja vegetal, una cuchara de madera, una cuchara de metal, una bolsita con cascabeles, un ruler grande, una tapa de las viejas latas de galletas que reflejan el rostro”, enumera Sarlé.

Los materiales, subraya, tienen que ser fáciles de manipular y de lavar. Además, deben ser objetos que, al tomarlos, succionarlos o golpearlos, no representen un peligro y que les permi-





## SIMBÓLICO O REGLADO

Nora Dolagaray, psicopedagoga y magíster en Salud Maternoinfantil, explica que al hablar de juegos o de juguetes es necesario determinar si el juego es simbólico o reglado con normas, como pueden ser los juegos de mesa para niños mayores de ocho años.

“Si el juego es con normas, va a desarrollar más habilidades en la medida que comparta con los demás. Este tipo de juegos favorece la socialización, competir, llegar a acuerdos”, remarca Dolagaray. En la primera infancia, en tanto, es primordial el juego simbólico, que permite representar en el mundo real lo que acontece en el interior.

tan percibir diferentes propiedades de forma táctil, olfativa y visual. Por eso el plástico solo no alcanza.

“La cantidad, la variedad de materiales (madera, tela, cartón, metal), la procedencia (artesanal, natural), las formas, los tamaños, los colores y las texturas de los objetos que les ofrecemos posibilitan experiencias variadas y proponen aprendizajes diversos y necesarios. También es importante el modo en el que se los ofrecemos, los tiempos, los espacios, las condiciones, la frecuencia”, aporta Seguí, en la misma línea.

En todos los casos, se requiere un adulto disponible.

Sarlé advierte que cuando los bebés empiezan a desplazarse, a gatear o a caminar necesitan objetos que acompañen los movimientos: pelotas, carritos para llevar o una simple botella atada con un hilito, globos poco inflados para que no se les rompan o pompones.

“Todo lo que les permita el arrastre o el hacer rodar mientras están caminando forma parte de sus intereses”, remarca. Son útiles los “zapatos” para montarse e impulsar con los pies, aunque no los andadores, que están absolutamente desaconsejados por los pediatras por el riesgo que representa

aprender a correr antes que a caminar.

En esa etapa de la infancia también es recomendable acercarles objetos para trabajar la idea de continente-contenido. Es decir que si les habíamos dado cucharas para jugar, ahora les podemos acercar algún pote para poner las cucharas dentro o una botella de plástico vacía para introducir sorbetes o cintas que se puedan poner y sacar. “En las jugueterías van a encontrar materiales de encastre, pero eso lo podemos hacer sencillamente en casa”, sugiere Sarlé.

Entre los 13 y los 15 meses, los niños comienzan con el juego simbólico, a representar lo que conocen (hacen, por ejemplo, que los muñecos coman, duerman, paseen).

“Cuando el juego simbólico se afianza a los 18 o 24 meses, los chicos adquieren la capacidad de representación o simbolización; se hace más potente todo lo que tiene que ver con el ‘como sí’ y ahí todos los juguetes que conocemos son válidos”, opina Sarlé.

Los juguetes para superponer son de gran utilidad en esta etapa: los más chiquitos pueden usar bloques de esponjas; y los más grandes, maderas pequeñas, bloques para articular, de encastre o ladrillos tipo Rasti.



“En la primera infancia, lo predominante es el juego simbólico, donde el juguete es el soporte de los significados internos que proyectan al mundo externo”, explica Nora Dolagaray, psicopedagoga y magíster en Salud Materno-infantil.

La experta remarca que el niño saca contenidos afuera o los carga de sentido en un juguete cuando tiene algún malestar que no puede resolver. Jugando, dice Dolagaray, repara todos los daños y las angustias que eso le provoca. Cuando juega, exterioriza los significados.

“Lo que ocurre es que esta idea se contrapone con lo que piensa la comunidad. La gente les compra juguetes a los chicos para entretenerlos, y la mejor manera de entretenerse con un juguete demasiado complicado es desarmarlo. Cuanto más no figurativo es el juguete, más posibilidades tiene de proyectar sus simbolismos personales”, subraya la psicopedagoga.

Dolagaray considera que cuando la neurociencia vincula el juego con las habilidades cognitivas habla desde otro paradigma. “En la primera infancia eso no es jugar, es trabajar, es enseñarle”, opina.

Desde su experiencia como docente y artista, Ana Seguí —que elige los lenguajes del arte como materia y material de aprendizaje— ha descubierto que todos los juegos que involucran el cuerpo desde lo físico y lo afectivo, el movimiento en toda su amplitud y dirección, y la voz, posibilitan la expresión y la comunicación.

“En la actualidad existe una variedad inmensa de juguetes. Elijo los que permiten que sea el niño el protagonista del juego”, consigna la educadora.

Los adultos deben acompañar la experiencia y estar atentos a las búsquedas y necesidades de los niños y también a sus tiempos. “Se trata de que tengan todo a su alcance, pero no de cualquier manera, que el modo de disponer los objetos en el espacio invite al juego teniendo en cuenta sus posibilidades de desplazamiento e interacción; que no estén todos juntos, ni muy cerca, ni muy altos ni muy bajos”, puntualiza Seguí.

Los juguetes pueden estar en estantes, canastos, cajoncitos o percheros. Seguí remarca que es importante que estén a la vista, pero que también

los tengan que buscar, que elijan lo que quieren, que planifiquen su juego, considerando que es aprendizaje en las primeras edades.

Bajo esta premisa, los chicos deben tener a disposición variedad de posibilidades, porque, por ejemplo, algo redondo de madera no es lo mismo que otra cosa de la misma forma pero de tela. Una pelota de madera es pesada, rueda con más facilidad, tiene una temperatura y una textura muy distinta a una pelotita de metal, a una de tela o de yute, que es áspera, que no rueda tanto, pero ofrece otras posibilidades de juego. El rebote de cada una de ellas también es diferente.

“Cualquier cosa es un juguete para ellos siempre que ofrezca un aprendizaje y lo pongan a jugar: un trapito, una semillita, piedritas, todos los objetos naturales, palitos, arena, las cajas de cartón, las latitas. Hay muchos objetos y juguetes artesanales e industriales que son interesantes: los que tienen sonido, los que ofrecen diversas interacciones, desafíos y otras invitaciones para los niños”, concluye. ■

*redaccion@convivimos.com.ar*









# SIERRAS DE LA VENTANA UNA COMARCA DE ENSUEÑO

*En el sudoeste de la provincia de Buenos Aires, la sierra de la Ventana le da el nombre a una comarca conformada por seis poblaciones de película. Cada una de ellas permite una íntima relación con la naturaleza, para todas las edades, los gustos y las posibilidades.*

**POR RICARDO GOTTA**



La sensualidad de las formas de los cerros solo le dan al visitante un elemento más, seguramente clave, decididamente necesario para que por cientos de kilómetros se sienta en una comarca que lo eleva, que lo transporta, que le brinda infinita paz y los más variados placeres provenientes de la naturaleza. Belleza impactante, formaciones de infinitos modelos como moldeados por el cincel de algún escultor surrealista. Sobre esas elevaciones de diferentes alturas que aparecen esculpidas en el horizonte serpentean hilachas de agua que bajan surcando por las rocas, que alimentan a arroyos y que, de repente, se convierten en inimaginables espejos absolutamente transparentes. Todo está al alcance de la mano, entre pequeños bosques que abrazan y le dan cabida a un racimo de poblaciones de cuento, de diversa historia y tamaño, pero todas ellas unidas por la sierra y por esa sensible característica de estar generalmente muy bien instaladas, confortables y pensadas para el visitante. Tal vez, en algunos casos, alejadas de lujos, pero siempre tan acogedoras como las más atractivas. Además, claro, de la esmerada calidez de sus habitantes.

Los lugareños le atribuyen esas características a la naturaleza. A la bella esencia de las sierras y de la historia de las poblaciones que integran la Comarca Turística de Sierra de la Ventana, que hace solo algunos años había adoptado la leyenda “¡Naturaleza, aventura y descanso absoluto!”. Todo allí gira alrededor de esa roca caprichosamente ahuecada por las erosiones de la naturaleza. “Llegar a la Ventana es llegar a la cima del paraíso”, también aseguran.

Como en pocos sitios tan bellos, se mezclan el cielo y la tierra, el aire y el agua, lo verde, lo marrón, los infinitos tonos de la naturaleza. Esos paisajes desbordantes de elementos que se mixturán con el aporte extraordinario de un concierto de estupenda flora y fauna.

El cerro Ventana, con 1136 msnm, es una de las cumbres de la provincia de Buenos Aires más altas, detrás del Tres Picos, que tiene 1238 msnm. Está enclavado en el imponente Parque Provincial Ernesto Tornquist, sobre la zona central del sistema de Ventania, también llamado de las Sierras Australes bonaerenses. Lo bordea la Ruta Provincial 76, a unos 100 kilómetros al norte de la ciudad de Bahía Blanca, en los dominios de la Estancia Funke. Está formado con rocas precámbricas que constituyen el basamento cristalino: tienen 480 millones de años de antigüedad. “La ventana” se trata de una formación natural establecida tras el derrumbe de una cueva en la cúspide del cerro. Tiene 9 metros de alto por 5 de ancho, le da el nombre al cerro, a la región, a la mística de la comarca. Invita a tomar coraje, y tratar de llegar hasta ese orificio atrapante, aunque, vale la aclaración, la aventura de arribar a la cima no es para cualquiera. Se trata de un *trekking* de alta dificultad, realizable únicamente con la colaboración de expertos guías. Quien se anime tendrá la enorme recompensa de tutearse con la magia. Su mirador comparte atractivos con el Cashuati.

Otra opción menos complicada es ascender al “cerro del Amor”. Así se lo conoce, aunque su nombre oficial es, en realidad, cerro Ceferino. Se ubica cerca de Villa La Arcadia. En este caso el recorrido es corto y apto para toda la familia. Como también lo es el que llega hasta La Garganta Olvidada, tal vez menos espectacular, pero sin duda igual de recomendable. Se arriba a una preciosa cascada de 15 metros que no solo invita a un buen chapuzón, sino también a una pausa de descanso para seguir desarrollando un hermoso paseo serrano por el cauce de un arroyo, al que su frondosa arboleda le da un marco excepcional. Además, se recomienda prolongar la caminata hasta otra cascada, escondida por la naturaleza, denominada “Garganta del Diablo”.

El cerro Bahía Blanca es otra al-



ternativa para hacer *trekking*, accesible para toda la familia: se trata de un trayecto que se suele completar en una hora. La cima se encuentra a 739 msnm, lo que implica un esfuerzo moderado, pero con el magnífico regalo de paisajes alucinantes que van modificándose a cada metro. Eso hace que todo esfuerzo valga aún más la pena. Una de las muchas alternativas para completar este segmento de raid serrano es desandar el sendero Claro Oscuro, también muy accesible.

## CERCA DEL CIELO

La sierra de la Ventana le da su propio nombre a la comarca que está conformada por poblaciones de película. La más reconocida es, justamente, Sierra de la Ventana; y también están Tornquist (la cabecera del partido), San Andrés de las Sierras, Villa Ventana, Villa Serrana la Gruta y Saldungaray. Todas ellas le sugieren al turista un universo de alternativas para recorrerlas y para imbuirse





Para quienes buscan disfrutar de un paseo natural, la Comarca Turística de Sierra de la Ventana es una opción ideal.

## EL MEJOR VINO

En los últimos años también creció la posibilidad de degustar vinos propios de la zona, con una condición que los caracteriza: su particular uva que los hace fuertes, potentes, sabrosos, propicios para paladares exigentes. Los que saben aseguran que ese sabor se obtiene aunando las bondades de la tierra con sus aguas que bajan de los cerros trasladando ciertos minerales. Y, por supuesto, mucha magia...

de la inigualable paz que brinda la naturaleza del Parque Provincial Ernesto Tornquist.

Para quienes buscan un excepcional paseo natural a solo 550 kilómetros de la ciudad de Buenos Aires, la localidad de Sierra de la Ventana es una opción ideal. Fundamentalmente porque ofrece todos los atributos de confort. Esto es, una gama de alojamientos para todos los gustos y los bolsillos, como así posibilidades de campamentos. Y su oferta gastronómica es amplísima, más allá de fiambres, quesos y chacinados que hacen honor a la fama absolutamente merecida que tiene la región. El centro cívico está colmando de comercios, galerías, paseos de compras y feria de artesanos. En realidad, muchos de los visitantes la prefieren para hacer base y, luego, trasladarse para desarrollar actividades al aire libre como ecoturismo y, por qué no, pesca con mosca de truchas arco iris. Las posibilidades

de *trekking* o cabalgatas por las sierras son realmente infinitas.

El Museo del Mate representa uno de los paseos casi obligados: se trata de un emprendimiento familiar ubicado en la ruta de ingreso a Sierra de la Ventana. Hay más de mil modelos de mates de todas las regiones argentinas, recopilados casi artesanalmente, con diseños, materiales y formas de lo más variadas. Un recorrido por la laguna Las Encadenadas puede ser el complemento ideal para una tarde apacible.

La localidad que se encuentra más próxima al cerro es Villa Ventana, a nueve kilómetros. Parece abrazada por el cauce de dos arroyos, el Belisario y Las Piedras. Es recomendable para hacer un viaje a la armonía de los sentidos, con sus suaves lomadas, sus callecitas de piedra, escasamente iluminadas, pero intensamente forestadas, desde donde se puede observar buena parte de los cerros más altos de





En la pintoresca Plaza Enrique Tornquist, en la ciudad de Tornquist, se destaca la Iglesia Santa Rosa de Lima.

## EL MEJOR CLIMA

Templado y húmedo. Durante el invierno, se incrementan precipitaciones y heladas sobre las laderas orientales en ambas regiones serranas. En verano crece notablemente la temperatura por las tardes, superando en muchos casos en promedio los 33°. La temperatura media anual es de 13,7 °C. Por lo tanto, la recomendación es la de llevar ropa liviana y deportiva, por supuesto sin omitir algún buen abrigo.


la región. Se encuentra a solo 17 km de la localidad central de la Comarca, con una altura sobre el nivel del mar de 450 metros. En Villa Ventana, todos los eneros se celebra la Fiesta Provincial de la Golondrina, que desborda de alegría y buenos espectáculos culturales y sociales durante dos jornadas.

Villa Serrana la Gruta, por su parte, se presenta como una variante moderna y muy interesante, con la característica del blanco de sus construcciones que la hace particularmente llamativa y bonita. Muy cerca de allí se encuentra el Santuario Nuestra Señora de Fátima, a solo tres minutos de la base del cerro Ventana. Otra población también nueva, pequeña y sumamente pujante es San Andrés de la Sierra, que fue erigida de frente al cordón serrano, una característica muy particular que la convierte en una especie de vigía de la naturaleza.

La región es de especial belleza. En 1937, Martín Tornquist donó parte de sus propias tierras, unas 3228 hectáreas, a las que se añadieron otros terrenos hasta completar las 6700 hectáreas actuales que conforman la superficie del parque nacional. El deseo de su mentor fue el de

preservar la característica natural de la zona, advertido además del ambiente de pastizal pampeano, donde se destaca el llantén como exponente de su flora y la iguana de cobre que representa su fauna.

Además, en la región hay pinturas rupestres de más de 1500 años de antigüedad. El Parque Provincial Tornquist incluye a la Reserva Natural Sierras Grandes, que a su vez posee un importante bagaje histórico, antropológico, biológico, geológico y arqueológico, fundamentalmente en los cerros El Vavacúa, que se eleva a 980 msnm, y también en el cerro La Carpa, 80 metros más alto. Lo surca la RP 76, y por esa arteria se puede llegar al Establecimiento Rural Sierras Grandes, que tiene un servicio de visitas guiadas para observar la cría de ganado implementando usos sustentables de los pastizales.

Un paseo inolvidable que claramente combina del mejor modo la paz, la tranquilidad y el disfrute. Una conexión tan intensa con la naturaleza que difícilmente sea olvidada por quien transite por esta zona. 





## EN TODO EL PAÍS

89.5 BARILOCHE RÍO NEGRO	97.7 EL DORADO MISIONES	105.7 MENDOZA MENDOZA	94.1 POSADAS MISIONES	89.7 SALTA SALTA	101.3 SANTA FE SANTA FE
100.1 COMODORO RIVADAVIA CHUBUT	91.1 GENERAL ROCA RÍO NEGRO	95.7 NEUQUÉN NEUQUÉN	90.5 RESISTENCIA CHACO	AM 1120 SAN JUAN SAN JUAN	
107.5 CÓRDOBA CÓRDOBA	91.5 IGUAZÚ MISIONES	88.3 CORRIENTES CORRIENTES	96.5 RÍO TURBIO SANTA CRUZ	98.9 SAN LUIS SAN LUIS	102.3 OBERÁ MISIONES
95.3 MAR DEL PLATA BUENOS AIRES	94.5 PARANÁ ENTRE RÍOS	107.5 ROSARIO SANTA FÉ	89.5 VILLA LA ANGOSTURA NEUQUÉN		

Miranos en vivo



Radio Con Vos 89.9



@radioconvos899


radioconvos.com.ar

**RETRO CHIC**

Vestido de crepe de seda con falda irregular con blusa de tul superpuesta (Vevú).





A photograph of a woman with blonde hair, wearing a purple sequined dress, leaning over a wooden bar. The scene is lit with warm, reddish-pink light, creating a moody atmosphere. The image is split vertically, with the photograph on the left and a white background on the right.

# CÓDIGO NOCTURNO

Llegó el momento de olvidar las obligaciones diurnas y sintonizar con la magia y la seducción a las que invita la noche. Diseños con mucho estilo para ir a comer, bailar, brindar en un *happy hour* o salir a divertirse con amigos.

FOTOS PATO PÉREZ  
ESTILISMO BRENDA GARAT



## ESCOTE HALTER

Maxivestido de seda roja (Vevú) y zapatos de cuero *animal print* (Justa Osadía).





**MONO SENSUAL**

Enterizo con hombros  
bordados (Kiki Le Palmie)



## TORERA

Top y *spencer* corto de  
brocato de seda (Vevú).





## ENTERIZO COOL

Monoprenda con bordados (Kiki Le Palmie) y zapatos de charol (Justa Osadía).



**BRILLOS**

Vestido con pechera  
intervenida con brillos  
(Kiki Le Palmie).



## OVERSIZE

Traje de líneas masculinas de raso de seda rosa (Jorge Rey).



Agradecemos a Negróni Bajo Belgrano (Sucre 668, CABA) su colaboración para la realización de esta nota.

[www.vevu.com.ar](http://www.vevu.com.ar)  
[www.jorgerey.com.ar](http://www.jorgerey.com.ar)  
[www.justaosadia.com](http://www.justaosadia.com)  
[www.kikilepalmie.com.ar](http://www.kikilepalmie.com.ar)

# Agosto de poda

*Consejos útiles para podar árboles y arbustos en un mes ideal para hacerlo. Qué partes se deben cortar y cómo. Una tarea indispensable y entretenida.*

Por Yamila Garab



**L**a poda de los árboles y arbustos del jardín tiene básicamente dos objetivos. Por un lado, ayudarlos a crecer de un modo más saludable, y por otro, darles el tamaño y la forma que se desee.

Es una tarea que indefectiblemente se lleva a cabo una vez al año, por lo general en los meses fríos de otoño o invierno, ya que es la época en que todas las plantas disminuyen estacionalmente su producción de clorofila y, por lo tanto, también su ritmo de crecimiento. Así que, para quien no lo haya hecho aún, agosto o incluso las primeras semanas de septiembre son un momento adecuado.

En el caso de los árboles, el objetivo principal de la poda es eliminar las ramas secas, enfermas, rotas o con pocas hojas, así como aquellas que se rocen o interfieren con las que están saludables. Además, es preciso quitar las que hayan crecido hacia abajo o hacia adentro —aunque estén sanas— y mantener solo las que lo hayan hecho hacia arriba y hacia afuera. Por supuesto, hay que cortar los chupones, esos brotes verdes que consumen mucha energía del árbol y le quitan años de vida.

Para podar una rama, se la debe cortar en el lugar adecuado: justo en el punto más angosto de su vinculación con el tronco (o rama más gruesa) desde donde nace. Primero se practica un corte ascendente, de abajo hacia arriba, para que, cuando la rama caiga —cosa que siempre ocurre antes de lo esperado— no arranque más corteza de la estrictamente necesaria. Luego se continúa el corte en forma pareja desde distintos ángulos hasta llegar al centro de la rama.

En el caso de los arbustos, en cambio, el objetivo es quitar las ramas secas o enfermas, así como las sanas que sobren o molesten, como es el caso de las ramas grandes que se curvan hacia el suelo por su propio peso. Esto sirve para sanear toda la planta, emprolijarla y darle la forma deseada.

También hay arbustos como la abelia, la corona de novia o el membrillero de flor, que se caracterizan por tener una infinidad de ramas muy finas y sin hojas, a las que se debe cortar desde su nacimiento para favorecer el crecimiento de las más gruesas, que funcionan como estructura de sostén de todo el conjunto, y además aportan el verde y las flores. Es decir, la belleza del jardín. **■**

## CONSEJOS ÚTILES

- Para que el corte de las ramas sea preciso y prolijo, si la sección de la rama tiene hasta tres centímetros de diámetro hay que usar tijeras de poda, y si es más gruesa, serruchos de poda.
- Un corte perfecto requiere que las herramientas estén en óptimo estado y muy bien afiladas.
- En las ramas gruesas, después del corte es necesario limpiar bien el tajo o la herida, e inmediatamente aplicar un fungicida que impida el surgimiento de hongos y mohos que puedan afectar a todo el árbol.
- Es necesario cubrir el tajo con una pasta cicatrizante. Todas estas curaciones deben llevarse a cabo apenas se arranca cada rama, y no todas juntas al final.



# ¿Como perro y gato?

*Claves para que los pichichos y los felinos puedan convivir en paz dentro de una casa. Los espacios para cada uno y estrategias de acercamiento.*

Por Yamila Garab

**E**s difícil saber si la enemistad entre perros y gatos es real o si fue inventada por los humanos. Lo que sí es seguro es que ellos perfectamente pueden convivir en un hogar. Es muy importante saberlo para organizar las cosas de forma tal que todos en la casa puedan disfrutar de esa convivencia en paz. El gran secreto es saber respetar la relación que ellos mismos establezcan entre sí, ya sea igualitaria o asimétrica, sin opinar ni intervenir si no gusta o si se deseara que fuera distinta, del mismo modo que si fueran dos animales de la misma especie.

Aunque sí es posible ayudar a que el vínculo entre ellos sea pacífico; empezando por el momento de hacer las “presentaciones”, cuando uno de ellos es un recién llegado a la casa donde el otro ya vive desde hace un tiempo. Conviene hacerlo en un lugar lo más amplio posible y cuidar de que los dos tengan las uñas cortadas y que el perro esté atado. Primero hay que dejarlos que se observen mutuamente y se huelan. Si todo va bien y no hay nervios ni agresiones, hay que dejarlos interactuar, y si no llega a haber empatía de entrada, habrá que repetir la escena hasta que empiecen a aceptarse.

Si hay una mala relación inicial, lo que menos conviene es delimitar el terreno de cada uno dentro de la casa, aunque sea provisoriamente. Es algo que se suele hacer a veces para evitar que ambas mascotas se encuentren hasta que haya mejor clima de convivencia, pero la experiencia muestra que de eso jamás se vuelve, o en todo caso, cuesta mucho trabajo y tiempo.

En cambio, sí hay que proveerle a cada uno su propio refugio, diferenciando del espacio para dormir. El del pe-

rrero puede ser un rincón en la cocina, el lavadero o el patio interno, de acuerdo con las posibilidades de la casa; mientras que el del gato debe estar en un lugar elevado, fuera del alcance del perro. Pero no es necesario buscar estos sitios, porque los suelen encontrar ellos por sí mismos: solo hay que respetar su elección y acercarlos una mantita o un almohadón. También deben estar separados los lugares para comer, tomar agua y hacer sus necesidades. Es sabido que la comida suele ser motivo de peleas entre ellos, y siempre se debe castigar al que coma la del otro —también, por supuesto, en el caso de que sean de la misma especie—.

Por último, es fundamental que cada animal se familiarice con el olor del otro y se acostumbre a él. Para eso, una buena estrategia, y muy efectiva, es hacerles intercambiar de vez en cuando los juguetes y las mantas para dormir. Esto es mucho más fácil que obligarlos a acercarse físicamente. ■

*redaccion@convivimos.com.ar*



## PREMIO A LA AMISTAD

Para ayudar a que el perro y el gato lleguen a una buena convivencia es muy recomendable establecer un régimen de “premios” y “castigos”. En concreto, es fundamental premiarlos —ya sea juntos o por separado— cuando tengan actitudes amistosas o cariñosas para con el otro, y, a la inversa, castigarlos severamente ante actos o señales de agresión. De todas formas, es difícil que puedan llegar a jugar juntos, porque sus hábitos son demasiado diferentes, así que hay que conformarse con lograr una relación de tolerancia entre ellos, y saber de antemano que esto puede llevar varias semanas o incluso meses.



POR  
SANTIAGO  
GIORGINI



Fotos Fernando Giampieri (Estudio Migone)

# TIEMPO DE ACELGA





# PASCUALINA

6 PORCIONES 50 MIN PREPARACIÓN 40 MIN COCCIÓN

## INGREDIENTES:

### Masa:

500 g de harina 0000  
80 cc de aceite de oliva  
1 cdita. de sal  
250 cc de agua

### Relleno:

3 atados de acelga  
3 cebollas  
2 dientes de ajo  
Nuez moscada c/n  
Sal y pimienta c/n  
Aceite de oliva c/n  
4 huevos  
200 g de queso rallado  
8 huevos duros  
1 huevo para pintar

## PREPARACIÓN:

### Para la masa:

Poner en un bol la harina y la sal. Hacer un hueco y poner el aceite y el agua. Comenzar a unir hasta formar una masa lisa y homogénea. Dejar descansar a temperatura ambiente.

### Para el relleno:

Cortar la cebolla y rehogar con el ajo picado en una sartén grande con un poco de aceite.

Salpimentar y cocinar hasta transparentar.

Agregar las hojas de acelga limpias y picadas. Cocinar unos minutos más.

Retirar del fuego, pasar a un bol y dejar enfriar. Luego agregar los huevos crudos, el queso rallado, sal, pimienta y nuez moscada.

### Armado:

Dividir la masa en 2 partes (una un poco más grande que la otra).

Aceitar un molde de tarta de 24 cm de diámetro, preferentemente desmontable.

Estirar la masa más grande de forma circular y forrar el molde.

Volcar la mitad del relleno de acelga y ubicar los huevos duros, cubrir con el



resto del relleno y tapar con la otra parte de la masa estirada, presionar bien los bordes, recortando el excedente y repulgar.

Pintar con huevo batido y pinchar la superficie.

Cocinar en horno a 180°/190° hasta dorar.

## TIP

Si no vas a usar las pencas en otra preparación, podés agregarlas al relleno, sumándolas al rehogado de cebolla y ajo, y cocinar.



# BOCADILLOS DE ACELGA

4 PORCIONES 20 MIN PREPARACIÓN 15 MIN COCCIÓN

## INGREDIENTES:

½ atado de acelga (hojas)  
3 huevos  
100 g de harina leudante  
80 cc de leche  
30 g de queso rallado  
Nuez moscada c/n  
Sal y pimienta c/n  
Aceite para freír c/n

## PREPARACIÓN:

Cortar las hojas de acelga en juliana y mezclar con los huevos, el queso rallado, la harina y la leche. Condimentar con sal, pimienta y nuez moscada.

Mezclar hasta lograr una pasta más bien espesa.

Con una cuchara, tomar porciones y volcar en el aceite caliente. Freír hasta que estén dorados.

Retirar y dejar escurrir sobre papel absorbente. Servir.

Se le puede sumar a la mezcla cebolla rehogada.

También se pueden hacer con acelga congelada, previamente descongelada o salteada.

## TIPS

- Si usás harina común, agregale una cucharadita de polvo de hornear.
- Cubrilos con salsa blanca, queso y gratinalos en el horno.



# PENCAS REBOZADAS

6 PORCIONES 20 MIN PREPARACIÓN 15 MIN COCCIÓN



## INGREDIENTES:

1 atado de pencas  
3 huevos  
1 cda. de hierbas secas (orégano, tomillo)  
Sal y pimienta c/n  
150 g de pan rallado o rebozador  
100 g de harina de maíz  
Semillas (lino, sésamo) c/n  
Aceite para freír c/n

## Salsa alioli para acompañar:

2 dientes de ajo (opcional asado)  
50 g de *ciboulette* o perejil  
100 cc de aceite de oliva  
Jugo de ½ limón  
Sal y pimienta c/n

## PREPARACIÓN:

Limpiar las pencas, retirarles las hebras o tiritas, y cortarlas de 8 a 10 cm de largo.

Blanquear en agua hirviendo con sal por 10 minutos (tienen que estar cocidas, pero firmes). Cortar la cocción en agua fría, escurrir y secar.

Mezclar las semillas con el pan rallado y la harina de maíz.

Mezclar ligeramente los huevos y condimentar con sal, pimienta y las hierbas. Pasar primero las pencas por la mezcla de huevos y por el rebozado. Enfriar, preferentemente, y luego freír en abundante aceite caliente y escurrir en papel absorbente.

## Para el alioli:

*Mixear* el ajo con el *ciboulette*, el jugo de limón y el aceite. Condimentar. Tiene que emulsionar y quedar como una mayonesa. Es recomendable empezar *mixeando* de a poco abajo, y luego ir subiendo hasta completar.

## TIP

Podés usar ajo asado como opcional para hacer el alioli. Para esto, envolver unos dientes de ajo en papel aluminio y cocinar en el horno hasta que estén blanditos. Apretar para retirarles la cáscara y poner el puré de ajo con el resto de los ingredientes para *mixear*.



POR  
FABRICIO PORTELLI



# 2022, UN AÑO DE LOCOS


Si bien la tecnología hoy permite a los agrónomos y a los enólogos tomar decisiones más certeras, pudiendo anticiparse a diversos fenómenos climáticos, la naturaleza siempre deja su huella en los vinos. Por eso, una vez que los vinos pasan el primer invierno, es buen momento para sacar conclusiones de cara a lo que se viene.

Cada variedad de uva, en función de la calidad del vino buscado, tiene su momento óptimo de cosecha, el cual varía de acuerdo con el paisaje y, fundamentalmente, con la altura. Mendoza, al representar el 80 por ciento de la producción, acapara las miradas, y Malbec es la cepa estrella. La temporada inició con una primavera suave y temperaturas promedio en línea con las cifras históricas, aunque en octubre hubo algunas noches muy frías. En un comienzo, las lluvias insistentes amenazaron la sanidad de las

uvas, pero afortunadamente en marzo el clima mejoró y la vendimia para el Malbec comenzó en el momento. Por primera vez en la historia, el 30 de marzo hubo una helada temprana, pero como hoy se cosechan las uvas en un punto más fresco y “al dente”, la mayoría pudo anticiparse y lograr uvas de gran calidad. Muchos hacedores destacan que será un gran año

## TIPS

Para muchos, el gin es la bebida del momento, y de hecho ya tiene su día mundial: el segundo sábado de junio. El festejo empezó en 2009 en Birmingham y se fue difundiendo hasta llegar a más de treinta países. Con una producción y un consumo que crece año tras año, el gin está de moda. Sin embargo, su historia comenzó mucho antes, cuando los holandeses crearon la ginebra en el siglo XVI. Luego, los soldados ingleses —que la probaron en el siglo XVII— llevaron la idea a Inglaterra, donde tuvo un gran auge de producción hasta llegar al famoso London Dry Gin. Y si bien el gin es básicamente un destilado infundado con bayas de enebro, hoy hay muchos estilos diferentes. Su magia está en la versatilidad que ofrece, con innumerables recetas que utilizan otros ingredientes botánicos como semillas y especias en alcohol extra neutro. La selección de esos botánicos, en función al estilo buscado, es lo que brinda el carácter a cada gin.

para los Malbec en general y para el Cabernet Sauvignon en particular, con vinos de color profundo, excelente expresión varietal y muy buena estructura de taninos. En cuanto a las uvas blancas, se presentan muy aromáticas, mostrando elegancia y una buena concentración en la que resaltan particularmente las excelentes cualidades que logró el Chardonnay. 

## MINIGUÍA DE VINOS



**SAURUS ESTATE  
CHARDONNAY 2021**  
FAMILIA SCHROEDER, SAN  
PATRICIO DEL CHAÑAR,  
NEUQUEN \$1200  
PUNTOS: 88,5

Chardonnay de aromas limpios y frescos que recuerdan a frutas blancas. Buen volumen y con una acidez algo marcada que resalta todas sus expresiones y aporta gracia a su final de boca. Para acompañar pastas con salsas cremosas y carnes blancas.



**H. J. FABRE MALBEC ROSÉ  
2021**  
BODEGA FABRE MONTMA-  
YOU, VISTALBA, LUJAN DE  
CUYO \$1700  
PUNTOS: 89

De aspecto brillante y aromas frutados con cierta intensidad. Paladar suave y fresco, de buen volumen y con el carácter de la primera zona resaltado en su final amable. Por su estructura está más para servir en la mesa, acompañando arroces.



**CLOS DE LOS SIETE 2019**  
CLOS DE LOS SIETE,  
VISTA FLORES, VALLE DE UCO  
\$2300  
PUNTOS: 91

Blend de Malbec (50%) con Merlot, Syrah, Cabernet Sauvignon, Cabernet Franc y Petit Verdot, que resulta fresco y bien herbal, con fruta negra muy clara. De trago más diluido, propio de una cosecha fría, taninos granulados y la crianza integrada.

# PEUGEOT 3008 HYBRID4

## TECNOLOGÍA Y CONFORT PARA EL CUIDADO DEL AMBIENTE

Por Fernando Soraggi



**\$12.900.000**

Precio

**235 KM/H**

Velocidad  
máxima

**300 CV**

Potencia máxima  
a 6000 rpm

**76,90 KM/L**

Consumo  
promedio

### **DISEÑO. 4/5**

Peugeot trae a la Argentina la flamante tecnología híbrida enchufable (PHEV) con la llegada del 3008 Hybrid4, provisto de un motor térmico convencional y dos eléctricos, con cuatro modos de conducción, para que quien maneja pueda elegir entre potencia y cuidado del ambiente, en función de lo que requiera cada momento, pudiendo combinar un vehículo convencional y hasta un todoterreno 4x4.

Cuenta con un atrevido diseño, con un frontal lanzado y proyectores *full* led de última tecnología. Las luces de marcha diurna dan marco a la parrilla tridimensional y se funden con ambos laterales, con una flamante rejilla sin marcos y nuevas molduras en los costados. El perfil con nervaduras y los espejos retrovisores poseen nuevos

diseños, así como las barras del techo y las llantas de 18", junto con unas ópticas traseras en led levemente rediseñadas inspiradas en las garras del león.

### **CONFORT. 4/5**

En el interior destacan aspectos prácticos, como los materiales agradables y buenos al tacto, que se perciben bien ensamblados. Ofrece i-Cockpit, un cuadro de instrumentos digital de 12,3", personalizable y calibrable. La pantalla táctil central crece hasta las 10". Las butacas delanteras son ajustables eléctricamente, envolventes, cómodas, con confort para la conducción. Atrás las plazas ofrecen buena distancia para las rodillas, los hombros y la cabeza. La ausencia de un túnel central deja espacio para acomodar los pies viajando en la plaza

central. El baúl tiene 395 litros de capacidad inicial (1397 litros con asientos rebatidos), esto debido al espacio que roban algunos de los componentes del sistema híbrido (el motor eléctrico de la versión de tracción total, por ejemplo).

### **MOTOR. 4/5**

Ofrece la combinación de tres motores: el naftero turbo THP de 1.6 l con 197 CV y dos motores eléctricos, uno en el eje delantero, con 110 CV, y otro en el eje posterior, de 112 CV, con lo que suma 300 CV. Dispone de cuatro modos de conducción: Electric (permite circular en modo 100 por ciento eléctrico hasta a 135 km/h), Hybrid (conducción alternada entre electricidad y térmica para optimizar el uso de la energía), Sport (moviliza toda la potencia de los motores térmico y





PEUGEOT



eléctricos para un rendimiento dinámico máximo) y 4WD (mejora la motricidad con empuje en las cuatro ruedas en relación 50:50 y solo funciona hasta 135 km/h). Tiene un consumo promedio de 76,90 km/litro.

Ofrece función e-SAVE, para reservar autonomía eléctrica. A su vez, el vehículo puede recuperar energía en las fases de desaceleración y frenada con la función Brake, que permite frenar con tan solo levantar el pie del acelerador.

### EQUIPAMIENTO. 3 1/2/5

También está a la altura de un *premium*: se destaca el climatizador automático bizona, con controles digitales integrados a la pantalla táctil, asientos delanteros con masajeador y calefaccionados, tablero digital con computadora de a bordo multifunción, espejo retrovisor interior automático fotosensible, encendido automático de luces, limpiaparabrisas con detector automático de lluvia y el espectacular techo panorámico "Cielo", que ofrece apertura eléctrica con antipinzamiento, entre una extensa lista.

### SEGURIDAD. 4/5

Otro de los puntos fuertes es el andar, sustentado en el sistema de suspensión delantera tipo McPherson y trasera de rueda tirada con elemento torsional, que le entrega gran comodidad y dominio. Otro buen aporte es el sistema de frenos, con sistemas ABS + REF + AFU, que detiene a este vehículo en distancias cortas, sin importar cuán reiteradas sean estas maniobras. En el equipamiento, de muy buen nivel, se pueden destacar ESP + ASR + Hill Assist Descent Control (HADC), *airbags* delanteros frontales, laterales tipo cortina, sistema ISOFIX, detector de inatención del conductor y apertura y encendido con manos libres, entre otros componentes.

### PRECIO. 3/5

La nueva versión se ubica en el tope de la gama. El Peugeot 3008 GT Pack Hybrid4 Plug-In 300 CV AT8 AWD + Wallbox tiene un valor de \$12.900.000 y se ofrece con una garantía de 3 años o 100.000 kilómetros para el vehículo y 8 años o 160.000 kilómetros para la batería. **C**

### MOTOR

Motor naftero delantero transversal. Cuatro cilindros en línea, cuatro válvulas por cilindro, doble árbol de levas comandados por cadena. Alimentado por inyección directa, turbo e intercooler. Motor eléctrico 1: delantero 110 CV/81,2 kW. Motor eléctrico 2: posterior 113 CV/83 kW  
Cilindrada: 1590 cc  
Tasa de compresión (ratio): 10,2:1  
Potencia total: 300 CV/6000 rpm  
Torque: 520 Nm/3000 rpm

### TRANSMISIÓN

Tracción delantera y 4WD  
Caja: Automática de 8 velocidades y marcha atrás

### MEDICIONES

Largo/alto/ancho: 4447 mm/1624 mm/1841 mm  
Distancia entre ejes: 2675 mm  
Peso en orden de marcha: 1915 kg  
Capacidad de baúl: 360 litros  
Capacidad de combustible: 43 litros

### SUSPENSIÓN

Delantera: Independiente, tipo McPherson, con resorte helicoidal y barra estabilizadora  
Trasera: Rueda tirada con elemento torsional, con muelle de resorte helicoidal

### FRENOS

ABS  
Delanteros: Discos ventilados  
Traseros: Discos macizos

### DIRECCIÓN

Piñón y cremallera, con asistencia eléctrica progresiva

### LLANTAS Y NEUMÁTICOS

Llantas: Aleación de 18"  
Material: Aluminio  
Neumáticos: 215/55 R18  
Rueda de auxilio: Temporal, con llantas de chapa

### FABRICANTE/IMPORTADOR

Peugeot Francia/Peugeot Argentina

### PRECIO Y GARANTÍA

\$12.900.000, 3 años o 100.000 kilómetros. 8 años o 160.000 kilómetros para la batería.

# HORÓSCOPO



POR GABA ROBIN  
LA BRUJA POP

## VIRGO (24/08 - 23/09)



**Amor:** La vida te entrega cuotas de seducción; por más que la niegues, te enfrentarás a ella. Un viaje al extranjero traerá armonía en la pareja; y los solos encontrarán un romance.

**Trabajo:** Te reclamarán atención temas que quedaron del año pasado sin ejecutar o solucionar, presupuestos, trabajos que no se entregaron, escritos que se olvidaron.

**Salud:** Tratamientos largos que quedaron truncos o los que estás realizando se encuentran en su última etapa. Cuidá tus huesos; son silenciosos, pero detonan si no están bien fuertes. También atención a tu columna y a las cervicales.

## LIBRA (24/09 - 23/10)



**Amor:** Los vínculos están revolucionados, mucha energía del lado de tu pareja. Podés irte a vivir con alguien si estás solo, o decidir no convivir más e iniciar caminos diferentes; se mueve todo según tu relación. Volvés a sentir algo que te duele.

**Trabajo:** Se armará una sociedad este año. Situaciones legales por hijos, cuotas de alimentos, documentos, pasaporte, etc. Tema de manejo del dinero con ex, socios o familia se está moviendo de forma inesperada.

**Salud:** Tus piernas necesitan descanso, ya que podés sentir las pesadas o tener problemas de circulación. Una cirugía menor. Cuidado con accidentes domésticos, fuego o fillos.

## ESCORPIO (24/10 - 22/11)



**Amor:** Sin importar la edad que tengas, lo establecido se modifica, dejándote en estados que a veces no podés manejar en lo relativo a las relaciones. Lo familiar, si estás viviendo con ellos, se pone muy rígido y con dosis de reclamos.

**Trabajo:** Oportunidades que te harán recordar momentos que ya pasaste hace doce años. Proyectos que se abren, ascensos, nuevas cosas que te generan mejor ingreso. Podrás trabajar sobre vos en temas que siempre duelen con respecto al grupo de trabajo.

**Salud:** Querrás cambiar aquello que no te gusta de tu imagen: cuerpo, pelo, cicatrices, etc. La energía está para que lo hagas y así te sientas mejor.

## SAGITARIO (23/11 - 22/12)



**Amor:** Mucha fuerza para hacer aquello que necesitás, tu libertad se expresa con más ganas. La libertad no se refiere a estar solo, sino a sentirte pleno al margen de una pareja. Embarazos en la familia. Niños que llenan de alegría.

**Trabajo:** Contratos y estudios estarán en tu agenda en estos meses. Tu poder creativo se eleva, es tiempo de que les des rienda suelta a tus sueños personales, que saltan y bailan alrededor tuyo.

**Salud:** Revisá la tiroides. Temas de fertilización. Lo estético te hará hacer cosas que nunca imaginaste, el destino te invita a participar de otras formas de cuidarte y de hacer tratamientos que necesitás.

## CAPRICORNIO (23/12 - 20/01)



**Amor:** Estás transitando los dos últimos años de una forma de vivir el amor; porque cambiará la convivencia, porque podrás desplegar el amor sin ocultamientos, por modificaciones en la pareja actual, porque la otra persona tiene cambios personales que influirán en la relación.

**Trabajo:** Período de conversaciones importantes, viajes cortos por la actividad, tiempo de ir a algún lugar fuera de donde vivís para concretar un negocio. Tiempo de contrato, de estudios, de exámenes.

**Salud:** Tus nervios pueden estar más descarriados que lo normal. Cuidá tus brazos y tu garganta, que hay algo que estás asimilando en silencio que te trae problemas en tu pecho.

## ACUARIO (21/01 - 20/02)



**Amor:** Alguien del pasado que volvió hace tiempo vuelve a buscarte, al margen de tu relación. La pareja está en momentos de adultez en cuanto a realizar esfuerzos juntos, armar algo legal, créditos, construcción, concreciones.

**Trabajo:** Momento de revisar papeles y cuestiones legales que se perdieron en el tiempo. A través de la palabra, conmocionarás autoridades. Buen momento para negociaciones, porque estás serio en camino a tus metas.

**Salud:** Tu estructura está rígida, cargás muchas presiones desde hace bastante tiempo, no podés soltar temas que son existenciales. Amor y ternura con aquello que se va.



**PISCIS**  
(21/02 - 21/03)



**Amor:** Atraés y emanás una poderosa energía, amante. Tu sexualidad te hará brillar. Tiempo en el que estarás divertido, no solo por otra persona, sino que generarás eso en tu entorno. Las parejas que esperan hijos concretarán en estos meses del año.

**Trabajo:** El dinero llega, se expande, está para que hagas cosas, te des placeres. Trabajo que crece, nuevas oportunidades. Energía positiva en lo que hacés, podés liderar tu grupo.

**Salud:** Sentís que hay más grasa que lo habitual, puede ser por comidas de invierno. Pero tu fuerza se notará para que puedas no solo estar en forma a través del esfuerzo, sino también sanar heridas del pasado.

**ARIES**  
(22/03 - 20/04)



**Amor:** Tiempo de vivir lo que deseés, esto puede traerte períodos de exagerada vitalidad y también heridas sentidas. Amoríos, romances, atracciones, seducciones, todo lo que roza el amor. Embarazo, temas de hijos o con hijos que serán regocijantes.

**Trabajo:** El dinero está mutando de acuerdo con tu camino, pero si has sido precavido, es tiempo de contar más dineros, de darte gustos y de vivir con un estatus más alto. Creatividad de alta gama que te abre a más negocios y más prosperidad.

**Salud:** Estética desde la cabeza hasta los pies, te ocuparás de vos con más dedicación. Temas para tratar o consultar con médicos, garganta, pulmones, brazos y pantorrillas.

**TAURO**  
(21/04 - 21/05)



**Amor:** Tu familia te conmueve, un evento, celebración o algo te da esa ternura que habla de tu propia esencia. Viaje por o con hermanos. Los hijos grandes se mudan. Tu hogar se pone en primer plano. Vibrarás en lo verdadero, queriendo estar solo con los tuyos.

**Trabajo:** Tu concentración es inmensa, necesitás estar en detalles, ordenar y analizar. La fuerza te marca los días para hacer cambios en aquello que ya sentís desde hace mucho tiempo que no querés más.

**Salud:** Podés viajar para consultar por una medicina, por una terapia o para hacer un tratamiento. Rejuvenecimiento total, revitalización. Depuración. Tus intestinos requieren suavidad.

**GÉMINIS**  
(22/05 - 21/06)



**Amor:** Festejos, conocerás gente nueva y grupos de personas que llegan a tu vida. Visita de familia. Estarás sin demostrar el amor a tu pareja, como serio y aislado, lo cual puede ser tema de conflicto, pero es algo más interno. Los solos cuidarán su energía y no estarán para conocer por conocer.

**Trabajo:** Buenos ingresos, el dinero te llega más, compra de herramientas o temas relacionados con actividad, tecnología. Crecimiento. Gente nueva con la que trabajarás, nuevos clientes.

**Salud:** Estética, dentista, oculista, puesta a punto en la imagen, nutriciones y humectaciones. Intensidad en entrenamiento. Tus sueños no están serenos, tenés insomnios o pesadillas.



**LEO**  
(24/7 AL 23/8)  
**FABIÁN VENA**

Buenos Aires, 10 de agosto de 1968. Su carrera de actor comenzó en la serie *Socorro, quinto año*. En el campo teatral destacan sus participaciones en *La balada del loco Villón*, *Calígula*, *Romeo y Julieta*, entre muchos trabajos más.

**Amor:** Si estás sobreviviendo a temas vinculantes desde el año pasado, tenés que saber que aún hay rebrotes que pueden ocasionar erupciones.

**Trabajo:** Temas legales y trámites largos en tu agenda. Es tiempo de ordenar todo, si no lo hacés, estarás jugando con fuego para el año que entra. Transacciones rápidas. Éxito profesional, mucha actividad que nace.

**Salud:** Momento de mucha energía, así que canalizala a través de algún ejercicio o terapia física.

**CÁNCER**  
(22/06 - 24/07)



**Amor:** El amor cambia, estés en pareja o no, alguien te mirará y explotará de atracción, amigos nuevos. Emanarás amor, pondrás en tus redes videos y fotos nuevas. Tu pareja puede estar pasando por temas de salud de ella o de sus padres.

**Trabajo:** Éxito, ascenso, logros en tu actividad. Es tiempo de sanar aquello que ya pasó en el sentido de haber perdido un puesto o un ascenso, porque se pueden suscitar ciertas cosas que te traigan a la memoria momentos de dolor.

**Salud:** Piernas y rodillas resentidas. Dietas y ejercicios que te rejuvenecerán, el tema de la imagen será holístico, ya que cambiarás el cuerpo, el pelo y las ganas.

# SUDOKU

Ubique en cada hilera (horizontal), columna (vertical) y recuadro de 3x3 (indicado con bordes gruesos) los dígitos del 1 al 9.

6						7	2	
8		2		9	3	4		
	4	1	5	6			3	
2	8	9			5			1
			4		9			
5			6			8	9	3
	1			5	6	3	7	
		7	1	4		5		9
	6	5						4

# MEZCLAGRAMA

Las referencias, tanto horizontales como verticales, se dan mezcladas. Como guía, ubicamos algunas letras.

					R			
I								A
			C					

**Horizontales:**

- Contrincante.
- Estatua de gran tamaño.
- Hacer una masa.
- Mezclar licores.
- Obedezco una orden.
- Planta crucífera hortense.
- Prefijo negativo.
- Símbolo del sodio.
- Textual, literal.

- Arácnido microscópico.
- Árbol de madera blanca.
- Ciudad portuaria de Chile.
- Conjunción negativa.
- Conjunto de esporangios de los helechos.
- Firma que sirve como garantía.
- Naípe con el número uno.
- Sueldo anual complementario.
- Sufijo aumentativo.
- Tercera nota musical.

**Verticales:**

- Abreviatura de "teléfono".

# GRILLA

Anote las respuestas, teniendo en cuenta que figuran las sílabas que las forman, a manera de guía. En las columnas señaladas se formará una hermosa frase de San Agustín.

1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

**Definiciones**

- 1 • Sala construida para espectáculos públicos.
- 2 • Distancia entre dos puntos de tierra o de mar.
- 3 • Viaje corto a pie que se hace por diversión.
- 4 • Se dice del número indeterminado de veces que se repite una cosa.
- 5 • Sensato, equilibrado.
- 6 • Conjunto de canillas y llaves que sirven para regular el paso del agua.
- 7 • Pedazo de piedra sin labrar.
- 8 • Ejercicio de una profesión u oficio.
- 9 • Medianera, pared común a dos casas.
- 10 • Ostentar, alardear.
- 11 • Cabeza del esqueleto.
- 12 • En natación, zambullida.
- 13 • Camarín, cuarto donde los artistas se visten, maquillan o preparan para actuar.
- 14 • Modo de comportarse.
- 15 • En la religión cristiana, una de las tres virtudes teologales, que consiste en amar a Dios sobre todas las cosas, y al prójimo como a nosotros mismos.

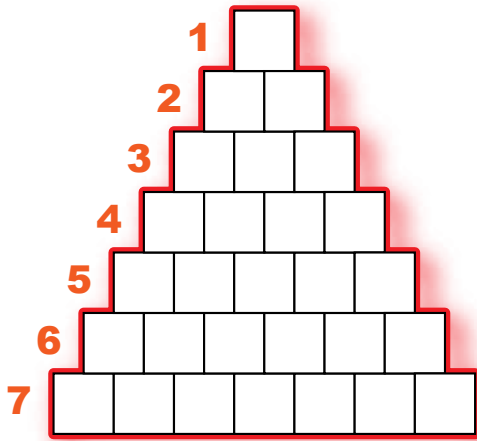
**Sílabas:**

- A - A - CA - CA - CA - CA - CE - CLA - CO - CO - DAD - DE - DER - DIA - DO - DO - DRUS - E - FE - GRI - LA - LI - ME - ME - MI - MIR - MO - MO - NA - NÉ - NIL - NO - O - PE - PRÁC - PRE - PRO - RA - RA - RI - RI - RÍ - SE - SI - SÍ - SU - TA - TI - TRA - VA - VE - VE.



# 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 • Apócope de "mamá".  
 3 • Sienta amor. 4 • Asunto, cuestión. 5 • Infusión sudamericana (pl).  
 6 • Sentías temor. 7 • Conjunto de reglas o principios sobre una materia, racionalmente enlazados entre sí.

# 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.

R	R	L	A	M	R	O	N	B
A	E	E	M	E	Z	C	L	A
R	C	G	A	C	O	T	A	R
B	O	A	A	F	D	A	O	R
O	R	D	T	L	T	V	P	E
S	P	O	I	A	O	O	R	
O	O	C	I	T	R	A	S	M
R	A	T	S	E	I	F	I	A
E	H	C	R	A	P	N	H	H
S	O	T	N	E	I	V	P	C
D	U	R	O	M	I	T	P	O
O	S	T	O	N	I	C	O	P

# EN CLAVE

A número igual, corresponde letra igual. Como ayuda, ubicamos dos palabras.

18	16	8		4	18	24		16	3	6	20	24	18	19
19	3	15	18		4	9	11	20	8		19	18	26	18
24	4		26	18	26	3		3	17	3		4	20	17
18		16	3		9	17	20	19		23	20	3	15	18
	6	18		18	19	26		24	18	20		19	18	
2	9	17	3	4		20	6	8	4		24	8		20
9	19	18		18	3	4		2	18	6	8		20	16
17	18	26	18		8	26	3	3	4		15	8	17	18
18	17	20	16	8	4	18		4	3	19		23	8	17

# SOLUCIONES

P	O	N		S	E	R		S	A						
N	A	T	A	O	T	E	S								
U	R	A	A	E	S	L	A	D	O						
L	U	N	E	S	I	D	O	S	C	O					
D	A	R	T	I	C	A	I	R	A						
A	M	E	U	N	I	R		P	I	E	Z	A			
C	S	T	A	T	E	E	N	E	S	I	N				
R	E	Z	A	S	U	B	I	O	R	A	T	A			
A	M	O	S	A	C	M	E	D	I	C	A				

EN CLAVE

R	L	A	M	R	O	N	B								
A	E	E	M	E	Z	C	L	A							
R	C	G	A	C	O	T	A	R							
B	O	A	A	F	D	A	O	R							
O	R	D	T	L	T	V	P	E							
S	P	O	I	A	O	O	R								
O	O	C	I	T	R	A	S	M							
R	A	T	S	E	I	F	I	A							
E	H	C	R	A	P	N	H	H							
S	O	T	N	E	I	V	P	C							
D	U	R	O	M	I	T	P	O							
O	S	T	O	N	I	C	O	P							

SOPA SIN LISTA

1	A						
2	M	A					
3	A	M	E				
4	T	E	M	A			
5	M	A	T	E	S		
6	T	E	M	I	A	S	
7	S	I	S	T	E	M	A

PIRAMIDAL

1	C	O	L	I	S	E	O	
2	T	R	A	V	E	S	I	A
3	C	A	M	I	N	A	T	A
4	E	N	E	S	I	M	O	
5	M	O	D	E	R	A	D	O
6	G	R	I	F	E	R	I	A
7	P	E	D	R	U	S	C	O
8	P	R	A	C	T	I	C	A
9	M	E	D	I	A	N	I	L
10	P	R	E	S	U	M	I	R
11	C	A	L	A	V	E	R	A
12	C	L	A	V	A	D	O	
13	C	A	M	E	R	I	N	O
14	P	R	O	C	E	D	E	R
15	C	A	R	I	D	A	D	

GRILLA

A	N		C	O	L	O	S
R	A		M	E	R	A	
A			A	C	A	T	O
N			S	I	C		

MEZCLAGRAMA

6	9	3	8	1	4	7	2	5
8	5	2	7	9	3	4	1	6
7	4	1	5	6	2	9	3	8
2	8	9	3	7	5	6	4	1
1	3	6	4	8	9	2	5	7
5	7	4	6	2	1	8	9	3
4	1	8	9	5	6	3	7	2
3	2	7	1	4	8	5	6	9
9	6	5	2	3	7	1	8	4

SUDOKU

# FANTASÍAS

POR CRIST





# LLEVÁ TU REVISTA CON VOS

## CONVIVIMOS

ESCAÑEA  
Y LEELA



**NaranjaX**

CONVIVIMOS.NARANJA.COM





Cuidamos su primera  
muestra de arte,  
**Cuidamos tus Historias.**



**SEGURO DE HOGAR**

**0800-555-9797**

Compañía Aseguradora: Galicia Seguros S.A.U. Leiva 4070 CABA. CUIT 30-68714552-2. N° de Inscripción en SSN 0589. N° de Inscripción en ICI 12571. Agente Insistido: Tarjeta Naranja S.A. CUIT 30-68537634-9. Contratación de la cobertura sujeto a verificación y análisis de Galicia Seguros S.A.U. Consulta requisitos de asegurablez, riesgos no cubiertos y cobertura del seguro llamando al teléfono 0800-444-0810 o en [www.galiciaseguros.com.ar](http://www.galiciaseguros.com.ar). Superintendencia de Seguros de la Nación 0500-666-8400 [www.argentina.gov.ar/ssn](http://www.argentina.gov.ar/ssn). El titular de los datos personales tiene la facultad de ejercer el derecho de acceso a los mismos en forma gratuita a intervalos no inferiores a seis meses salvo que se acredite un interés legítimo al efecto conforme lo establecido en el artículo 14, inciso 3 de la Ley N° 25326. LA AGENCIA DE ACCESO A LA INFORMACION PUBLICA en su carácter de Órgano de Control de la Ley 25326, tiene la atribución de atender las denuncias y reclamos que interpongan quienes resultan afectados en sus derechos por incumplimiento de las normas vigentes en materia de protección de datos personales. Política de Privacidad y Protección de Datos Personales <https://www.galiciaseguros.com.ar/legales/politica-privacidad-proteccion-datos-personales>.

N° de inscripción en SSN  
0589

Atención al asegurado:  
0800-666-8400

Organismo de control

[www.argentina.gov.ar/ssn](http://www.argentina.gov.ar/ssn)

**SSN** SUPERINTENDENCIA DE  
SEGUROS DE LA NACIÓN