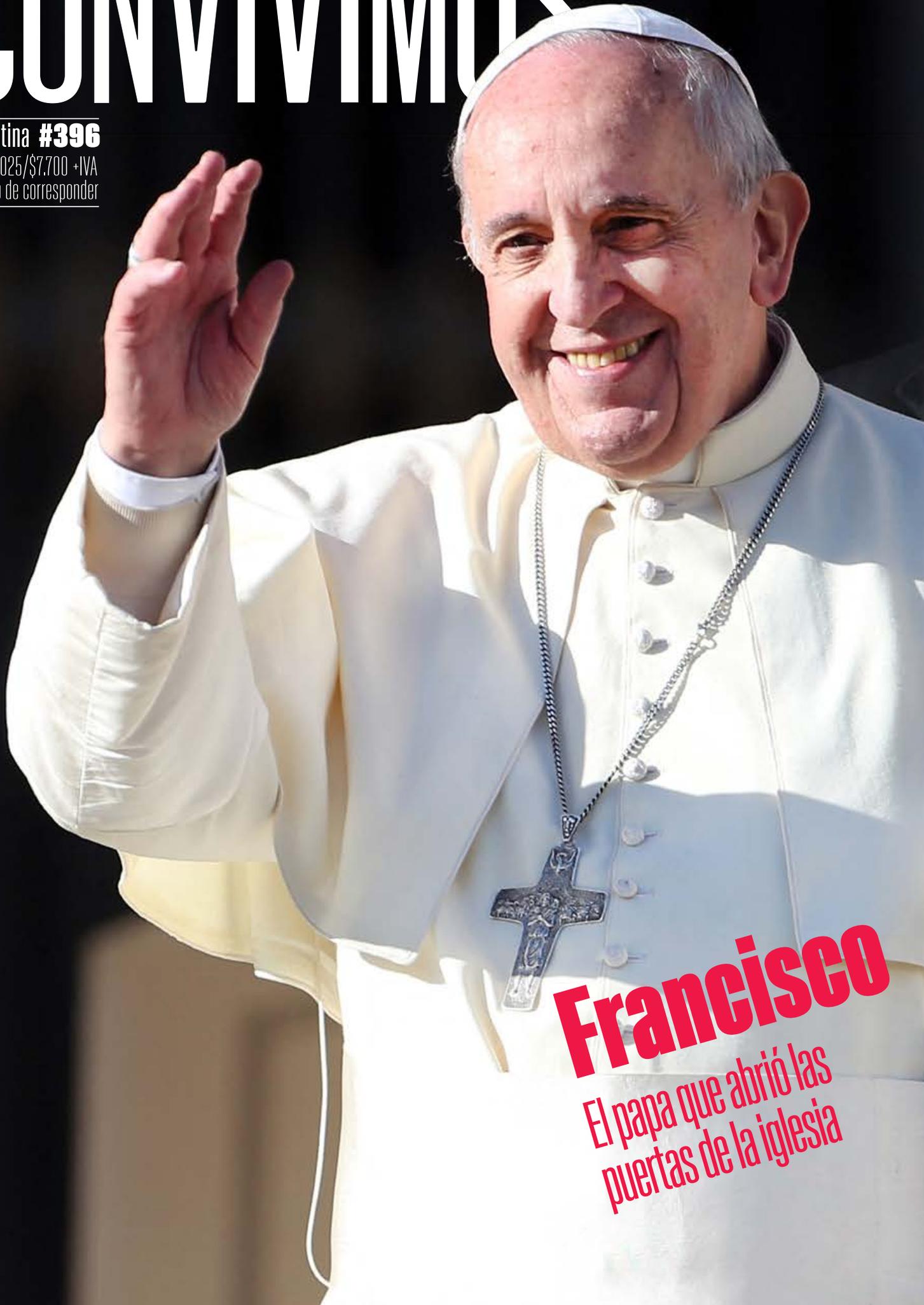


CONVIVIMOS

Argentina #396

Junio 2025/\$7.700 +IVA
en caso de corresponder

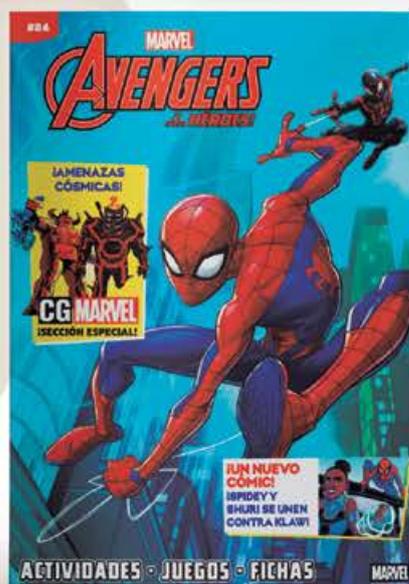


Francisco

El papa que abrió las
puertas de la iglesia

Suscribite

En Sucursales de Naranja X



Accedé a Convivimos en su versión online.



NaranjaX

Disfrutá de acceso ilimitado a clarin.com
y los beneficios de la tarjeta 365



900 descuentos

Gastronomía

Ropa

Cines

Combustible

Supers



15%



15%



15%



10%

MAYORISTA
YAGUAR

15%



Hasta

15%



15%



CETROGAR

10%



MUSIMUNDO

10%



Hasta

30%



15%



15%



Si estás suscripto a estos productos y aún no recibiste tu credencial 365
comunicate al Centro de Atención al Cliente de Clarín

0800 222 2365 / WhatsApp 11 3103 0365 / Contacto365@agea.com.ar

STAFF

DIRECTOR
DAVID RUDA

EDITOR
SEBASTIÁN MAGGIO
EDITOR@EDITORIALACCION.COM.AR

COORDINACIÓN EDITORIAL
ILATINA S.A.

COORDINACIÓN PERIODÍSTICA
EDITORIAL ACCIÓN S.A.

ARTE Y DISEÑO
EDITORIAL ACCIÓN S.A.

IMPRESIÓN
ARCÁNGEL MAGGIO
LAFAYETTE 1695
CÓDIGO POSTAL C1286AEC - CABA

REDACCIÓN
REDACCION@NARANJAX.COM
LAFAYETTE 1695 - CÓDIGO POSTAL C1286AEC
CABA

CONTACTO
PUBLICIDAD@NARANJAX.COM

CORRESPONDENCIA
LECTORES@NARANJAX.COM

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: 130.500 EJEMPLARES
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: 396
FECHA DE EDICIÓN: JUNIO 2025
EDITADA POR EDITORIAL ACCIÓN S.A.
REGISTRO DE LA PROPIEDAD INTELECTUAL N° 5342694

SUMARIO - JUNIO 2025



06. EDITORIAL
CELEBRAR A FRANCISCO
DAVID RUDA

17. CINE
MÁXIMA VELOCIDAD

25. FELIPE PIGNA
EL AMIGO DE SAN MARTÍN

26. EDUCACIÓN
UNA LAVANDERÍA QUE
TRANSFORMA VIDAS

32. CAFÉ CON
ARIEL EBERSTEIN

34. NOTA DE TAPA
FRANCISCO, EL PAPA QUE ABRIÓ LAS
PUERTAS DE LA IGLESIA

42. INVITADO
JOSÉ MARÍA MUSCARI: "MI MIRADA
SE POSA EN COSAS QUE OTROS NO
MIRAN"

46. HISTORIAS VERDADERAS
NICOLÁS FERNÁN REY. RAÍCES CON
MEMORIA

48. MEDIOAMBIENTE
REUBICAR ANIMALES PARA SALVAR
ESPECIES

50. REPORTAJE FOTOGRÁFICO
INSTANTÁNEAS

54. DEPORTE ENTREVISTA
VIRGINIA BRÍGIDO CHAMORRO. EL
RUGBY EN LAS VENAS

56. LUGARES
VALLE NEVADO, CHILE. LA MEJOR
NIEVE DE LOS ANDES

62. MODA
NUEVA MASCULINIDAD

70. COCINA
PARA ENTRAR EN CALOR
POR SANTIAGO GIORGINI

78. HORÓSCOPO
POR GABA ROBIN

80. JUEGOS

06. CRIST



— VENÍ POR —
TU BEBIDA FAVORITA
VIVÍ LA EXPERIENCIA
STARBUCKS®

PRESENTÁ ESTE CÓDIGO Y RECIBÍ
20% DE DESCUENTO
EN BEBIDAS PREPARADAS EN BARRA

20OFFNARANJA



PROMOCIÓN DE 20% DE DESCUENTO EN BEBIDAS PREPARADAS EN BARRA. NO APLICA PARA ALIMENTOS, CAFÉ EN GRANO, RTD Y MERCHANDISING. VALIDA DE LUNES A DOMINGO DURANTE TODO EL DÍA, HASTA EL 31/07/2025 INCLUSIVE. APLICABLE EN LAS TIENDAS DE STARBUCKS COFFEE DE LA REPÚBLICA ARGENTINA A EXCEPCIÓN DE LAS TIENDAS STARBUCKS COFFEE UBICADAS EN TIENDAS AEROPUERTO EZEIZA, AEROPARQUE, AEROPARQUE II, AEROPARQUE I, UADE & UADE II. NO ACUMULABLE CON OTRAS OFERTAS Y/O PROMOCIONES. NO VALIDO PARA DELIVERY. TM & © 2025 STARBUCKS COFFEE COMPANY. TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS. STARBUCKS COFFEE ARGENTINA S.R.L. 25 DE MAYO 460 1º PISO, CABA.

DAVID RUDA
DIRECTOR



Celebrar a Francisco

En esta edición especial de homenaje al papa Francisco, hemos querido compartir con ustedes un perfil de quien abrió las puertas de la Iglesia a la gente, de ese porteño nacido en el barrio de Flores que hizo de su pontificado un lugar donde entraron todos, en especial los excluidos.

Quisimos recordarlo, también, con las fotografías de Nico Pérez. En su reportaje fotográfico nos cuenta en primera persona cómo fue su encuentro con Jorge Bergoglio un 7 de agosto de 2002, en el tradicional Día de San Cayetano. Se había quedado sin trabajo como miles de argentinos en aquel momento. No lo dudó: tomó su cámara y fue hasta Liniers a registrar ese multitudinario acto de fe y esperanza. “Hoy, a la distancia, me emociona saber que estuve ahí”, dice, y también nos emociona.

“La esperanza es la virtud que nos pone en camino, nos da alas para avanzar, incluso cuando los obstáculos parecen insuperables”

fue una de las tantas frases que elegimos para acompañar las imágenes de este constructor de puentes, facilitador de diálogos e incansable luchador por la paz y por la protección del medioambiente. Un legado que encontró nuevo impulso en León XIV, su sucesor, y que se proyecta más allá de la Iglesia.

Como todos los meses, pasamos revista de los temas y hechos que consideramos más significativos. Y para orientarnos o para despertar nuestro interés, les damos la palabra a nuestros entrevistados y prestigiosos columnistas.

Este mes, en el que también homenajeamos a los padres en su día, los invitamos a tomarse un momento tranquilo y placentero para recorrer las páginas de la revista y celebrar a Francisco.

Espero que la disfruten. Hasta la próxima.

¡Buena vida!



NaranjaX

Llevá tu revista

con vos

▶ CONVIVIMOS

Escaneá y suscribite



Y recibí la tarjeta 365
con más de 900 descuentos
más acceso ilimitado a Clarín.com



Convivimos.NaranjaX.com

¡Descuentos y cuotas en espectáculos!

Con su nueva plataforma, Naranja X brinda a sus usuarios acceso a preventas exclusivas, promociones y facilidades de pago para disfrutar de los mejores eventos del país.



Foto: iStock.

De norte a sur y de este a oeste, si hay algo que caracteriza a la argentinidad es la necesidad de pasarla bien y de buscar opciones para el entretenimiento y la diversión. Naranja X entendió la importancia de contar con herramientas para vivir nuevas experiencias sin comprometer el presupuesto y lanzó una propuesta que permite acceder a música en vivo, *shows* y fiestas.

La plataforma de Naranja X centraliza todas las propuestas y beneficios exclusivos para disfrutar de la oferta artística de una manera diferente. En el sitio de entretenimiento disponible en www.naranjax.com/entretenimiento, se puede encontrar la grilla de espectáculos actuales y un anticipo de lo que se viene.

¿CÓMO ACCEDO A LOS BENEFICIOS?

Para poder disfrutar y vivir experiencias al máximo, la recomendación es contar con la tarjeta de débito Na-

ranja X Visa y la tarjeta de crédito. Ahora bien, seguramente muchas personas se pregunten qué pasa si no tienen ninguna de las dos. ¡Hay solución! Lo maravilloso es que ambas tarjetas se pueden solicitar de forma virtual y se reciben en el domicilio sin costo. Así están listas para acceder a los beneficios que se vienen, de acuerdo con las particularidades de cada *show*.

¿QUÉ ENCUENTRO EN LA PLATAFORMA DE NARANJA X?

- El *show* de Luck Ra en Vélez el próximo 4 de octubre. Con la tarjeta de crédito Naranja X física y virtual se puede acceder a un 15% de descuento en un pago y 3 cuotas CERO INTERÉS.

- Para el regreso de Erreway, con Naranja X se obtiene un 15% OFF sin tope de reintegro pagando con tarjeta de débito física o virtual de Naranja X Visa, y 3 cuotas CERO INTERÉS con tarjeta de crédito Naranja X Visa. Así, tanto quienes prefieren débito como quienes eligen crédito pueden acceder

a descuentos y cuotas sin interés. Sí, las entradas se habían agotado, pero ¡ya hay una nueva fecha para este 23 de septiembre!

- La noche y Polenta producen una simbiosis en la que nadie se quiere quedar afuera. Por eso, con la tarjeta de crédito Naranja X se pueden comprar las entradas pagando en 3 cuotas CERO INTERÉS, todos los fines de semana.

- La Bresh en todo el país. ¿Quién no quiere disfrutar de esta megafiesta? Con la tarjeta de crédito Naranja X se accede al beneficio de 3 cuotas CERO INTERÉS todos los fines de semana.

Es importante recordar que para aprovechar estos beneficios solo es necesario tener la *app* Naranja X descargada y la tarjeta activa. Al momento de la compra, se debe seleccionar Naranja X como medio de pago y seguir los pasos en la ticketera correspondiente.

¡Atenti a los próximos espectáculos y novedades que se anunciarán en la plataforma! ¿Cuál será la próxima preventa exclusiva? ¡Hagan sus apuestas! 

NUEVA



**YERBA CON HIERBAS.
NADA MÁS.**
Lo natural se nota

Cómo aprovechar el aguinaldo de junio

El aguinaldo llega para aliviar el bolsillo y es una excelente oportunidad para hacer un gasto planificado o multiplicar ese ingreso. Conocé las opciones de Naranja X para sacarle el jugo.

El aguinaldo es una de las alegrías económicas más esperadas del año y está pensado para dar alivio financiero en épocas donde los gastos suelen incrementarse, como las vacaciones de invierno o las fiestas de fin de año.

El aguinaldo, o sueldo anual complementario (SAC), es un derecho laboral en la Argentina que tienen los trabajadores en relación de dependencia, jubilados y pensionados. Se paga en dos cuotas: la primera en junio hasta el día 30, y la segunda en diciembre hasta el día 18. Está regulado por la Ley de Contrato de Trabajo.

¿CÓMO SE CALCULA?

Es muy sencillo. La clave está en identificar el “mejor sueldo” del semestre y dividirlo por dos. Por ejemplo, si en los últimos seis meses el sueldo más alto percibido fue de 600 mil pesos, entonces el aguinaldo de junio será ese monto dividido en dos, lo que da un total de 300 mil pesos.

El “mejor sueldo” incluye el salario básico, las horas extra, las comisiones y otros conceptos remunerativos que formen parte del salario. Sin embargo, no se consideran los no remunerativos, como los viáticos y los beneficios sociales, entre otras cosas. Además, está sujeto a los mismos descuentos que el sueldo habitual como los aportes jubilatorios, la obra social y, en algunos casos, el Impuesto a las Ganancias.

En caso de no haber trabajado el semestre completo, corresponde percibir el aguinaldo proporcional. Además, si una persona renuncia, tiene derecho a recibir “la parte del sueldo anual complementario” que establece el artículo 123 de la Ley de Contrato de Trabajo.



Foto: iStock.

TIPS PARA SACARLE EL JUGO

Comprando dólares desde la app Naranja X

- Dólar oficial sin límites. Se acreditan en el momento y no hay un monto mínimo de compra. Horario de operación: De 10 a 16 horas, los días hábiles.

- Invertir en dólar MEP es una alternativa legal y accesible para proteger los ahorros de la inflación. El conocido dólar del “Mercado Electrónico de Pagos” ya no tiene tiempo de *parking* —que era de 24 horas hábiles—, por lo que se acredita en el día. Horario de operación: De 11.15 a 16.15 horas, los días hábiles.

La recomendación es chequear las cotizaciones de ambas propuestas según el día y elegir la que más atractiva resulte.

Aprovechar la cuenta remunerada de Naranja X

Las cuentas remuneradas, como la que ofrece Naranja X, permiten que

el dinero gane intereses diariamente y son ideales para mantener la liquidez, es decir, acceder al dinero en cualquier momento. Son una gran herramienta para cubrir los gastos del día a día sin complicarse con inversiones más estructuradas. Son una de las propuestas de menor riesgo.

Hacer crecer tu plata con Frascos de Naranja X

Esta opción es exclusiva de Naranja X. Un Frasco es una herramienta que permite guardar el dinero mientras genera rendimientos. Se puede crear un Frasco por 12 millones de pesos o varios hasta ese monto. El dinero se puede reservar durante 7, 14 o 28 días, y cuantos más días se deja el dinero invertido, más alta es la tasa. Ahora bien, si una persona necesita recuperar el dinero antes del plazo, puede hacerlo, pero no recibirá la TNA prometida. ■

Siempre cuidando tu información personal, recordá que desde Naranja X no nos vamos a comunicar por ningún medio para reintegrarte supuestos cobros mal efectuados en el resumen o por la suscripción de la revista *Convivimos*. Si dudás de la veracidad de algún contenido relacionado con Naranja X, comunicate con nuestros canales oficiales: al 0810 333 6272 o desde la app: MÁS >> CONTACTANOS >> CHATEAR.

Viajes **NaranjaX**

VIAJÁ POR ARGENTINA

12 CUOTAS
CERO
INTERÉS

En vuelos
nacionales

Conocé más en:

viajes.naranjax.com

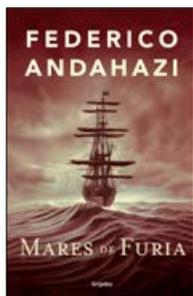
 (011) 2040-1032



CFT 0.0%

TARJETA NARANJA S. A. U. CUIT 30685378349. LA TABLADA 451, CÓRDOBA.
APLICAN TÉRMINOS Y CONDICIONES. CONSULTA LA VIGENCIA Y DEMÁS
TÉRMINOS Y CONDICIONES DE ESTE BENEFICIO EN: VIAJES.NARANJAX.COM





MARES DE FURIA
FEDERICO
ANDAHAZI

Las travesías de Hipólito Bouchard, un marino francés que luchó por nuestra independencia, como clavar la bandera argentina en California.

224 págs.
Grijalbo



PETRÓLEO
PIEL DE LAVA

Edición de la obra más destacada de este colectivo de experimentación teatral. También sus anteriores piezas: *Museo, Colores verdaderos, Neblina y Tren.*

255 págs.
Editorial Entropía

YO LEO ANA OJEDA

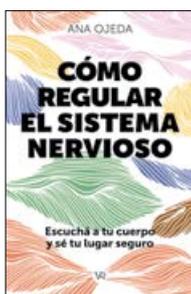


“Hay tanto ruido externo, que el interno se hace más bajito. Con tanto estímulo de pantallas y consumo, todo es hacia afuera y muy poco hacia adentro. Entonces, fuimos perdiendo esta capacidad de sentir qué está pasando dentro de mí también”, cuenta Ana Ojeda. La kinesióloga y osteópata señala que el costo de no prestarle atención a lo que dice el cuerpo “es no tomar las decisiones que necesito, las correctas. Con tanta disociación quizá como más de lo que necesito, trabajo mil horas porque no puedo parar, etc. En cambio, si lo escuchamos podemos prevenir algunas cosas”. La especialista comenta que el encargado de mantener esta comunicación cuerpo-mente es el nervio vago y que cada vez hay más interés en conocer sobre él. De hecho, le propusieron hacer un libro explicando cuáles son sus funciones, pero ella prefirió escribir uno donde hablar de todo el sistema nervioso, porque “hoy sabemos que orquesta todo desde adentro y que modulándolo todo funciona mejor”.

Así, si bien desde sus redes sociales difunde esta información, publicó el libro *Cómo regular el sistema nervioso* para llegar a más personas. “Es un poco llevar la voz. La intención es que el tema sea más masivo, sobre todo que la gente sepa que existe y que sea un disparador para buscar herramientas”, sostiene.

¿Un libro que recomiendes?

Los cuatro acuerdos, de Miguel Ángel Ruiz Macías.



**CÓMO REGULAR
EL SISTEMA NERVIOSO**

Información sobre el cuerpo humano, la respiración y el nervio vago, con herramientas para entrenar y ejercicios ilustrados.

160 págs.
VR Editoras



YA NO ESTOY AQUÍ RAYOS LÁSER

Ocho canciones con melodías y estribillos contagiosos. *Riffs* pegadizos, esencia pop y expansión sonora.

Geiser Discos



TANYA JUANA ROZAS

Con diversos géneros como pop, electrónica, baladas e indie rock, narra en canciones la vida de una mujer y sus emociones.

Sony Music

YO ESCUCHO **JAZE**



“Tengo un estilo de cantautor rapero o rap-autor. Estoy cantando, pero rapeando a la vez, tengo un punto medio”, dice Jaze. El músico peruano entró a la escena musical ganando batallas de *freestyle*, sin embargo, confiesa que lo suyo siempre fueron las canciones. “El *freestyle* me dio a conocer, entró en mi vida y me sirvió para mi proyecto, me permitió volverme un artista más completo a la hora de componer y tener una cuota de algo más moderno. Quizá si no hubiera rapeado sería un cantautor total, pero hacerlo me dio una onda distinta para decir las cosas”, comenta.

Con 25 años y seis de carrera solista, está feliz porque en su nuevo disco alcanzó el equilibrio entre esos universos musicales. “No había hecho un trabajo que me representara tanto, que me hiciera sentir tan satisfecho con la imagen que deja tanto a nivel sonido como estéticamente. Es muy honesto y personal, se hizo desde un lugar sin pretensiones”, asegura sobre *Quizá no es para tanto*, su tercer álbum.

Aunque le apasiona la palabra y le gusta escribir, la música lo conmueve. “Si bien desde niño necesitaba hablar para poder expresarme, me conecto más con lo musical. A la hora de componer, me guío cien por ciento por la melodía, trato de ver qué es lo que la música quiere decir. La voz es un instrumento”, revela.

¿Un disco que recomiendes?

Charm, de Clairo.



QUIZÁ NO ES PARA TANTO

Suena natural y sincero en once canciones frescas.

Sony Music



MACACO

Presenta todos sus clásicos y sus nuevas canciones.

5 de junio, en Rosario; 6, en La Plata; 8, en Mendoza; 14, en CABA; y 15 en Córdoba.



DIEGO TORRES

Recorre el país con su *tour* Mejor que Ayer.

7 de junio, en Tucumán; 8, en Salta; 21, en Córdoba; y 27 y 28, en CABA.

DESDE LA PISTA **NAFTA - MAGAMO**



Desde 2016, el crecimiento de Nafta es imparable. La banda gana prestigio y seguidores a medida que pasan los años, los *shows* y los discos. “El alcance que tenés siendo independiente es más lento que si contás con la industria bombardeando con tu música en todos lados. Necesitás tiempo para que la gente se vaya enterando que existe tu proyecto, por eso Nafta va creciendo”, analiza Magamo, el líder de esta formación de diez músicos.

Además, confirma que no hay secretos ni fórmulas para el éxito que van cosechando en el país y en el mundo. “La propuesta artística es muy interesante, y no es un proyecto pensado para pegarla, son las inquietudes de un grupo de personas que hacen la música que quieren y que desean escuchar. Te puede gustar o no, pero Nafta es algo muy real, genuino y honesto”, expresa el cantante y guitarrista.

“Siento que el grupo hace un gran aporte a la música nacional. El *soul* es un estilo que en la Argentina no sonó tanto y fue difícil llevarlo a algo propio”, dice y continúa: “Con el *soul* no hubo un ejemplo claro, como sí pasó con el rock nacional. Entonces, Nafta podría ser el ejemplo más popular o masivo de una banda que logra traer esos sonidos para adaptarlos a nuestra identidad y lenguaje”.

¿Un recomendado para disfrutar en vivo?

Militantes del Clímax.



NAFTA

Un recorrido por todas sus canciones.

5 de junio en Santa Fe; 6, en Córdoba; y 7, en Rosario.



LA SIRENITA

Para poder dejar su hogar bajo el mar, Ariel deberá desafiar a su padre, Tritón, escaparse de la malvada Úrsula y convencer al príncipe de que ella es la voz de la que se enamoró.

Desde el 5 de junio, en Teatro Gran Rex, Av. Corrientes 857, CABA.



GISELLE

Una historia donde el amor trasciende lo imposible. Es la versión coreográfica de Guido De Benedetti de esta obra ícono del *ballet* romántico, con la música de Adolphe Adam.

27 y 28 de junio, a las 20, en Teatro Avenida, Av. de Mayo 1222, CABA.

EN ESCENA **NATALIA PELAYO**



Foto: Arnaldo Colombaroli.

Si bien la danza clásica está en el ADN de Natalia Pelayo, porque la acompaña desde la infancia, asegura que está abierta a explorar otros lenguajes, y así experimentó con la actuación en cine, por ejemplo. “En paralelo a la profesión he podido incorporar otras experiencias artísticas que me han amplificado y dado versatilidad para no quedar encasillada solamente en el *ballet*”, cuenta la primera bailarina del Teatro Colón. Por eso, se sumó al elenco de *Sumaj Pachamama*, una propuesta donde se unen canto y movimiento. “Es hermoso entrar en contacto con un legado de canciones nuestras que reflexionan sobre el rol de las mujeres y el legado de la madre tierra. No siempre estamos en contacto con cuestiones sobre nuestra identidad, me pareció una linda oportunidad de ahondar en nuestra propia historia”, comenta sobre la obra. Le gustaría que hubiera más propuestas así en la escena nacional, porque “es valioso que los hechos artísticos puedan estar al servicio para ayudarnos a aprender y a entendernos un poco más”.

Confiesa que subir al escenario la entusiasma como el primer día: “Es un lugar que me enciende, que intensifica la sensación de estar viva; a la vez, es un alivio existencial y un espacio revelador de nuevas formas de ver la vida y el mundo”.

¿Una compañía que recomiendes?

El Ballet Contemporáneo del Teatro San Martín.



SUMAJ PACHAMAMA

Con la voz de Charo Bogarín, el musical evoca voces ancestrales en lenguas originarias para reivindicar los valores femeninos. El cuerpo de baile, integrado por bailarines del Colón, acompaña en este viaje al origen de la vida.

14 de junio, a las 20:30, Fundación Beethoven, Av. Santa Fe 1452, CABA.



**BAILARINA
(CINES)**

Eve Macarro es una asesina entrenada por la Ruska Roma desde su infancia, la misma organización criminal encargada del adiestramiento de John Wick. En esta violenta historia de venganza, Eve intentará por todos los medios averiguar quién está detrás del asesinato de su padre.



**EXTERMINIO:
LA EVOLUCIÓN
(CINES)**

Pasaron casi tres décadas desde que el virus de la rabia escapó de un laboratorio de armas biológicas. Uno de estos grupos de sobrevivientes se embarca en una misión y descubre secretos, maravillas y horrores que han mutado no solo a los infectados, sino también a otros supervivientes.

YO VI **MATÍAS FERREYRA**



“Las películas están para poner temas de conversación en la agenda cultural”, dice Matías Ferreyra, el realizador cordobés que este mes estrena en el cine *Una casa con dos perros*. En su ópera prima, le propone al espectador dos líneas de reflexión. Por un lado, los vínculos familiares: “Poder correrlos de esa mirada romántica de la familia y de las lealtades invisibles que hay, mi intención fue acercarme a un retrato desconfiado de la familia, la cual puede ser un lugar peligroso para crecer”. Y por otro, sobre diciembre de 2001, el contexto que encontró para narrar esta sensación de desamparo y asfixia. “El film revela cierta relación tóxica que tenemos los argentinos con la crisis, como una reincidencia cíclica cada tantos años. En ese sentido, adquiere una mirada política sobre la actualidad que no trabajé de manera consciente cuando comencé el guion. Me parece que está bueno cuando pasa eso con las películas, porque demuestra que son un organismo vivo que dialoga y se transforma”, comenta.

Por eso, confirma que la película no es para relajarse y desconectar, “es una experiencia un poco incómoda, un relato que no es tan fácil de procesar”. “Está parada desde el lado oscuro de las cosas, no trata de resaltar lo luminoso del ser humano, sino más bien de ciertas oscuridades”, concluye el director y guionista.

¿Una película que recomiendes?

Love Streams, de John Cassavetes.



UNA CASA CON DOS PERROS

En plena crisis del 2001, la familia de Manuel se muda a la de su abuela. En una guerra por ocupar los espacios de la casa, el niño siente que su familia no es un lugar seguro. En su abuela encuentra complicidad y un inesperado modo de resistir.

Estreno 29 de mayo en Cine Gaumont (CABA); 5 de junio en Cineclub Municipal Hugo del Carril, Córdoba.

Máxima velocidad

Este mes, Brad Pitt llega a toda velocidad a las pantallas de los cines con la película *F1*. Abróchense los cinturones y prepárense para saber todo sobre este film.

Por Leo González

Sonny Hayes era el piloto más prometedor de la Fórmula 1 durante la década del 90, hasta que un accidente casi acaba con su carrera.

Ahora solo queda el recuerdo de lo que fue y un apodo que lo dice todo: “El más grande que NUNCA existió”. Treinta años después, Hayes es un corredor nómada a sueldo cuya vida está a punto de cambiar cuando Rubén Cervantes, su excompañero y propietario de un equipo de F1, se pone en contacto con él porque está en dificultades. Cervantes lo convence de regresar a la apasionante categoría para salvar su empresa y lograr lo que no pudo hace tres décadas: ser el mejor de todos. Hayes conducirá junto a Joshua Pearce, el novato estrella que intenta dejar su propia marca. A medida que los motores rugen, el pasado de Sonny lo alcanza, y este descubre que en la Fórmula 1 su compañero de equipo es su competencia más feroz y que el camino a la redención no es algo que pueda recorrer solo.

De esto trata la nueva película de Brad Pitt en la que trabaja junto a Javier Bardem y Damson Idris, y que está producida por el mismísimo Lewis Hamilton. Hay una teoría nunca comprobada —pero con ejemplos que sobran— que dice que cuando un actor alcanza la categoría de “estrella de Hollywood” sí o sí debe tener en su filmografía una película sobre carreras. Sí, puede ser algo agarrado de los pelos, pero acá abonamos a ella. Vamos a comenzar a solidificarla con James Garner y *Grand Prix* (1966). El corredor Pete Aron es expulsado de su equipo por ser responsable en un accidente en el que resultó herido un colega británico, Scott Stoddard. Cuando piensa que su carrera está acabada, es fi-



Brad Pitt, protagonista de *F1*.

chado por un equipo japonés. Aron triunfa a nivel profesional y también en el amor, de la mano de la mujer de Stoddard. En 1969, Paul Newman protagonizó junto a Joanne Woodward *500 millas*. Frank Capra es un experto piloto que antepone competir y ganar ante todo lo demás. Por culpa de esta obsesión se encuentra a punto de perder a su mujer, quien está cerca de caer en los brazos de su máximo rival en las pistas. Este listado no estaría completo sin Steve McQueen y *Las 24 Horas de Le Mans* (1971). Michael Delaney es un piloto norteamericano que vuelve a Francia para participar en la mítica carrera automovilística de Le Mans, tras haber estado un año alejado por una herida. Allí se enamorará de Lisa, la viuda de otro piloto que murió en el mismo acciden-

te. No podemos dejar de nombrar a Tom Cruise y *Días de trueno* (1990), en donde personifica a Cole Trickle, un joven temerario y ambicioso que busca alcanzar la gloria consiguiendo la Copa Winston de Daytona 500. Por último, cerramos con *Contra lo imposible* (2019), con Christian Bale. El diseñador de autos Carroll Shelby y el conductor Ken Miles se unen para construir un revolucionario coche de carreras para Ford y retar a Ferrari en Le Mans en 1966.

¿Y? ¿Suscriben o no a la teoría? Más allá de eso, pasan los años y los largometrajes sobre carreras siguen siendo superatractivos. No esperen más, pongan primera y aceleren directo a su sala más cercana para disfrutar de esta nueva película. **■**

La Página en Blanco



Usala para escribir, dibujar, expresarte. Enviála a lectores@naranjax.com ¡Y participá por un libro!

¡Te leemos!

Envianos tus datos para contactarte

Nombre y apellido _____

Ciudad _____ Celular _____

El presente concurso se llevará a cabo entre el 01/01/2025 al 30/06/2025 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 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.

Otoño con capibaras

Los capibaras (carpinchos) son los protagonistas de este mes con dos obras de arte que los retratan enamorados. También, la fuerza de un personaje de anime que llega desde Campo Quijano.



EL SÚPER SAYAYIN DORADO

“¡Hola! Me gusta desde muy pequeño dibujar sobre mis animes favoritos. En esta página dibujé a Goku Súper Sayayin 1. Soy de Campo Quijano, Salta, el pueblito más hermoso”.

Franco Fernández
(11 años, Campo Quijano)

CABI ENAMORADO

“Hice un capibara porque me encantan, soy una fanática de ellos. Mi *hobbie* es dibujar”.

María José Castillo Flores
(8 años, Caucete, San Juan)



EL CAPIBARA MODELO

“Hice el dibujo porque me gustan los capibaras que están de moda y me gusta dibujar, y así cuidar a los animalitos. Mi *hobbie* es hacer obras de arte”.

Nicol Ulloa Pérez
(9 años, Neuquén)

OTOÑO

Siempre sostuve que la felicidad está en las cosas que no planeamos, en las que no vemos venir, esas que aparecen de la nada, como los suspiros de los amores nuevos o los chaparrones de verano. Pero últimamente este mundo se está volviendo previsible, y esas cosas se van extinguiendo.

A cierta edad, la llegada del otoño genera la misma emoción que el arribo de una colorida primavera. Si bien en primavera las flores explotan y llenan los espacios de colores, las sacudidas otoñales de los arces y los fresnos revoleando hojas amarillas por todas partes embellecen la sensación de la caída. Lo que se desprende logra hacerlo suavemente y a tiempo, iluminando el aire en su transcurso. No todo lo que cae es derrumbe.

Esas suaves brisas permiten contemplar cómo los árboles ofrecen el espectáculo de su paulatina desnudez, iluminada con tantas tonalidades como sea posible imaginar. Desde el anaranjado prepotente hasta la estridencia de un amarillo flúor o la brillantez de un rojo acaramelado. De golpe pienso: ¿cómo hacen los árboles para renovarse todas las estaciones y seguir siendo lo que eran?

Debemos aprender del mundo vegetal, dejarnos alcanzar por sus reglas. Renovarnos en cada estación, como una meta de vida para que la savia nueva nos llene con su inagotable poder. Y hacerlo así, como venga, sin planearlo demasiado y según vaya saliendo de acuerdo a los sentimientos del momento.

En un otoño renovado, es posible volver a recorrer las calles como si el mundo fuese nuestro, como si

todo estuviese a nuestros pies, como si fuésemos a poblarlo de criaturas maravillosas, de niños y de sueños, refundando mundos a cada minuto, dejando un reguero de flores y de buenos deseos en el camino. Elegir el sendero que más nos guste, susurrando al oído de quien quiera escucharlo: “No importa el tiempo, ser feliz es lo único que vale”. Volver a ser un animal salvaje paseando por la selva, siguiendo el instinto que equilibra la naturaleza. Sumar más viajes, más mar con quienes más queremos. Y alimentarnos con nuevas lecturas. En los libros, la salvación completa todavía es posible, como cuando mi madre vivía. Volver a sentir un mosaico de nuevas sensaciones, mientras vamos haciendo una suerte de balance de vida, vínculos, lecturas y escritura.

No importa que después lleguen los fríos. Y no me refiero solo a cuestiones climáticas. El frío social, la soledad de muchos, la solidaridad empobrecida, ideales que se vuelven cálculos en lugar de ilusión. Pero dejemos eso para cuando venga el invierno. Ya veremos en qué nos reconvertimos y cuál será nuestra optimista metamorfosis.

Por eso, en este momento, me estimulan las hojas amarillas de los fresnos, como si nos dijeran tenuemente que nos vayamos preparando para algo no planeado en este equinoccio. El otoño, con su paleta de ocre, permite comprobar que la belleza del instante acentúa la existencia del ser humano en la Tierra. Lo hace sensible y poderoso. Y eso debería ser el mejor combustible para lanzarnos a vivir una nueva aventura. **C**

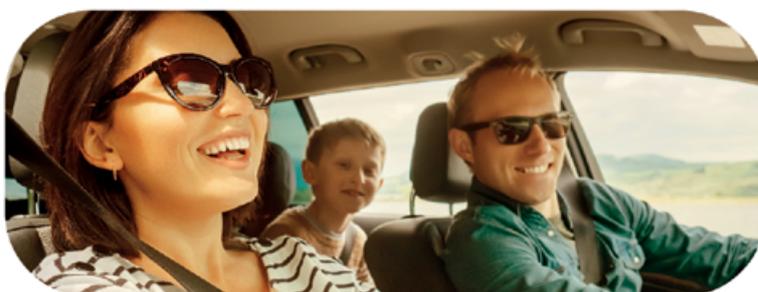
**“DEBEMOS
APRENDER
DEL MUNDO
VEGETAL,
DEJARNOS
ALCANZAR POR
SUS REGLAS”.**

FERNANDO MEDEOT

Facebook: Fernando Medeot



Estamos en todo para que te animes a más.



#PedíGaliciaSeguros #AnimateAMás

0800-555-9797

Compañía Aseguradora: Galicia Seguros S.A.U. Tte. Gral. Juan Domingo Perón 430, piso 6, CABA. CUIT 30-68714552-2. N° de Inscripción en SSN 0589. N° de Inscripción en IGJ 12.571. Agente Institorio: Tarjeta Naranja S.A. CUIT: 30-68537634-9. Contratación de la cobertura sujeto a verificación y análisis de Galicia Seguros S.A.U. Consultá requisitos de asegurabilidad, riesgos no cubiertos y cobertura del seguro llamando al teléfono 0800-444-0810 o en www.galiciaseguros.com.ar. Superintendencia de Seguros de la Nación: 0800-666-8400. 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° 25.326. LA AGENCIA DE ACCESO A LA INFORMACION PUBLICA, en su carácter de Organismo de Control de la Ley 25.326, tiene la atribución de atender las denuncias y reclamos que interpongan quienes resulten 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/politicasprivacidadprotecciondatospersonales>.

SOLO: ¿CON O SIN TILDE?

Convivimos con la lengua y, como toda convivencia larga, a veces discutimos. Uno de esos conflictos que vuelve una y otra vez a la mesa es el uso de la tilde en “solo” cuando funciona como adverbio (solo=solamente). Muchos crecimos escribiéndola (“Vendré sólo si me llamas”) y sintiéndonos seguros con esa tilde compañera. Hasta que, un día, la Real Academia Española (RAE) dijo: “Esa tilde, mejor no”.

Y empezó el revuelo.

La historia es así: desde 1959 la RAE permitía tildar “solo” adverbial si había riesgo de ambigüedad. O sea, si una oración podía interpretarse de dos maneras. Por ejemplo: Trabajo solo los domingos. ¿Significa que trabajo únicamente los domingos o que los domingos trabajo sin compañía? En esos casos, una tilde nos “aclaraba” la intención: Trabajo sólo los domingos (únicamente) o Trabajo solo los domingos (sin compañía).

Pero en 2010 llegó la reforma ortográfica y todo cambió. En el libro *Ortografía de la lengua española*, la RAE afirmó que ni “solo” adverbial ni los pronombres demostrativos (este, ese, aquel, etc.) deben llevar tilde, ni siquiera en casos de posible ambigüedad. La razón: el contexto suele ser suficiente para interpretar el sentido correcto, y colocar la tilde va en contra de las normas generales de acentuación (las palabras graves terminadas en ene, ese o vocal no llevan tilde).

Lo que se desató después fue más emocional que lingüístico.

Gabriel García Márquez ya lo había anticipado en el Congreso Internacional de la Lengua Española de 1997: “Jubilemos la ortografía, te-

rror del ser humano desde la cuna”. Y aunque esa frase siempre fue provocadora más que literal, algo de eso late en cada modificación normativa. Porque la ortografía no es solo una convención: es también costumbre, seguridad, memoria.

A más de una década del cambio, la tilde en “sólo” sigue apareciendo en titulares, tuits y textos escolares. Es como un ex que nos escribe los domingos: sabemos que no deberíamos responder, pero a veces lo hacemos igual.

En 2023, la RAE volvió a suavizar su postura. Aclaró que, si el autor lo considera necesario para evitar ambigüedad, puede tildar “solo” sin culpa. Pero enfatizó que no es obligatorio ni siquiera recomendable en la mayoría de los casos.

Entonces, ¿qué hacemos? Mi consejo: como en toda convivencia, escuchemos el contexto. Si la oración es ambigua y de verdad importa que no lo sea, la tilde es un recurso válido. Si no, mejor dejarla ir.

Escribir bien no es seguir reglas con rigidez, sino con inteligencia. Y como dijo el lingüista José Antonio Millán: “La ortografía no es la lengua. La lengua vive; la ortografía sobrevive”.

Al final, la lengua es un organismo vivo que evoluciona con nosotros. Cada cambio nos invita a reflexionar sobre cómo nos comunicamos y por qué. Quizás el verdadero desafío no sea decidir si poner o no una tilde, sino aprender a expresarnos con claridad y precisión, independientemente de las reglas ortográficas del momento. La próxima vez que dudes, recordá: la mejor escritura es la que comunica eficazmente tu mensaje. 

“ESCRIBIR BIEN NO ES SEGUIR REGLAS CON RIGIDEZ, SINO CON INTELIGENCIA”.

AGUSTINA BOLDRINI

LinkedIn: Agustina Boldrini



NaranjaX

3 y 17 de junio

SMARTES

**25% OFF 3 CUOTAS
CERO INTERÉS
PLANZ**

SIN TOPE DE REINTEGRO

**EN LAS MEJORES MARCAS DE
INDUMENTARIA Y SHOPPINGS**

CON TU TARJETA DE CRÉDITO NARANJA X



naranjax.com/smartes

CFT 0.0%

TARJETA NARANJA SAU. CUIT 30-68537634-9. CONSULTÁ LA VIGENCIA Y DEMÁS
TÉRMINOS Y CONDICIONES EN: WWW.NARANJAX.COM/SMARTES

DIESTROS Y SINIESTROS

Florencia, agosto del año 1473. En el taller de Andrea del Verrocchio, Leonardo prepara el atril para culminar su primer dibujo. Realizada con tinta, la obra muestra trazos efectuados tanto con la mano derecha como con la izquierda.

Leonardo había nacido con habilidad izquierda, pero era ambidiestro, ya que las creencias de la época lo forzaron a ejercitar la mano derecha. No era una novedad renacentista; desde tiempos inmemoriales, la zurdera cargaba con connotaciones negativas –de provocar mala suerte o mala salud– al vincularla con “fuerzas demoníacas”. Las mujeres zurdas, consideradas brujas, terminaban en la hoguera.

Con menos violencia, pero idéntico énfasis, hasta inicios del siglo XX se asumía que los zurdos debían ser corregidos. Médicos y educadores obligaban a los niños a escribir con la mano derecha, inmovilizando la otra si se resistían.

Cuando fueron evidentes las consecuencias negativas en los llamados “zurdos contrariados” (trastornos motores y de aprendizaje), la tendencia comenzó a mermar, permitiendo a los niños utilizar las extremidades más hábiles.

Por razones culturales, en la actualidad algunas comunidades aún obligan a usar la mano derecha para acciones cotidianas y relegan la izquierda para la higiene personal, por ser la “mano impura”.

Las personas con zurdera –lateralidad izquierda– representan una minoría, ya que el 90 por ciento de la población mundial es diestra.

Cada hemisferio cerebral controla los movimientos corporales del lado opuesto, y todo condicionado por múltiples genes que determinan cuál será el hemisferio dominante.

La consolidación de la lateralidad es muy variable, entre los dos y

**“CADA
HEMISFERIO
CEREBRAL
CONTROLA LOS
MOVIMIENTOS
CORPORALES DEL
LADO OPUESTO”.**

los cuatro años de edad. Muchos son ambidiestros por más tiempo.

Si bien no hay herencia directa, los hijos de padres zurdos tienen mayor probabilidad de ser zurdos, así como los gemelos idénticos de ser ambos diestros o zurdos en comparación con los gemelos no idénticos (u otros hermanos).

Pasó el tiempo; ya no se queman brujas zurdas ni se ata la mano izquierda a los niños. Sin embargo, persiste una fuerte connotación en las palabras que nombran a lo diestro y a lo siniestro.

Se dice que quien utiliza su mano derecha es diestro, lo que, según los diccionarios, significa ser “hábil”. “Andar derecho” es tener suerte, seguir el rumbo correcto.

El antónimo de “diestro” es “siniestro” (del latín *sinister*, izquierdo), palabra que, sin embargo, se interpreta hoy como algo “funesto, maligno o desastroso”.

Buen augurio es comenzar “con el pie derecho”, en tanto, lo realizado “por izquierda” huele a fraude, a ilegal.

A los hábiles bilaterales se los llama “ambidiestros”. ¿Es que nacieron con dos manos derechas?

(En política, los términos “izquierda” y “derecha” provienen del sitio que ocupaban las fracciones enfrentadas durante la Revolución francesa: los partidarios del rey se sentaban a la derecha en la Asamblea Nacional, mientras que los revolucionarios lo hacían a la izquierda).

Más allá de la genética y la educación, más que la lateralidad hoy interesa el respeto por la diversidad humana en todas sus expresiones.

Florencia, agosto de 1473. Leonardo, un zurdo contrariado, termina su grandiosa primera obra: *Paesaggio*. Hecha a dos manos. ■

ENRIQUE ORSCHANSKI

orschanski@gmail.com



FELIPE PIGNA
elhistoriador.com.ar



EL AMIGO DE SAN MARTÍN

A través de su hermano Justo, San Martín conoció en París a Alejandro Aguado. Nacido en 1785 en Sevilla, era miembro de una rica familia de terratenientes y negociantes vinculados al comercio con Cuba y ayudaría económicamente a nuestro Libertador, con quien mantendría una gran amistad.

En las paredes de su palacete podían admirarse antiguos gobelinos y cuadros de Tiziano, Leonardo da Vinci, el Tintoretto, Rembrandt, El Greco y Murillo, entre otras maravillas.

Entre las figuras que gozaron de su mecenazgo y frecuentaban sus mansiones se encontraban Víctor Hugo, Lamartine, Delacroix, Balzac y el célebre músico italiano Gioacchino Rossini, autor de *El barbero de Sevilla*, *Otelo* y *Guillermo Tell*, quien compuso y estrenó una ópera para el bautismo del segundo hijo de Aguado, Olimpio Clemente, en una fastuosa celebración con unos 3000 invitados.

La amistad crecía y eran frecuentes las visitas y hasta las estadías del Libertador en la casa de Aguado, donde disfrutaba de la enorme y selecta biblioteca, se extasiaba frente a los cuadros de pintores que tanto admiraba y participaba animadamente de las reuniones y las veladas con aquellas celebridades parisinas.

En 1842 su amigo Aguado le propuso que lo acompañara en un viaje que debía emprender a España. La oferta era interesante, podría visitar a su hermana María Elena y recorrer algunos de los lugares en los que habían transcurrido sus años de adolescencia y su primera adultez. El general no era muy afecto a los trámites y dejó que su amigo se encargara del asunto. Cuando todo estaba a punto para emprender la travesía, Aguado le informó que



Ilustración: Pini Arpino

el reino de España no le permitiría ingresar a su territorio como general de las repúblicas de Argentina, Chile y Perú, sino como un simple particular. Aguado hizo uso de sus influencias del más alto nivel en la Corte de Madrid para solucionar la cuestión, pero no hubo caso, para España San Martín seguía siendo un subversivo. Cuando le contó las novedades a su amigo, este le dijo que lejos de ocultar o disimular su condición de general insurgente, deseaba exhibirla, porque uno de sus mayores blasones era el haber luchado por la libertad de sus hermanos americanos. Lo que no sabía el general era que además de dejar claramente a salvo su dignidad, estaba salvando su vida.

Aguado lo comprendió, lamentó profundamente que su amigo no lo acompañara y partió hacia Asturias a inspeccionar sus industrias mineras. Mientras se dirigía en diligencia hacia Gijón, lo sorprendió una

tremenda tormenta de nieve. Tanto el carruaje en el que viajaba como el que transportaba su voluminoso equipaje quedaron varados. Contra todos los consejos, el marqués insistió en seguir viaje a pie. Cuando llegó a Gijón, estaba a punto de congelarse. Al arribar al hotel pidió urgentemente comida caliente, y mientras trataba de compensar con la cena todo el frío sufrido, murió sentado a la mesa, aparentemente de un ataque de apoplejía el 12 de abril de 1842, a los 56 años. Tras el funeral en el cementerio de Père Lachaise en París, el notario de Aguado le leyó el testamento a su amigo San Martín, donde se lo declaraba oficialmente tutor de Alejandro, Olimpio y Onésimo Aguado; se le asignaba un sueldo de 4000 francos mensuales, un legado para compartir con los deudos de 30.000 francos y las joyas de uso personal. ◻

UNA LAVANDERÍA QUE TRANSFORMA VIDAS

Con apenas un lavarropas y mucha voluntad, un grupo de mujeres en situación de encierro y en libertad fundó en 2021, en Santa Fe, Manos Libres, una lavandería artesanal que hoy es ejemplo de inclusión social.

POR VIVIANA LORENTE

Y o les dije: 'Chicas, primero hay que saber dónde vamos a meternos y con qué medios económicos contamos', porque no teníamos ni un peso partido al medio", dice Sandra Valdés, presidenta de la cooperativa de trabajo Manos Libres Limitada, una lavandería que nació de la voluntad de un grupo de mujeres en situación de encierro en la Unidad Penitenciaria N° 4 de la ciudad de Santa Fe.

Fue en 2021, con los resabios de la pandemia, que esta iniciativa abrió sus puertas al público. En ese entonces solo contaban con un lavarropas y muchas ganas de salir adelante. Hoy las integrantes societarias suman 12 y no todas están o estuvieron privadas de su libertad. Algunas vienen de vivir en contextos vulnerables, otras son víctimas de diversas situaciones de violencia. "Nosotras tratamos de darles un lugarcito acá si saben lo que es el oficio", cuenta Sandra.

Las puertas de la lavandería están abiertas de lunes a viernes de 8 a 17 horas y funciona sobre la calle Urquiza 3186 de la capital santafesina. "Para mí, la cooperativa es como una familia, nos sentimos apoyadas. Yo no sé ha-

blar muy bien como quien dice, pero me siento bien porque salgo de ese lugar feo y sé que tengo trabajo, porque hoy es difícil conseguir trabajo, más en nuestra situación", dice Graciela, una de las integrantes de Manos Libres.

Algunas de ellas aprendieron el oficio de lavanderas dentro de la unidad penitenciaria, puesto que era el trabajo que realizaban. Pero no se trata solo de un trabajo, también representa el aprendizaje de una herramienta para hacer frente a su vida en libertad.

Todo surgió al interior de la unidad penitenciaria, donde un grupo de mujeres privadas de su libertad participaban en reuniones con terapistas ocupacionales y trabajadoras sociales de la Universidad Nacional del Litoral. Allí recibían formación sobre la administración de una cooperativa, pero también aprendían en cada encuentro el significado de pertenecer a un núcleo asociativo. En ese lugar, se encendió la chispa.

Aprendieron a lavar, a planchar, a blanquear y a hacer el trabajo de apresto, pero también a resolver las cuestiones de logística que acarrea el negocio. No fue fácil, pero después de cuatro años, el negocio funciona y buscan expandirse.

El trabajo más fuerte que realizan en Manos Libres es el lavado artesanal, es decir a mano. Además, empaquetan la ropa, atienden al público y hacen todo lo que exige el servicio de lavandería. Se encargan de dejar impecables camisas, trajes, manteles y sábanas, entre otras prendas. Calculan que por día reciben entre 300 y 400 unidades para lavar.

"Nosotras hacemos blanqueamiento de camisa, cuello, axilas, desmanchado de suéter, *jogging*, todo lo que se te ocurra, blanqueamiento de sábana, de mantel, hay manteles antiguos de abuelas que vienen de más de 80 años, te juro que es una belleza lo que traen", señala Sandra con orgullo.

Como cooperativistas, van generando sus ganancias y cada semana reciben su paga.

Para Alicia González, ser parte de este grupo también representa un ingreso para ayudar a su familia. "Me encanta estar en la cooperativa", lanza. Nahiara, que tiene 20 años, dice que Manos Libres significa mucho porque gracias a la cooperativa tiene trabajo. "Además me gusta el ambiente, somos muy unidas, nos ayudamos mutuamente".



Integrantes de Manos Libres. Foto: Gentileza Eliana Valdez.

**“Queremos tener el sello que diga que cuidamos el medioambiente”.
Sandra Valdés**

El modelo de aprendizaje, trabajo e inserción ha despertado el interés en países como Chile, Uruguay, Brasil y diferentes provincias argentinas. Pero llevar el negocio adelante no ha sido tarea fácil y han tenido que pedir ayuda a diferentes organismos para poder sostener el proyecto. Hoy está en pleno funcionamiento y buscando alianzas, como con el Programa Espuma, por ejemplo, una iniciativa que recicla aceite usado para fabricar jabón evitando así contaminar el agua. “Queremos tener el sello que diga que cuidamos el medioambiente”, indica Sandra.

Esta cooperativa que comenzó con apenas dos personas y dos clientes ha logrado crecer hasta convertirse en una organización sólida y reconocida, y hoy estas 12 mujeres se plantean ser pioneras en iniciativas como el primer lavadero de triple impacto. Pero no solo eso, también quieren conformar un equipo de ayuda terapéutica para acompañar a quienes enfrentan problemáticas personales o dificultades en su entorno. “Todos, en algún momento, necesitamos apoyo”, reconoce Sandra.

En la diaria, no todo es trabajo para ellas. También se hacen su espacio para desayunar y almorzar juntas, porque de

eso se trata el cooperativismo. La conversación es clave en el día a día, pero reconocen que jamás pierden el objetivo laboral por cumplir.

Estas mujeres que aumentaron su número de clientes en los años que llevan adelante el negocio pueden acceder a comprar lo que desean sin tener que depender de prestamistas o usureros que se aprovechan de sus circunstancias. “Aquí les decimos: ‘Vos trabajá, ahorrá, podés comprar y acceder a servicios como a una clínica privada cuando la atención pública no puede esperar’”, menciona la presidenta.

Además, explica que para hacer el trabajo en la lavandería se necesita poner el cuerpo. “Uno tiene que valorar eso, el sentido de obligación y responsabilidad que tienen, porque hay que contar con mucha fuerza de voluntad para venir y hacer lo que ellas hacen, es un trabajo sacrificado. Es muy corporal”.

Sueñan con hacer crecer el negocio, crear más puestos de trabajo y sobre todo incorporar la costura en el eje laboral. También quieren realizar confecciones a medida y hacer bisutería. Y si hay algo certero que observa Sandra es que “a estas chicas les sobra garra”. 

Pantallas saludables

Cuáles son los monitores de PC que protegen los ojos y la vista del usuario. Las mejores opciones tanto para el trabajo como para el entretenimiento.

Por Ariel Hendler

A la hora de elegir un monitor para la PC, que todavía es insuperable para ciertas funciones del trabajo y el entretenimiento, es importante tener en cuenta que traiga funciones inteligentes para preservar a nuestros ojos de los reflejos y radiaciones dañinas. Estas pantallas, englobadas en el término *eye care* (“cuidado de los ojos”), se caracterizan por aliviar o directamente neutralizar los efectos nocivos de la exposición prolongada a las pantallas. Pero, además, se ajustan en forma inteligente a la necesidad del usuario y el ambiente.

Por eso, si se desea una imagen nítida y constante, lo recomendable es tener un monitor con la frecuencia más alta posible de actualización o “refresco” de la luz que retroilumina la pantalla; sobre todo para mirar contenidos con mucho movimiento, como videos o animaciones. La solución –sobre todo si es para uso intensivo– es un monitor con una frecuencia de actualización de pantalla de 120 Hz (hercios), lo cual significa que la imagen se actualiza 120 veces por segundo, mientras que para un uso más ocasional es suficiente una de 60 Hz.

Los monitores que cumplen con estas premisas, como Samsung View Finity S6, Asus VA27EHF o BenQ GW2480, con pantallas de entre 20 y 30 pulgadas, se caracterizan por ofrecer la tecnología conocida como Flicker-Free (“libre de parpadeo”), que reduce el guiño o titileo de la pantalla, un problema que si se lo descuida puede afectar a los ojos. En concreto, quiere decir que, si se usa una pantalla no apropiada muchas horas al día, hay muchas más posibilidades de sufrir fatiga visual, incomodidad, dolores de cabeza y, en algunos casos, problemas del sueño y la atención.

Pero también existen modelos mucho más avanzados, como el BenQ GW2283, con su función Brightness Intelligence (“brillo inteligente”), o los Samsung M8, M7 y M5 con su Adaptive Picture (“imagen adaptativa”), capaces de adaptar el nivel de claridad y el brillo en pantalla a la luminosidad del ambiente según la hora del día y la luz del entorno. De esta forma, pueden ajustar automáticamente el brillo de la pantalla a la necesidad real, sin que sobre ni falte luminosidad.

Por otro lado, todos los monitores mencionados incluyen filtros que protegen a nuestros ojos de la muy mentada “luz azul” que emite la pantalla y que es causa habitual de fatiga en los ojos (aunque no de enfermedades oftalmológicas, como suele creerse). En suma: trabajar en la compu puede ser saludable para la vista –y por eso también más productivo– si se toman las precauciones adecuadas. ■

JUGAR SIN RIESGOS

Si hay un uso de la PC que exige un esfuerzo hiperexigente a la vista es el *gaming*, por la velocidad con que se suceden las imágenes cuando se juega en la pantalla. En este rubro, el monitor Asus VY249HGE 23.8" LED IPS es uno de los más saludables por su retroiluminación led, buen refresco de imagen (144 Hz) y baja luz azul. También el LG Ultragear 24GQ50F-B, con una óptima frecuencia de refresco (165 Hz) y una gran flexibilidad para ajustar su inclinación y altura. A su vez, los modelos recientes de la marca Acer incorporan la función inteligente BlueLight Shield (“blindaje contra la luz azul”).

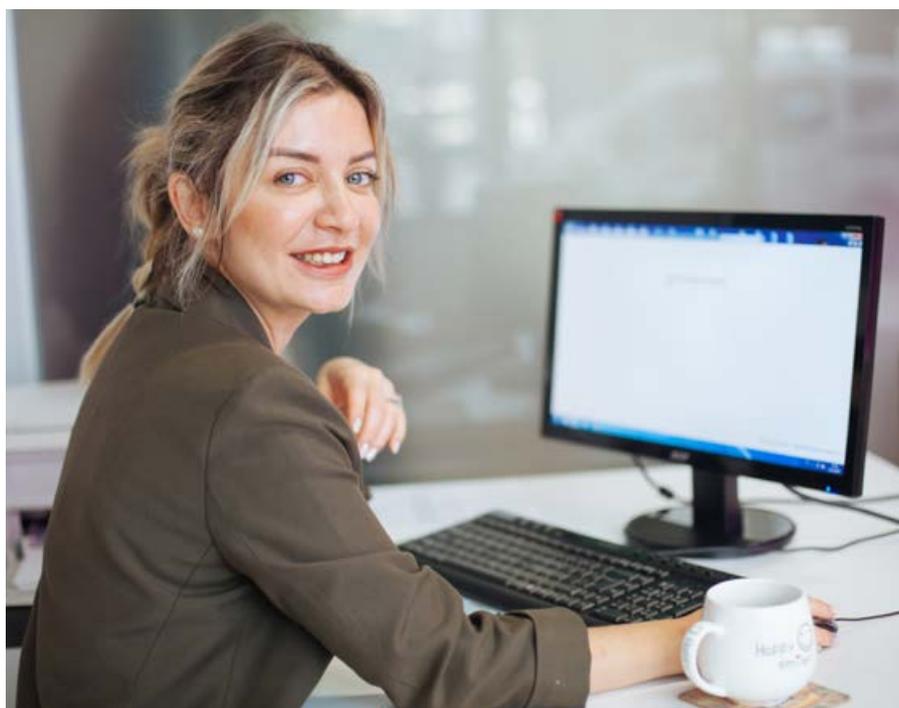
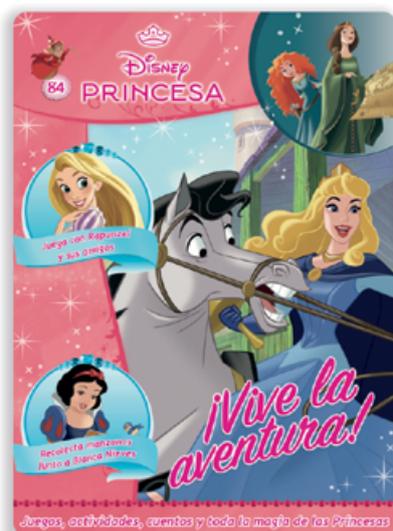


Foto: iStock.

NaranjaX

Pedí las mejores revistas infantiles



Y recibí la tarjeta Clarín 365 con más de 900 descuentos



Más acceso ilimitado a Clarín.com

Escaneá el QR y suscribite



CÓMO ENVEJECER INTELIGENTEMENTE

Casi ocho millones de personas tienen más de sesenta años en nuestro país. ¿Se puede instrumentar alguna estrategia con la finalidad de lograr una vejez más prolongada pero lo más plena, significativa y feliz que sea posible?

POR GUILLERMO BUSTOS*

Para poder lograr algún éxito en este planteo, es imprescindible tener previamente una actitud mental positiva. Una mentalidad que se puede cultivar para lograr un optimismo vital que nos permita darle sentido y satisfacción a nuestra vida.

Se puede modificar el proceso de envejecimiento si uno logra descubrir la poderosa relación mente-cuerpo.

Lo primero es querer ser un adulto mayor con ganas de vivir la tercera etapa de la vida con optimismo y entusiasmo. Animarse a elegir entre un “viejo cho*o” o una persona con años y con deterioros físicos y mentales progresivos, pero parada en la convicción y el deseo de vivirlos con toda la intensidad que nuestro organismo y nuestras posibilidades económicas lo permitan.

Los gerontólogos han descubierto que cuando un adulto mayor decide adoptar un mejor estilo de vida, cambiando sus hábitos, la expectativa de vida aumenta en un promedio de diez años.

La actitud mental positiva se ma-

nifiesta cuando la persona dirige sus pensamientos para ver la vida que le queda con múltiples posibilidades, abundancia de oportunidades y nuevos aprendizajes.

Las personas de edad avanzada deberían ser proactivas, es decir, poner en marcha diferentes medios que les permitan lograr un cambio en su manera de vivir estos años. Se trata de desprogramar las creencias limitantes y reprogramar creencias potenciadoras. Pasar del dejarse envejecer como venga a una actitud proactiva y compensadora que decida perseverar en una idea vital.

El cuerpo cumple años. El alma no tiene edad. Hay jóvenes viejos y viejos jóvenes.

Tener alma joven en un cuerpo viejo, ese es el desafío.

La vejez comienza cuando se terminan nuestros sueños y proyectos.

Estar dispuestos a sacarles el jugo a los últimos años de la vida con planes, desafíos, amigos y buen humor.

La apatía, la desesperanza y la soledad empujan al cuerpo a una rápida decadencia.

La vida se pierde no cuando dejamos de respirar, sino cuando dejamos de soñar.

Cuando la gente deja de crecer, envejece.

No hay que esperar el momento adecuado, hay que crearlo, y cuanto antes lo hagamos, mejor. Fijarse un propósito y cumplirlo con perseverancia.

Luchar contra el ultraje de los años, como decía Borges.

PRINCIPIOS BÁSICOS

El envejecimiento inteligente se basa en alimentación saludable, actividad física y reposo suficiente.

1. ALIMENTACIÓN SALUDABLE. La dieta de una persona mayor debe estar compuesta por:

- 50% de verduras crudas o cocidas y frutas.
- 25% de carnes, sin olvidar el pescado. Huevos hasta dos o tres por día. Legumbres (porotos, lentejas, garbanzos, etc.) varias veces por semana.
- 25% de pan integral, harina de maíz, pastas, arroz integral, miel, cereales, mermeladas, frutos secos, etc.
- Agua por lo menos dos litros diarios. Alcohol con moderación.



Foto: iStock.

2. ACTIVIDAD FÍSICA

Adaptada y programada para cada persona según su edad y estado físico. El sedentarismo (estar sentados o acostados mucho tiempo) debe ser combatido.

- Procurar hacer 30 minutos de actividad física por día.
- Ejercicios de equilibrio para prevenir las caídas.
- Evitar estar sentado prolongadamente.
- Si se trabaja sentado, moverse un poco cada hora.
- Desplazarse en bicicleta, preferentemente.
- Usar más la escalera y menos el ascensor.
- El ejercicio en compañía aumenta la perseverancia.

3. SUEÑO SUFICIENTE

El sueño es esencial para la salud y el bienestar en la tercera edad. Y es fundamental para la restauración y reparación de los tejidos, la regulación hormonal, la función cognitiva y la salud física en general.

Las personas mayores deben dormir no menos de siete horas ni más de nueve, con una siesta breve de 20

a 30 minutos (Academia Americana de Medicina del Sueño).

No solo se necesita cantidad de sueño, sino también calidad. Para eso es necesario establecer una rutina de sueño regular, crear un ambiente relajante y cómodo, y varias horas antes de acostarse evitar estimulantes como café, té, mate, bebidas con cafeína y ejercicio físico.

ELEMENTOS COMPLEMENTARIOS

Las personas mayores de 60 años deberían agregar además algunos puntos que no por ser complementarios son menos importantes.

- Practicar juegos de mesa, como ajedrez, burako. Hacer crucigramas, sudokus, etc.
- Integrar un grupo con amigos más jóvenes.
- Aumentar permanentemente los conocimientos.
- Reír lo más posible.
- Tomar baños de sol, tres o cuatro por semana.
- Evitar la soledad y, si es posible, viajar.
- Admirar la naturaleza.
- Considerar la posibilidad de tener una mascota.

ner una mascota.

- Ejercitar alguna forma de voluntariado.
- Tomar medidas para evitar caídas: ejercicios, agarraderas, bastón, etc.

Lo último y probablemente lo más importante es amar y ser amado. Comprender que si nos cuidamos tanto es para poder ayudar a los demás. Ser útil a otros es una acción que retroalimenta y justifica seguir viviendo. Cuidarse para ser útil a nuestros familiares, amigos, vecinos y comunidad. En la época del ego, nada más saludable que poder ser útil a los demás. “Quien no vive para servir, no sirve para vivir”.

Finalmente, envejecer es un desafío personal. ¡Hay que elegir entre ser una persona vieja, achacosa y amargada o “sacudir las plumas” y decidirse a ser una persona mayor con mucha juventud acumulada, decidida a disfrutar el privilegio de estar viva! 

*Dr. Guillermo J. Bustos, profesor emérito de la Facultad de Medicina, Universidad Católica de Córdoba.

ARIEL EBERSTEIN

"INTENTAMOS CAMBIAR LA NARRATIVA DEL TANGO"

Con el proyecto Sónico, el contrabajista rescata la obra de Eduardo Rovira, una especie de mito del tango nuevo. "Sentí que había una especie de injusticia con su obra", asegura.

POR DAI GARCÍA CUETO

Por varias décadas, la música de Eduardo Rovira no sonó en vivo hasta que Ariel Eberstein, un contrabajista argentino radicado en Bélgica, la descubrió y se propuso rescatarla. Fascinado por su obra armó Sónico, una banda para poder interpretar los temas de este bandoneonista y compositor, otro creador del tango nuevo, tan innovador y rupturista como Astor Piazzolla, solo que sin su trascendencia.

"Al principio me costaba entender su música, porque era muy diferente a lo que había escuchado, no entendía muy bien qué pasaba, pero me encantaba. Después empecé a indagar un poco y sentí que había una especie de injusticia, no entendía por qué esta música había quedado completamente perdida", cuenta Eberstein.

Dispuesto a sacarlo del olvido, comenzó a rastrear sus obras, pero muchas de las partituras se habían perdido en la gran inundación de La Plata en 2013, la ciudad donde vivió el compositor de *A Evaristo Carriego*. La misión fue difícil pero no imposible y logró transcribir más de setenta piezas, entre manuscritos y grabaciones no comerciales. Así, con el material que recolectó editó cuatro discos, y el mes pasado el ensamble belga se instaló en la Argentina para grabar el quinto, que será un álbum doble donde reconstruyen las últimas dos grabaciones de Rovira, *Que lo paren* (1975) y *Sónico* (1968). De este modo, más la gira que realizaron en abril por nuestro país y otras actividades

previstas en Europa, conmemoran el aniversario número cien del nacimiento del compositor. "Es un tipo para celebrar, porque dejó una manera de hacer tango completamente diferente", dice contento también por la primera década de Sónico.

¿Estabas destinado a preservar la música de Rovira?

No pienso en términos esotéricos ni energéticos, simplemente me crucé con algo en lo que me pareció que valía la pena invertir tiempo y energía, como lo venimos haciendo cada día. Después, en algún momento, Rovira pasará y mi vida encontrará otros destinos, o no.

¿Qué te llamó la atención?

En lo musical me asombró que cada una de sus tres grandes formaciones, trío, cuarteto y octeto, tenía una identidad diferente. También, su conexión mucho más cercana a la música contemporánea que Piazzolla, también con el folklore. Su utilización de los pedales por primera vez en el tango, su manera de tocar. Además, que fue un tipo que priorizó su obra antes que el aplauso, eso es integridad artística.

¿Rovira fue un incomprendido?

El tango estaba prácticamente muerto a fines de los 50 cuando surgen los octetos de Rovira y Piazzolla. Rovira era una persona muy innovadora para su tiempo, también una



Foto: Gentileza Kaloian Santos

persona muy poco interesada en promocionar su propia obra y que, por la falta de este reconocimiento, tampoco tuvo acceso a los mejores medios para grabar ni promocionarse. Su obsesión era su obra, en términos de componer, no de dejar un legado. Sin embargo, es un legado, porque es una obra que dejó algo diferente. No fue reconocido, no fue comprendido o fue comprendido por pocos.

¿Intentan romper con la grieta Piazzolla-Rovira?

Queremos cambiar la narrativa, romper con la idea de que el tango nuevo es una idea mesiánica, que un día se levantó un tipo y dijo "Voy a inventar algo". En ningún momento es quitarle ninguna de las virtudes, que son muchas, al gran Astor Piazzolla, sino mostrar que todo, no solo el tango nuevo, es una construcción colectiva, que todos juntos en una sociedad creamos cosas nuevas. En el futuro queremos mostrar que también hubo muchísimos otros, obviamente que Piazzolla y Rovira jugaron un rol importante. No queremos generar una confrontación o que uno es mejor que el otro, sino mostrar que tenemos el lujo

CAFÉ CON MUNDO

Ariel toma café, y en su casa el mate lo ceba su pareja belga. En sus días en la Argentina aprovechó para comer carne y alfajores, también para sentarse en un bar y mirar a la gente pasar. "Cuando vivís afuera, sobre todo, tantos años, no terminás siendo ni de un lugar ni del otro", confiesa. Sónico tiene su base en Bruselas, pero está conformada por músicos de distintas nacionalidades. Además de la Argentina, los integrantes son de los Estados Unidos, Francia y Bélgica.

de poder decir que se inventaron dos maneras nuevas de decir el tango.

¿De Rovira les queda material por mostrar?

Hay material, pero poco a poco después de cinco álbumes va llegando a su fin. Sin dudas, este momento es una especie de cierre de esta etapa y de empezar a pensar en una nueva, que probablemente incluya a Rovira, pero también otros caminos. A

menos que sigamos el arco iris y al final en vez de la olla de oro estén todas las partituras de Rovira, pero no contamos con eso.

¿Un balance de esta primera década de Sónico?

Hicimos lo que pudimos lo mejor que pudimos. Esperamos que la gente lo pueda disfrutar en vivo, porque más allá de todo el trabajo de reconstrucción, una de las cosas más ricas del proyecto, sabemos que no somos Rovira, de alguna manera damos la posibilidad de escuchar esta música en vivo por primera vez después de sesenta años. Estamos orgullosos y contentos, si miramos atrás hicimos algo muy bueno. Un poco de justicia logramos. ☐



FRANCISCO, EL PAPA QUE ABRIÓ LAS PUERTAS DE LA IGLESIA

El argentino Jorge Mario Bergoglio, el papa Francisco, falleció el 21 de abril de 2025, luego de doce años de un papado enérgico, que se caracterizó por la apertura a las “periferias” existenciales y por su compromiso social y medioambiental.

POR FABIÁN GARCÍA







Francisco, el papa, era como la camiseta de su amado San Lorenzo: rojo y azul. Llevaba en su corazón y en su carácter el rojo de los revolucionarios y el azul de los conservadores. Fuerte crítico de las injusticias generadas en esta etapa del capitalismo y sus secuelas sociales y ambientales, por un lado; y un moderado en relación con la doctrina de la Iglesia católica, por otro. Un genio de los gestos para acercar a una Iglesia con casi 1500 millones de fieles en todo el mundo a los pobres, los inmigrantes y los excluidos sin que eso produjera un cisma en su estructura, aunque sí poderosos enemigos, que le han destilado rencor y lo han resistido sin descanso. También para terminar con la imagen de opulencia, privilegios, corrupción y protección del abuso sexual que arrastraba la Iglesia de Pedro. Y como para no dejar dudas sobre lo que hizo en vida y deseaba para su descanso final, como si se tratara de un último mensaje que se impregna en el recuerdo como un perfume, eligió que su tumba estuviera al otro lado del río Tíber, en la basílica de Santa María la Mayor, en el centro de Roma, la ciudad de la que fue obispo durante su pontificado. Una búsqueda de normalidad y una decisión que, por su baño de multitudes, produjo el funeral más extraordinario que se recuerde de la historia papal.

Casi desde que fue ungido al frente del arzobispado de Buenos Aires en 1998, su figura tomó un predicamento inusitado, al punto que luego de la muerte de Juan Pablo II en 2005, durante la elección de Benedicto XVI, fue el segundo prelado más votado en el cónclave de cardenales que elige

al papa. Al renunciar Benedicto, en febrero de 2013, reunió rápidamente consenso para dar paso a un papado que sacara a la Iglesia de su inmovilismo frente a un mundo que cambiaba aceleradamente y, sobre todo, frente a los escándalos de corrupción y pederastia que la acosaban.

El papa número 266 fue, en cierto punto, una sorpresa. Su excepcionalidad no residió en ser el primero de la Argentina y Latinoamérica, ni el primero no europeo desde Gregorio III, que falleció en el año 741, ni en convertirse en el primer jesuita en liderar al catolicismo en los más de 500 años de existencia de la Compañía de Jesús. Su particularidad estuvo dada en la convicción de abrir las puertas de la Iglesia para ir en busca de los que sufrían y sacar al Vaticano del ombligo en el que pasaba sus días.

Plantea Chequeado.com al analizar los doce años de su papado que “a la Iglesia la caracteriza, desde el principio, una enseñanza y un permanente esfuerzo de adaptación o reforma. Francisco, pese a las críticas que recibió, no quebró en nada esa enseñanza: insistió, con sus palabras y sus actos, en la centralidad de la gracia y en la importancia de la oración. Acogiendo a todos los hombres en sus más diversas circunstancias y no alteró la doctrina en lo referente a matrimonio, aborto o familia”.

Dueño de una proverbial habilidad para abrazar y derribar barreras, fue la periodista de *La Nación* y autora del libro *Francisco, vida y revolución*, Elisabetta Piqué, quien en una entrevista con la cadena CNN consideró que “será recordado como el papa de la gente, el papa del fin del mundo”, para enfocar después que “[fue] el primero que hace un papado mucho más cercano, que llegó a

“LANZÓ UNA VISIÓN DE UNA IGLESIA QUE ESTABA ABIERTA PARA SALVAR A TODOS Y NO PARA CONDENAR”. ELISABETTA PIQUÉ (PERIODISTA)

los ateos, a los no creyentes, que lo aclamaban los musulmanes. [...] Fue un papa que lanzó una visión de una Iglesia que estaba abierta para salvar a todos y no para condenar”.

El cardenal y arzobispo de Madrid, José Cobo, en una entrevista en el diario *El País*, vio de modo similar a la periodista. “Las medidas de Francisco son irreversibles”, aseguró, para ahondar luego: “No tomó esas decisiones solo, sino a través de procesos que no inventó él: venían reflexionados desde el Concilio Vaticano II. No son modas, son estructuras. Una Iglesia que dialoga sobre cualquier tema sin miedo a nada. Una Iglesia que ha puesto a los últimos, a las periferias, en primer plano. Y muchos en la Iglesia decían que no era necesario. Pero esto no tiene marcha atrás”.

También contextualizó los doce años de papado: “No es una novedad [lo que hizo]. Francisco ya tuvo cardenales y sectores de la Iglesia que se lo decían. Y él actuó, tomó decisiones. No somos del mismo color todos. En la Iglesia, a diferencia de en la política, el papa debe tener una función de unidad muy grande. No anular a los que piensan distinto, sino dar armonía. Acoge, incorpora y toma las decisiones que considera. Pero las voces críticas ya se veían antes, Francisco no acalló la disensión”.

Javier Cercas, escritor y periodista, también opinó sobre el papado de este hombre nacido en el barrio de Flores, en Buenos Aires, en 1936, que obligó a la Iglesia a modernizarse, al punto de que tenía cuentas en Instagram y en la red X. Autor del recientemente lanzado *El loco de Dios en el fin del mundo* (Random House), Cercas sostiene que el papado de Bergoglio no fue revolucionario.

“No es realista denominarlo así, pues aunque planteó asuntos como el rol de las mujeres en la Iglesia o la aceptación de la comunidad LGTBI, aún quedó muy lejos de una revolución. Si el papa Francisco hubiese llegado hasta donde quería llegar, sin duda alguna hubiera habido un cisma, o dos, o tres”.

“Decir que no ha cambiado nada es falso. Por un motivo vimos a muchos curas rezando por su muerte. La mayor revolución del pontífice fue la sinodalidad. Es la palabra que definió el papado de Francisco. Él quería una Iglesia horizontal, más democrática y asamblearia, más cercana al cristianismo primitivo. Eso daba mucho miedo a los sectores reaccionarios”, explica.

Giovanni Battista Re, el decano de los cardenales, fue el que lo despidió. Su homilía no expresó nada que no se supiera, pero el asunto era cómo retumbaba en las paredes del Vaticano y en los oídos de fieles y jefes de Estado que lo escuchaban. La muerte obliga a repasar la vida, y cuando la vida adquiere la espesura de la que tuvo Bergoglio, las palabras que definen al hombre y sus actos quedan flotando en el aire, a la espera de ser tomadas para seguir andando, para esquivar al olvido.

“Fue un papa en medio de la gente, con el corazón abierto hacia todos (así entraron con él los homosexuales, los transexuales, los presidiarios, los inmigrantes, los indigentes y los representantes de todas las ‘periferias sociales y geográficas’). Atento a lo nuevo que surgía en la sociedad y a lo que el Espíritu Santo suscitaba en la Iglesia. Con el vocabulario que le era característico y su lenguaje rico en imágenes y metáforas, siempre

buscó iluminar con la sabiduría del Evangelio los problemas de nuestro tiempo”, recordó.

Siguió: “Lleno de calidez humana y profundamente sensible a los dramas actuales, el papa Francisco realmente compartió las preocupaciones, los sufrimientos y las esperanzas de nuestro tiempo de globalización. [...] Innumerables son sus gestos y exhortaciones a favor de los refugiados y desplazados. También fue constante su insistencia en actuar a favor de los pobres. Es significativo que el primer viaje del papa Francisco fuera a Lampedusa, isla símbolo del drama de la emigración con miles de personas ahogadas en el mar”, señaló recordando el inicio de la misión de Bergoglio, en el que ubicó a los inmigrantes como las principales víctimas de nuestro tiempo.

Re no se quedó ahí y trajo a su mensaje el viaje del papa a la frontera de México y Estados Unidos, durante la primera presidencia de Donald Trump, que quería levantar un muro para frenar la emigración latina a su país: “La celebración de una misa allí fue para decir que levantar muros no es cristiano”.

Finalmente resaltó el diálogo interreligioso y que, frente a las guerras, “el papa Francisco elevó incesantemente su voz implorando la paz e invitando a la sensatez, a la negociación honesta para encontrar soluciones posibles”.

Sin embargo, es en el tema medioambiental donde descargó su ímpetu transformador. *En Laudato Si*, la encíclica de 2015, rompe el paradigma de que el hombre es el centro del universo, que le está permitido el dominio y la explotación de todo lo creado para su beneficio. Allí propone dejar de mi-



“INNUMERABLES
SON SUS GESTOS
Y EXHORTACIONES
A FAVOR DE LOS
REFUGIADOS Y
DESPLAZADOS”.
CARDENAL GIOVANNI
BATTISTA RE

rar al planeta como un objeto y convertirnos en una parte de él. “La tierra nos precede. [...] No somos Dios”.

Eligió el nombre de Francisco como un símbolo del compromiso con los pobres, de la Iglesia con “olor a oveja” que construyó a lo largo de su existencia. Hizo santos al Cura Brochero en Córdoba y a Mamá Antula en Santiago del Estero, para alimentar el fuego del Evangelio y su palabra. Como arzobispo de Buenos Aires vivió como un porteño más, en un pequeño departamento, en el que también se hacía de comer. No tenía chofer como sus antecesores. Como papa, tomaba el teléfono y se comunicaba directamente con hombres y mujeres de Estado y también con personas de todo el mundo que se enfrentaban a momentos críticos o alcanzaban logros excepcionales. Siempre prefirió escuchar y ver la realidad sin intermediarios. Un hombre que, a partir de ahora, iremos conociendo por sus actos cotidianos y por la

voz de los que fueron partícipes de su obra y testimonio.

Quizá la icónica foto de Bergoglio antes de ser papa, viajando en la línea A del subte de Buenos Aires, rodeado de trabajadores, lo represente desde la imagen mejor que los millones de tomas y secuencias que le siguieron desde el 13 de marzo de 2013 cuando anunciaron que sería el representante de Jesús en la Tierra. La tomó el fotoperiodista Pablo Leguizamón el 24 de mayo de 2008. En una nota en *Página/12* contó que el entonces arzobispo de la capital argentina se trasladaba a la Catedral para celebrar el Corpus Christi, pero antes se había reunido con familiares de víctimas de la tragedia de la discoteca Cromañón y con jóvenes de diferentes congregaciones en Plaza Miserere, en el barrio de Once.

Si la vida y la obra pudieran unirse en una foto, esa sería la toma. Allí también estaba presente el espíritu de lo que sería luego su papado. 



ANTE EL FRÍO, CALOR HUMANO

Este **invierno**, ayudá a personas en **situación de calle** para que puedan salir adelante a través del trabajo.



Multipolar



DONÁ ACÁ



www.multipolar.org.ar
[@multipolarfundacion](https://www.instagram.com/multipolarfundacion)



Fundación
Multipolar
Pan para hoy, pan para mañana

JOSÉ MARÍA MUSCARI

“MI MIRADA SE POSA EN COSAS QUE OTROS NO MIRAN”

El director teatral tiene cuatro obras en escena y está escribiendo una quinta. Mientras disfruta del éxito profesional, celebra a su hijo, el nuevo protagonista de su vida.

POR DAI GARCÍA CUETO FOTOS FEDERICO BEZENZETTE

José María Muscari está satisfecho con su presente. Todavía no llegó a los 50 años y su historial artístico parece el de alguien que ha vivido más de una vida. Como director de teatro lleva estrenadas más de setenta obras, a lo que se le suman otras experiencias, como su programa de entrevistas en la televisión y su participación en *realities*, por mencionar algunas de sus facetas. “Soy un creador que a veces dirijo, otras escribo o actúo”, se define.

Además, cada año tiene en cartel varios espectáculos en simultáneo, por lo que cualquiera pensaría que es un hombre que no duerme. Sin embargo, le asegura a *Convivimos* que es una impresión que tienen los demás y les atribuye el mérito a las obras que siguen convocando. “Perduran porque cuentan con la aprobación del público, no es que las creo a todas a la vez”, confiesa. Sí tiene una obsesión con la calidad y el deseo de no defraudar a sus espectadores. Aunque las temporadas se acumulen, sigue yendo a las funciones buscando qué puede mejorar. Así,

luego de terminar esta entrevista, preparará unas empanadas para que cene su hijo y se irá a ver *Sex*, una de sus creaciones más exitosas.

¿Por qué el público elige tus obras?

Por diferentes factores. En primer lugar, tengo un sello particular que me vuelve bastante atípico, entonces el público que viene a una obra mía quiere ver qué otra cosa creé. Por otro lado, soy un convencido de que cuando la gente compra una entrada, no solo la está comprando para ver ese espectáculo, también es una aprobación hacia vos, tu manera de pensar, de ver el mundo, tu comportamiento. Esto es algo que aplico mucho al armar los elencos, los elijo porque me gusta cómo actúan, cómo piensan y cómo se desarrollan en el medio. También el hecho de tener espectáculos continuamente y que uno se retroalimente con otro genera como una garantía de calidad al público. Y para mí aparece como una ley de compromiso cada vez que estreno una obra. Además de que quiero que salga bien, como ya hay mucha gente que vio un espec-

táculo mío y viene a ver este nuevo, me digo “No la decepciones”.

¿Te considerás un distinto?

Lo que hago no se parece a lo de nadie, y la gente que viene a ver una obra mía dice “Esta es una obra de Muscari”. Pero no me siento un diferente en ese sentido. Me genera algo lindo esa sensación de que soy un bicho raro o alguien que hace cosas atípicas, pero también hay otras personas atípicas o singulares a las que admiro y disfruto de ver.

Tus obras son diversas entre sí, ¿qué las une?

Mi estética; una idea de *casting* bastante atípico, que suele mezclar personalidades que uno no se imagina juntas; una forma de comunicar el proyecto y una forma de contar. Mis espectáculos no están contados de una manera convencional. Incluso los más convencionales tampoco lo son. Tengo una forma de contar y de ver el mundo estallada, disruptiva, fragmentada y posmoderna que se traslada a mis espectáculos, y el público disfruta mucho.



EN CARTEL

Las obras de José María Muscari que se pueden disfrutar en Buenos Aires son: *Sex*, de jueves a domingos en Gorriti Art Center; *Irreverentes*, sábados y domingos en Teatro del Pueblo; y *Mirta, el mito*, los domingos en Teatro Regina. Luego, *Sex*, la obra está de gira por el país.

Mientras disfruta del éxito de estas cuatro obras, adelanta que pronto se viene el estreno de una nueva. Se llamará *El divorcio del año*.

Una de tus obras en cartel se llama Irreverentes... ¿sos irreverente?

Un poco sí. En general mi teatro y mi forma de ver el mundo, que es lo que traslado a mis obras, se corre de la norma preestablecida, pero no por una intención mía de transgredir, sino que mi mirada se posa en cosas que otros no miran, y eso me vuelve bastante irreverente o diferente. Te hablo de la parte artística, porque en lo cotidiano soy una persona muy convencional. Soy sano, nunca fumé, no me drogo, tomo alcohol de manera social, voy al gimnasio, salgo a correr, miro series, tengo una vida proactiva con mi familia y mi hijo, con mis amigos también. Las personas no somos una única cosa, somos un combo de todo eso que nos va pasando. Entonces trato de tener la mejor vida posible, para que mi obra sea la mejor posible.

Querías ser actor, pero te reconociste director, ¿qué te gusta de dirigir?

En principio dirigir tiene un elemento superfantástico que es pensar una idea y que esa idea se traslade a cuerpos en acción que la representan. Primero, cuando se me ocurre, es algo amorfo en mi cabeza, luego va madurando, es un archivo de Word en la computadora o bloc de notas en mi celular, después se convierte en un *casting*, después empiezan los ensayos, donde esos actores tratan de meterse en mi cabeza para traducir de la manera más fidedigna esa idea que me habita. Ese proceso me enciende un montón. Estoy muy presente en mis espectáculos, sigo yendo a las funciones para ajustarlos, mejorarlos, para buscarles una mejor versión.

¿Con qué obra te diste el título?

Con *Desangradas con glamour*, mi primera incursión en el teatro comercial. Fue lo primero que hice con mucha resonancia, después de haber transitado el *under* con dos obras que fueron furor, *Mujeres de carne podrida* y *Pornografía emocional*. Ese espectáculo me consagró como director para el afuera, me empezaron a reconocer,



a hacer notas, más allá de que el espectáculo no funcionó, fue un fracaso, pero marcó un antes y un después para mí. Por haber fracasado aprendí un montón y me potenció para todo lo que vino después, me aleccionó rápidamente sobre lo que sí y lo que no.

Con tanto hecho, ¿qué te desafía?

Me desafía todo lo que me lleva a un lugar diferente. Tengo un radar bastante despierto en no repetirme, y cuando siento que una idea me va a llevar a un lugar ya transitado, le escapo.

Otra de tus obras en cartel es Mirta, el mito, ¿querés ser un mito?

No, me gusta ser en el presente lo que soy. No pienso mucho en lo que sería, en lo que me puedo convertir o qué va a pasar con algo de lo que hice cuando ya no esté. Tengo un presente hermoso, quise ser creador y lo pude lograr, quise ser padre y tengo un hijo maravilloso, supe construir una



"Me desafía todo lo que me lleva a un lugar diferente".

buena familia, el espectáculo de mi vida está bastante completo, por supuesto que le faltan algunos capítulos, por ejemplo me gustaría enamorarme, quisiera dirigir en Nueva York alguna vez. Cosas que uno puede pedir cuando tiene una vida consagrada como la mía. Por lo cual no tengo el deseo de convertirme en un mito, sino seguir disfrutando a pleno mi presente y lo que hago.

VIEJO

La felicidad de Muscari se agrandó con la llegada de su hijo al hogar. En 2023, adoptó a Lucio, que hoy tiene 17 años y le dice "viejo".

¿Qué es lo que más disfrutás de ser papá?

La existencia de otro para el que sos importante y que es importante para vos. Esa cosa de pensar en otro, de cuidarlo, de hacer esas pequeñas acciones diarias, es algo que me copa un montón, más allá del desafío que significa

para una persona con un ego enorme como el que tengo, que mi trabajo ha potenciado, de golpe venga una persona a mi vida y que esa persona necesite de vos en las cosas más simples y sostenidas. Es un acomodamiento a lo importante de la vida que está buenísimo. Ya no me hago problema por una mala función, ahora lo único que me quita el sueño es si mi hijo está angustiado, si tiene un dolor físico, porque gracias a la presencia de la paternidad en mi vida pude acomodar los casilleros de las prioridades en un lugar lindo.

¿Qué te gustaría transmitir de vos a tu hijo?

El entusiasmo por el trabajo y la superación. Y ese algo no conformista que tengo, que está bueno, sin buscar la perfección porque no existe, sí la idea de superarme y de maximizar mi propia calidad. También esta cosa de la alegría tranquila, una vida nutrida de cosas que están buenas, como la familia y los amigos. **■**

NICOLÁS FERNÁN REY

RAÍCES CON MEMORIA

Profesor de Historia en la universidad y en la escuela media, investigador y vecino de Villa Ballester, Nicolás Rey impulsa charlas y recorridos de a pie para conocer la historia de los barrios del partido de San Martín, en Buenos Aires.

POR CRISTINA DI PIETRO FOTO VERÓNICA BELLO

Nicolás Fernán Rey no era buen estudiante, pero sí muy curioso. Esa cualidad fue la que seguramente lo llevó a estudiar la historia del mundo en general y la de su barrio en particular. Para este joven historiador, revitalizar la mirada sobre nuestra comunidad nos permite conocer y valorar lo propio, y construir un sentido de pertenencia.

“En el colegio siempre me llevaba Historia. En noveno (hoy tercer año del secundario) tuve que rendirla como cinco veces. Fue durante aquel verano, mientras estudiaba, que empecé a interesarme por lo que estaba leyendo: me generó curiosidad un tal Robespierre que durante la Revolución francesa había terminado con la mandíbula destrozada de un escopetazo. ‘¿Por qué nos marcaba ese dato un libro del secundario? ¿Qué había detrás de esa figura?’”, se preguntó. Magíster en Historia, así recuerda Nicolás Fernán Rey cómo nació su interés por una disciplina que ya se venía gestando en su infancia cuando durante las reuniones donde había gente más grande le gustaba escuchar anécdotas de los barrios, los clubes, las fábricas, la vida social, las costumbres. “En el secundario tuve profesores que, pese a que yo no era buen alumno, llenaron mi curiosidad. La escuela debe iluminar, generar crítica, ‘mover el avispero’ –dice–. Ya en la universidad otros docentes me ayudaron y encaminaron tanto en la

docencia como en la investigación”.

Profesor adjunto en la Universidad del Salvador y docente de educación media, Rey es además miembro del Grupo de Estudios Históricos sobre la Guerra del Instituto de Historia Argentina y Americana “Dr. Emilio Ravignani” (UBA-CONICET). Su investigación se centra en los impactos ambientales de la Primera Guerra Mundial en la República Argentina: la desaparición de bosques para uso de su leña por la escasez de carbón, la expansión del ferrocarril para extraer carne y granos para alimentar a las tropas, la caza de animales para utilizar sus pieles como abrigo, procesos que venían desarrollándose y que la guerra potenció, pero que a su vez reforzaron los discursos conservacionistas. “La guerra también ayudó a difundir ideas sobre la protección de la naturaleza que luego se materializaron. Ejemplo de ello fue la creación en 1922 del Parque Nacional del Sud, hoy Nahuel Huapi –explica–. Como dato curioso, entre 1924 y 1926, se aprobó la primera resolución internacional para combatir la caza de ballenas por su posible extinción, ya que se observó una recuperación de las poblaciones mientras los países que las capturaban estaban centrados en las batallas”.

Rey nació y se crió en Villa Ballester, y realizó su posgrado en la Universidad Nacional de General San Martín, una institución que promueve relacionar los estudios allí desempeñados con el territorio, es decir, con lo cercano y cotidiano. Un poco

por este motivo y otro poco porque en el 2021 se cruzó en Instagram con la cuenta @visitesanmartin, creada por Jimena Tudesco, fue que surgió la idea de contar la historia a través de lo local y ofrecer *walking tours* por los barrios del partido. Gracias a su formación docente, Nicolás logra condensar y contextualizar la información, y sin perder profundidad o análisis, transmitirla de manera amena a la gente. Jimena, por su parte, aporta el manejo de las redes y del material audiovisual, además del trabajo de investigación sobre los barrios que recopiló desde que comenzó con la cuenta. “Nuestra última propuesta consiste en llevar nuestras charlas adaptadas a un *walking tour* para que la gente pueda ver, sentir y tocar lo que contamos, ya que por suerte aún mucho se conserva”, comenta. San Martín fue el primer partido en homenajear a nuestro prócer con su nombre. En el territorio que hoy ocupa, al noroeste de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, el Libertador, de camino a la batalla de San Lorenzo, descansó en una posta ubicada en las calles Caseros y Rivadavia del actual barrio que lleva su nombre. Aquí también nació y pasó su infancia el escritor y político José Hernández, tuvo lugar el fusilamiento del sacerdote Ladislao Gutiérrez y su enamorada Camila O’Gorman, y se instaló el primer campo de golf de nuestro país: el Golf Club San Andrés, por solo nombrar algunos de los tantos hechos históricos que tuvieron como escenario a este partido. **■**



REUBICAR ANIMALES PARA SALVAR ESPECIES

Se concretó la primera translocación binacional de fauna silvestre, impulsando una práctica que se realiza en el mundo en el ámbito de la conservación.

POR DENISE DESTÉFANO

Quince ñandúes patagónicos de Santa Cruz fueron reubicados en Chile para aportar a la diversidad genética de la población del Parque Nacional Patagonia de ese país, en lo que se convirtió en la primera translocación internacional de fauna silvestre en Latinoamérica.

Los choiques, como también se los llama, fueron trasladados desde el Parque Patagonia Argentina hasta el chileno, en la región de Aysén, con el objetivo de reforzar una población que estuvo al borde de la extinción local hasta hace quince años, con menos de veinte individuos, debido a la sobreexplotación ganadera, la persecución por perros, la caza y la destrucción de nidos.

En paralelo, se completó el proceso por medio del cual una yagareté nacida en libertad en el Parque Nacional Iberá, en Corrientes, se instaló junto a otras dos hembras liberadas en el Parque Nacional El Impenetrable, en Chaco. En la zona, de un millón de kilómetros cuadrados, había menos de diez yagaretés, todos machos, y su población no llega a los 200 individuos en todo el país. Fue la primera liberación de un jaguar nacido en estado salvaje y translocado con fines de conservación en el mundo.

Ambos proyectos fueron iniciativas de la Fundación Rewilding Argentina, creada en 2010 por conservacionistas locales y heredera del legado de Tompkins Conservation. La fundación se dedica a revertir la crisis de extinción de especies recuperando ecosistemas completos y estableciendo modelos de desarrollo para las comunidades rurales en coexistencia con la naturaleza.

La translocación de fauna es el traslado de animales silvestres de un lugar a otro mediado por el hombre, con fines de conservación, reintroducción o gestión de las poblacio-

nes. Puede tratarse de especies amenazadas o en peligro de extinción, y logra restaurar poblaciones en declive o controlar la abundancia de un animal en una zona. También se realiza con fines productivos.

“Las reintroducciones se hacen en lugares donde la especie habitó”, explica a *Convivimos* Sebastián di Martino, director de Conservación de Rewilding Argentina.

“La segunda premisa es que las causas por las cuales se extinguió no existan más o estén controladas. Por ejemplo, el yagareté en el Chaco se extinguió porque había una serie de amenazas, sobre todo la caza furtiva o problemas con la ganadería. Hoy, nosotros los estamos llevando a un gran parque nacional donde esas amenazas ya no existen. Y la tercera premisa, entre varias, es que tengas una población donante sana, de la que vos sacás animales y no le pasa nada”, continúa.

En cada operación, Rewilding trabaja con organizaciones locales y gubernamentales. Por ejemplo, para translocar guanacos de Santa Cruz al Parque Luro, en Santa Rosa, La Pampa, colaboró con la Secretaría de Ambiente de esa provincia. En el caso de los choiques, se realizó en conjunto con un proyecto de Rewilding Chile y el Servicio Agrícola Ganadero de ese país. Y en la translocación de los yagaretés participaron la Administración de Parques Nacionales y los gobiernos provinciales. Es fundamental el trabajo en red.

MILENARIAS

El movimiento y la liberación intencional de animales ocurrió durante milenios, pero el uso de translocaciones para abordar objetivos de conservación es una intervención más reciente. El continente africano fue pionero y hoy transloca fauna en el orden de las decenas de miles de indi-



Foto: Cernileza Rewilding Argentina.

viduos por año entre países. Más tarde, esta actividad se extendió a Europa, donde hoy gracias a ella se están restaurando especies tales como el bisonte europeo; y los Estados Unidos, donde se reintrodujeron los lobos en Yellowstone, provenientes de un área protegida de Canadá. En Asia, la India consiguió así recuperar a los tigres: hoy cuenta con unos 2000 en su territorio.

Si bien no hay en el mundo una organización que lleve un registro de translocaciones, un informe científico de Joseph Langridge, Romain Sordello y Yorick Reyjol asegura que “con el tiempo, el número de operaciones de translocación se ha acelerado” y señala un marcado aumento desde 2018. El *paper*, que recopiló y analizó 841 eventos de translocación de fauna, atribuye la tendencia a “las crecientes presiones que enfrentan actualmente muchas poblaciones animales y vegetales” y apunta que esta herramienta “se considera una forma viable de mejorar la resiliencia de las especies amenazadas”.

En Latinoamérica, sin embargo, esta práctica es incipiente, especialmente en su modalidad “de silvestre a silvestre”, por contraposición a la “de cautiverio a silvestre”, donde animales que están en un zoológico o centros de rescate se llevan a un hábitat natural.

PIONEROS

En el caso de la translocación de choiques, lo innovador también fue la implementación de protocolos

CÓMO FORMAR PARTE

Rewilding Argentina tiene programas de voluntariados a los que se puede acceder desde www.rewildingargentina.org para trabajar con fauna o con las comunidades de cada zona de trabajo y su integración con la naturaleza mediante iniciativas productivas sustentables.

También la ONG alienta a los dueños de terrenos a generar proyectos propios de reintroducción en los que puede asesorar y prestar ayuda. Ya hay antecedentes de iniciativas privadas que reintrodujeron especies en sus campos exitosamente.

específicos mediante la colaboración entre países a través de sus fronteras.

“El proceso de translocación implica la captura y el transporte. Son todas cosas que hubo que aprender, porque nunca se habían hecho. La forma de capturar choiques para llevar a Chile la fuimos practicando durante varios años. Al final, nos decidimos por colgar redes muy largas entre arbustos y dirigirlos ahí. Los llevamos en cajas y después en vehículos”, relata Di Martino, y agrega que se realizan cuarentenas para que los individuos no lleven patógenos indeseables.

Una vez liberados, los ejemplares portan sistemas de monitoreo con dispositivos GPS que permiten seguir su posición y así identificar amenazas e incluso, si se alejan de la zona segura, recapturarlos para devolverlos adonde deben estar.

Además de los casos mencionados, la organización translocó otros animales, tales como chinchillones (vizcachas de la sierra), coipos y venados de las pampas, y planea seguir con otras especies como el ciervo de los pantanos, que se necesita recuperar en muchos lugares de la Argentina, o las nutrias gigantes, involucrando a Brasil o Paraguay.

“Yo creo que el futuro de la restauración pasa por ahí”, garantiza Di Martino. ■



INSTANTÁNEAS

Este reportaje habla de su autor y habla de Francisco. En el tradicional Día de San Cayetano, un 7 de agosto de 2002, en Liniers, el reportero acudió a pedir trabajo, y su encuentro con el futuro papa quedó registrado en este testimonio de fe y esperanza.

TEXTO Y FOTOS NICO PÉREZ



“La esperanza es la virtud que nos pone en camino, nos da alas para avanzar, incluso cuando los obstáculos parecen insuperables” (Francisco).

Hace 20 años fotografié al papa Francisco, pero no lo sabía... Era el 7 de agosto de 2002, Día de San Cayetano. Jorge Bergoglio, aún arzobispo y cardenal –y todavía sin saber que sería papa–, daba misa frente a una multitud en Liniers.

Yo estaba ahí, cámara en mano... y sin trabajo. La crisis del 2001 me había dejado afuera de las revistas donde colaboraba. Venía de años intensos trabajando para *PC User*, *Insider*, *Mercado*... gracias a la generosidad del gran Tato Rembado. Pero en 2002, todo se había frenado. El país entero estaba en pausa.

Ese día gris de San Cayetano no tenía nada que hacer. Me levanté y dije: “Voy a San Cayetano a hacer unas fotos... y a pedir trabajo, por si las moscas, vio...”. La fotografía digital recién

nacía. Salí con un solo rollito, 36 fotos nomás. Cada clic contaba.

Las de ese día no son mis mejores fotos, pero sí son un testimonio. De la fe, del caos, de la dignidad. De un país que estaba de rodillas y de un futuro papa que nunca dejó de estar cerca del pueblo.

Siempre sentí que esa jornada me trajo suerte.

Hoy, a la distancia, me emociona saber que estuve ahí.

Francisco se convirtió en el papa más humanista de la historia moderna. Un argentino que nunca se olvidó de los necesitados ni de sus raíces, que cambió el Vaticano desde adentro, orgullo de su país y su educación pública. Difícil que haya otro igual.

Hasta siempre, Francisco. **■**



“Persisto en mi fastidio” (Francisco, sobre su insistencia en temas de justicia social).



“La inclusión de la mujer no es una moda feminista, es un acto de justicia” (Francisco).



“María es la *influencer* de Dios: sin quererlo ni buscarlo se volvió la mujer que más influenció en la historia” (Francisco).



“Toda persona es hija de Dios, toda. Dios no rechaza a nadie, Dios es padre.
La Iglesia no puede cerrarle la puerta a nadie” (Francisco).



NICO PÉREZ

Fotoperiodista especializado en naturaleza y vida silvestre. Su trabajo ha sido publicado en numerosos libros y revistas, ha recibido premios y ha sido exhibido en galerías de Estados Unidos y Europa. www.instagram.com/nicopereznature

VIRGINIA BRÍGIDO CHAMORRO

EL RUGBY EN LAS VENAS

El deporte es parte de su vida desde siempre. En cuanto pudo desplegar su pasión y talento, se convirtió en referente de un seleccionado que no para de crecer.

POR JUAN MARTÍNEZ FOTO TRAVIS PRIOR



Con la 9 en la espalda, se erige como una todoterreno en la cancha. Líder por talento y espíritu, es una pieza clave en un seleccionado que busca escalar posiciones a nivel internacional y meterse en competencias de elite. Virginia Brígido Chamorro disfruta cada momento del proceso que vive junto a Las Yaguaretés, el combinado argentino de *rugby seven* y, fiel a su estilo, levanta la mirada para ver más allá.

“No sé qué haría si no jugara al *rugby*”, confiesa a *Convivimos*. Es que el *rugby* es su casa, su familia, su modo de vida y su canal de expresión. Le trae recuerdos de su casa llena de jugadores, que su papá entrenador llevaba a casa luego de los partidos. El *rugby* es el diálogo con su mamá, su primera entrenadora, que ya no está físicamente, pero aun así la acompaña en cada encuentro. El *rugby* es la escuela que le enseña a vivir.

El rugby siempre fue parte de tu familia, pero primero hiciste otros deportes, ¿no?

Sí, empecé haciendo gimnasia artística de chiquita. Vi algo en la tele y pedí que me llevaran. Me encantaba, pero a los doce me lesioné, no tuve una buena recuperación y no pude volver al mismo nivel. Después hice atletismo, natación y, sobre todo, básquet. El *rugby* siempre me gustó, pero no había equipos de chicas. Mi mamá fue la primera entrenadora de Catamarca, en el club donde yo comencé. Ella me llevaba los sábados a los entrenamientos que les daba a los infantiles. A mí me picaba el bichito de jugar, de medirme con los chicos, pero ella no quería.

¿Fue larga la espera hasta que pudiste jugar?

Sí, recién en 2019 se conformó el primer equipo de Catamarca Rugby de Primera. Obviamente me metí y me encantó. El *rugby* siempre estuvo presente en mi vida, porque mi papá jugaba, también algunos primos y

tíos. Siempre iba a la cancha, que quedaba a dos cuadras de mi casa. Los terceros tiempos del club eran en mi casa, así que crecí con eso.

De todos modos, una cosa es cuando se desea algo y otra cuando se concreta, ¿qué te pasó cuando comenzaste a jugar al rugby?

Cuando comencé, tenía dudas de si iba a servir o de si me iba a gustar. Pero me fue interesando muy rápido. A medida que pasaban los entrenamientos, se fueron sumando chicas, eso me incentivaba más, y nunca dejé. Lo disfruto cada vez que entrenamos o jugamos. Con la selección, por ejemplo, hacemos análisis de partido y me gusta ver las cosas que tengo para corregir. Vuelvo a casa con más ganas de seguir entrenando y mejorar. No necesito ni quiero desconectarme nunca del *rugby*, me engancha cada vez más, me retroalimenta.

Solo unos meses después de haber comenzado a jugar, recibió un



MAMÁ

“El rugby me da muchas herramientas para la vida. Me ayuda a saber cómo levantarme después de caer”, dice Virginia, y rápidamente vuelve el recuerdo de su madre. Fue su primera entrenadora y, aunque ya no está físicamente, sigue presente para contenerla y darle ánimos: “La tengo presente en todo. Tengo un tatuaje, tengo fotos, tengo libros, tengo escritos. Siempre la recuerdo. Le hablo y le escribo. Le pido cosas. A veces estamos en el túnel, miro para arriba y es como que le estoy pidiendo a ella que me acompañe y que me cuide. Y ella me da fuerzas para seguir”.

mensaje de WhatsApp en el que le informaban que estaba convocada a concentrar con Las Yaguaretés. No llegó a procesar la noticia cuando, desde el club, se lo confirmaron oficialmente. Antes de convertirse en un objetivo, sin siquiera haber tomado la forma brumosa de un anhelo, ya había alcanzado su primer gran logro en este deporte.

Esta etapa de franco crecimiento del seleccionado llevó al grupo a meterse en el Circuito Mundial. Los resultados obtenidos, sobre todo, este año, acercaron a la Argentina a una clasificación que se vio trunca por una combinación de cambios estructurales (se redujo la cantidad de participantes para 2026) y resultados (en la Gran Final disputada en Los Ángeles el equipo no consiguió el título que lo hubiera puesto, al menos, en posiciones de ascenso). Sin embargo, el camino parece ser el indicado, y Virginia señala la asunción del equipo comandado por el salteño Nahuel García en su rol de *head coach* como el punto

de quiebre para este momento de grandes resultados. “Lo fundamental es la parte humana. Todo eso se ve desplegado en la cancha. Se dio una conexión entre nosotras, nos conocimos mejor y por eso rendimos más. También hubo cambios para beneficiar al equipo. Yo venía jugando de *wing*, pero los entrenadores me propusieron jugar de 9. Sentí un poco de nervios en los primeros torneos, pero hoy me gusta mucho jugar de medio *scrum*. Donde se me necesite, voy a estar disponible para aportar”, afirma.

¿Cómo vivís el salto que están dando?

Muy contenta. Nos encontramos con un nivel muy diferente al que estábamos acostumbradas en Sudamérica y estamos a la altura de equipos muy bien parados mundialmente. Por eso soñamos con la clasificación al Circuito. Cuando eso se consiga, vamos a poder pensar, también, en clasificar algún día a unos Juegos Olímpicos. **■**





VALLE NEVADO - CHILE LA MEJOR NIEVE DE LOS ANDES

A Valle Nevado se lo promociona como “el centro de esquí más grande de Sudamérica” y hace alarde de poseer “una excelente calidad de nieve” y un clima privilegiado. Un recorrido por los principales centros de esquí chilenos: los hay para todos los gustos y bolsillos.

POR RICARDO GOTTA

Majestuoso escenario natural: una de las mejores pistas de esquí del mundo se encuentra en la cordillera de los Andes chilenos.



Días de diversión, sol y nieve para los esquiadores principiantes.

El viento y el sol se zambullían en el manto de nieve desde las faldas del cerro El Plomo, en la cordillera andina cercana a Santiago de Chile. Corrían los últimos días de los años 70. El horizonte hería en los ojos por su incommensurable belleza. Si faltaba algo, estaba la Cordillera, allá nomás. La imagen era imponente. Como otras, incluso en el mismo territorio chileno. La singularidad la daba una particular mixtura de intuición, perspicacia, experiencia... y un torrente de magia.

No era casualidad que estuviera allí. Eduardo Stern, arquitecto de muy buen pasar, esquiador entusiasta y muy experimentado a pesar de su juventud, recorría esa región. Tuvo un sueño: que ese encantador valle sempiternamente nevado se convirtiera en el centro de esquí que ofreciera “la mejor nieve del mundo”, y se aseguró de que el terreno estuviera disponible. El carácter obstinado de su ideólogo generaría la segunda etapa: ha-

cer realidad la obra. Un viaje para cursar un posgrado a la exquisita ciudad francesa de Grenoble, en el noroeste francés, le permitió a Stern conocer el complejo invernal Les Arcs, afamado centro de esquí de esa localidad y, a la vez, intimar con sus realizadores. Hubo afinidad personal y económica. Su entusiasmo creció proporcionalmente. Regresó a Sudamérica con el proyecto en las maletas y en su corazón, con las certezas de que el sueño era posible.

Pareció que se convertiría en realidad entrado el invierno de 1987, pero las primeras nevadas particularmente furiosas y postergaron el estreno hasta junio del año siguiente. Cuatro décadas después, el formidable centro de esquí Valle Nevado se erige como el más importante de Chile, y a la vez como uno de los más prestigiosos y populares de un continente plétórico en pistas de extremo nivel, comparables con las mejores del planeta. A solo 56 kilómetros de Santiago de Chile, ubicado en el alma de la cordillera de los Andes, ofrece más

de 9300 hectáreas de terreno esquiable para un total de más de 37 kilómetros de pistas para todos los gustos, por sus grados de dificultad. Al punto de que un par de ellas, por la alta exigencia, reciben el mote de “pistas negras”.

Además, inspirado en los *resorts* invernales de Francia, se fue convirtiendo en un complejo sumamente atrayente. Se trata de un afamado destino del mejor heliesquí, con gran hotelería, desarrollo inmobiliario, gastronomía, servicios y actividades diversas de deporte en montaña.

APURANIEVE

Chile se extiende desde las heladas tierras de Punta Arenas hasta el sofocante desierto de Atacama, con una costa de más de 4270 kilómetros. A la altura de Santiago, cuando el país tiene un ancho de apenas 140 kilómetros, se encuentra ese valle de ensueño a 3025 metros de altura. Allí, inspirado en Les Arcs, levantaron el complejo de Valle Nevado, que se presenta oficialmente como “el centro de



El complejo de Valle Nevado se encuentra a solo 56 kilómetros de la capital chilena.

ALTERNATIVAS ALUCINANTES

Partiendo desde el helipuerto en un Bell 407, se ofrece el *heli-boarding*, “la experiencia de esquiar en nieve virgen y apreciar un majestuoso e intocado entorno natural”. A aquellos deportistas que gustan de emociones extremas, en esquíes o *snowboard*, Valle Nevado les ofrece aventurarse por la “increíble nieve polvo de los Andes, siempre en medio de los espectaculares paisajes de su cordillera”. O el *heli-riding*, para aquellos que prefieren andar en *snowboard*. En ambos casos, en compañía de guías expertos, se pueden recorrer pistas fuera de cancha. Y a la vez descubrir espectaculares paisajes en medio de los Andes.

esquí más grande de Sudamérica” y hace alarde de poseer “una excelente calidad de nieve, por su altura y orientación, y un clima privilegiado, con un 80 por ciento de días despejados en la temporada”. El gigante centro ofrece 34 pistas señalizadas: 4 de ellas son para principiantes, 11 para intermedios, unas 14 para niveles avanzados y finalmente las llamadas pistas negras para expertos. El centro de esquí ofrece un *snow park* y un *halfpipe*, ideales para la práctica de acrobacias y saltos. Desde el año 2003 es sede de una de las fechas de la Copa Mundial de Snowboard.

Además, la empresa que lo regentea anuncia que se prepara para un invierno 2025 con “mejoras tecnológicas en pistas, una nueva propuesta de nieve artificial fuera de temporada, más gastronomía en altura y renovaciones en hoteles”. También se espera que esté finalizada la ampliación de “la zona de aprendizaje” de la escuela de esquí. Justamente, se enorgullecen de sus 140 instructores de diferentes edades, que cuentan con el

crédito de su conocimiento. Son guías certificados de montaña preparados para expediciones fuera de pista y de heliesquí. También hay un *rental* de equipos y vestimenta moderna y apropiada, con más de 1200 equipos disponibles.

Tiene varios circuitos de telesillas: las principales son Mirador, El Prado y Andes Express, que fue inaugurada el primer año de este siglo y es presentada como “el primer andarivel desembrazable de Sudamérica, lo que lo distingue sobre otros centros de esquí de la región”. Además de un telesquí. También se anuncia otra novedad: a la ya conocida estación de comida en Cima Mirador se sumará un nuevo *food truck* en Cima Ancla, llamado a ser el punto gastronómico más elevado de la cordillera chilena, nada menos.

Cabe destacar que las decenas de miles de visitantes corresponden en buena parte al perfil socioeconómico equivalente al ABC1 chileno, con un alto porcentaje de esquiadores llegados de Brasil y de Estados Unidos. Aunque desde el centro



Nada mejor que terminar la jornada de esquí con un momento de relajación en la pileta climatizada al aire libre.

DE LA MONTAÑA AL OCÉANO

A Valle Nevado se llega por la ruta G21, que conecta con el barrio de La Dehesa, en la comuna de Lo Barnechea. Es un punto que está en la mira para ser mejorado, porque en varias ocasiones el camino colapsa por la enorme cantidad de público que lo transita. Pasando por Santiago se puede llegar a la costa. Por caso, si se toma la ruta 68 se llega a la hermosa Vaparaiso, uno de los balnearios más reconocidos, de gran belleza, junto al océano. Desde Valle Nevado hasta esa espectacular zona de la costa hay apenas 181 kilómetros.

aseguran que también existe “un esquiador extranjero que aloja en Santiago y sube por el día”.

El complejo cuenta con tres hoteles. El espectacular Hotel Valle Nevado se encuentra a metros de las pistas y a pocos pasos de muchas de las atracciones del complejo. Es verdaderamente exclusivo, con 51 habitaciones incluyendo *suites*, todas con balcón con vistas a la montaña o a las pistas. Por su lado, el Hotel Puerta del Sol cuenta con 125 habitaciones y está orientado hacia familias. Y con una mirada muy particular apuntada al público de menos edad se encuentra el Hotel Tres Puntas, que inicialmente, cuando se construyó el centro invernal, sirvió como alojamiento para los trabajadores y luego fue remodelado para convertirlo en un hotel que satisficiera la demanda juvenil. Del mismo modo ocurre con la gastronomía, por caso con los restaurantes La Fourchette y el Hotel Valle Nevado, que cuentan con amplia variedad internacional de gran nivel, aunque también existe la posibilidad de otros lugares para

bolsillos menos abultados en ambientes más juveniles y familiares.

PARA TODOS LOS GUSTOS

En realidad, Chile cuenta en total con 14 centros de esquí, lo que coloca al país en el pináculo de la especialidad. Valle Nevado además se encuentra a pocos kilómetros de los centros de esquí La Parva y El Colorado, formando el llamado “Triángulo de los Valles de los Andes”. Es muy común que los turistas planeen un viaje por la zona que dure una semana, quedándose todo el tiempo en Valle Nevado o que hagan un recorrido por los otros centros con una estadía combinada que puede resultar espectacular.

Siguiendo la ruta hacia Farellones, a 2750 metros de altura, se encuentra La Parva, el centro invernal que se destaca por su hermosa vista al valle de Santiago y su enorme cantidad de refugios. Además de contar con 30 pistas (la más larga de 4 kilómetros) y 14 andariveles, es especial para la práctica del *snowboard* y es el preferido por muchos esquiado-



Fotos: Gentileza Valle Nevado

Diversión, deporte y naturaleza garantizados para los afortunados esquiadores.

res de categoría mundial. Este centro de esquí, ubicado a 36 kilómetros de distancia de Santiago, fue creado por la visión de Los Pioneros, un grupo que buscaba establecer un centro de esquí en la zona central, con una ubicación cercana a Santiago.

El Colorado, por su parte, se ubica muy cerca del pueblo de montaña Farellones y fue construido en 1935. Trece años después, ya contaba con el primer andarivel de arrastre del sector, la Gran Bajada. La altura mínima de este centro es de 2560 msnm en la pista Los Zorros. Es un complejo verdaderamente grande: cuenta con 112 pistas y una superficie esquiable de 1100 hectáreas.

Pero hay más. Por caso, los Nevados de Chillán Centro de Esquí (Ex-Termas de Chillán), uno de los más bonitos y completos, a 82 kilómetros de distancia de Santiago, rodeado por un entorno de bosque nativo, lo que ofrece la posibilidad de, además de esquí y *snowboard*, realizar actividades como *trekking*, *canopy*, *mountain bike* y deliciosos baños al

aire libre de aguas volcánicas naturales, con temperaturas que van desde los 27 hasta los 65 °C.

El Portillo, por su parte, es el centro de esquí más antiguo de Sudamérica: su construcción, en 1887, se emparenta con la del ferrocarril que cruzaba los Andes desde Mendoza. Fue cuando ingenieros noruegos atravesaron la zona en esquí, desde Caracoles hasta Jumcal, para realizar un estudio de terreno y allí descubrieron sus propiedades. Fue sede de pruebas de velocidad y es continuamente renovado al paso del tiempo. En la actualidad muchos equipos importantes del mundo se entrenan en sus pistas. Además, cuenta con el Hotel Portillo y la mítica laguna del Inca, con sus hermosas aguas color esmeralda. Actualmente, tiene catorce andariveles y supremo nivel de nieve.

El centro de esquí Corralco se encuentra en el interior de la Reserva Nacional Malalcahuello-Nalcas, en la ladera del volcán Lonquimay. Se trata de la IX región de la Araucanía. Es el centro de

esquí más nuevo de Chile, que comienza a ofrecer nuevas alternativas de grandes características y calidades. Tiene además un lujoso hotel, en un ámbito en el que las nevadas son abundantes desde mayo hasta el mes de octubre, en un clima profuso en lluvias y frío extremo por sobre los 1000 metros de altura.

Finalmente hay una serie de centros más reducidos, pero no por ello menos disfrutables. Por caso, El Fraile, que se ubica a 29 kilómetros de Coyhaique, a una altura de 1599 msnm, con cinco pistas de excepcionales características, en medio de bosques majestuosos de lengas y ñires, con una superficie esquiable de 550 hectáreas. Otros centros recomendables son Ski Pucón, Las Araucarias, Antuco, Chapa Verde, Antillanca, Cerro Mirador y Lagumillas.

Un verdadero abanico muy diverso y disponible que hace de Chile un gran atractivo para los esquiadores y para grandes y chicos que quieran disfrutar de la nieve. **C**

DENIM ETERNO

Blazer de corderoy, camisa de algodón y jean recto clásico (Carzalo), y zapatillas de cuero (Perramus).





NUEVA MASCULINIDAD

En el mes de los padres, te presentamos los mejores *looks*. Diseños innovadores, siluetas renovadas y sastrería clásica. Prendas de espíritu versátil para lograr un estilo moderno y sofisticado.

FOTOS NICO PÉREZ ESTILISMO MARÍA GUERRERO

PREPPY LOOK

Trench, camisa de seda de algodón a cuadros y cinturón de cuero (Perramus), y pantalón sastrero (Zara).





CONFORT ACTUAL

Campera con capucha de hilo y pantalones de gabardina (Perramus), y camisa rayada (Carzalo).



ALMA VERSÁTIL

Camisa de algodón a cuadros y pantalón (Mancuso), y buzo con bolsillos y zapatillas de cuero (Perramus).

A full-page fashion advertisement featuring a male model. He is leaning against a dark, vertical metal railing on the left side of the frame. He is wearing a grey duffle coat with large black buttons over a brown and black checkered button-down shirt. He has a serious expression and is looking slightly to the right of the camera. The background is a blurred indoor setting with warm lighting. In the top right corner, there is a text block in Spanish.

CLÁSICO RENOVADO

Camisa a cuadros de algodón,
pantalón de *denim* recto y saco
estilo *montgomery* (Perramus).



ELEGANTE SPORT

Camisa y ambo clásico (Mancuso).



ESPÍRITU FORMAL

Traje de líneas *slim fit* en tela de punto con bolsillos plaqué, camisa de vestir, corbata de seda, cinturón de cuero y botas (Perramus).

Agradecimiento:
NH Collection Lancaster
Av. Córdoba 405, CABA

Direcciones
Perramus: www.perramus.com.ar
Mancuso: www.cristianmancuso.ar
Zara: www.zara.com.ar
Carzala: [@carzaloindumentaria](https://www.instagram.com/carzaloindumentaria)





PARA ENTRAR EN CALOR



POR
SANTIAGO
GIORGINI

Fotos Fernando Giampieri (Estudio Migone)

WOK DE ARROZ Y VEGETALES

2 PORCIONES 40 MIN PREPARACIÓN 15 MIN COCCIÓN

INGREDIENTES:

200 g de arroz largo fino
400 ml de agua
1 cebolla
1 zanahoria
1 cebolla de verdeo
½ morrón rojo
1 *zucchini*
1 berenjena
1 brócoli pequeño
1 choclo
3 huevos
Sal y pimienta, a gusto
½ taza de salsa de soja
1 cucharadita de aceite de sésamo (opcional)
Aceite de girasol c/n
Semillas de sésamo c/n

PREPARACIÓN:

Poner el arroz en un colador debajo de la canilla y lavar con agua fría hasta que el agua salga limpia. Volcarlo en una cacerola mediana, agregarle el agua y tapar.

Cocinar a fuego fuerte, hasta que comience a hervir, luego bajar el fuego a mínimo y dejar cocinar por unos 10 minutos.

Retirar del fuego y dejar reposar 10 minutos más. Siempre tapado.

Mientras cocinamos el arroz, podemos cortar la cebolla, el verdeo, la zanahoria, el morrón, la berenjena y el *zucchini* en juliana. Blanquear el brócoli y el choclo, y luego cortar.

Calentar una sartén o wok grande con aceite y agregar la parte blanca del verdeo y la zanahoria. Cocinar unos minutos y continuar con el morrón, el *zucchini* y la berenjena. Saltear y salpimentar.

Agregar el arroz, el brócoli y el choclo. Condimentar con la salsa de soja y aceite de sésamo.

Aparte, mezclar los huevos con un poco de salsa de soja, y cocinarlos rápidamente en una sartén, tipo revueltos. Y agregar al salteado.

Terminar con semillas de sésamo y el verdeo cortado finito.



TIPS

- Se pueden utilizar los vegetales que tengamos en casa. Es un plato que se hace con lo que hay. Incluso agregando carne o pollo.
- Para un sabor más oriental, agregar jengibre y algún picante a gusto, picados bien chiquitos, al principio del salteado.

ESPINACAS GRATINADAS

2 PORCIONES 15 MIN PREPARACIÓN 20 MIN COCCIÓN

INGREDIENTES:

1 atado de espinacas frescas
2 dientes de ajo
2 cucharadas de aceite de oliva
250 cc de leche
15 g de manteca
15 g de harina
1 yema
50 g de queso rallado
50 g de crema
Sal y pimienta c/n
Nuez moscada c/n

PREPARACIÓN:

Comenzar haciendo una salsa blanca: derretir la manteca y agregar la harina de una sola vez, cocinar a fuego bajo durante un minuto y volcar la leche caliente sin dejar de batir.

Cocinar unos minutos hasta que espese, agregar una parte del queso rallado y mezclar hasta fundir bien. Y retirar del fuego.

Aparte, mezclar las yemas con la crema e incorporar. Volver al fuego a calentar y condimentar con sal, pimienta y nuez moscada.

Lavar las espinacas y limpiar retirando el tallo. Escurrir y secar bien. Cortar en tiras. Calentar una sartén con un poco de aceite, el diente de ajo machacado y saltear rápidamente las espinacas.

Colocar una base de salsa en una fuente para horno, poner las espinacas y cubrir con el resto de la salsa y más queso rallado.

Llevar al horno hasta gratinar y servir.

TIPS

- Podés agregarle cebolla salteada y queso azul.
- También reemplazar la espinaca por acelga, o cualquier otro vegetal.
- Con esta salsa podés gratinar lo que sea.



APPLE PIE

6 PORCIONES 1 H 30 MIN PREPARACIÓN 40 MIN COCCIÓN

INGREDIENTES:

300 g de harina 0000
60 g de azúcar
1 cucharadita de sal
150 g de manteca
110 g de agua

Relleno de manzana

1 kg de manzanas verdes
¾ taza de azúcar
1 cucharadita de canela molida
¼ cucharadita de nuez moscada molida (opcional)
2 cucharadas de harina 0000
1 cucharada de jugo de limón
1 cucharada de manteca
2 cucharadas de bizcochos molidos (vainillas o bizcochuelo)

Para cubrir

1 huevo (batido para pintar con huevo)
1 cucharada de azúcar (opcional para espolvorear por encima)

PREPARACIÓN:

Para hacer la masa:

Mezclar harina, el azúcar y la sal en un bol grande.

Agregar la manteca fría cortada en cubitos.

Desgranar con los dedos hasta que se forme un arenado grueso.

Añadir el agua e integrar ligeramente con las manos para formar la masa. No amasar demasiado. No debe quedar lisa ni homogénea. Todo esto va a ayudar a que la masa quede supercrocante y hojaldrada.

Cubrir con film y enfriar mínimo durante 30 minutos.

Para el relleno:

Pelar las manzanas, quitarles el centro y cortarlas en láminas de unos 5 mm.

Ponerlas en una cacerola grande a fuego medio junto con el azúcar, la canela y la nuez moscada, el jugo de limón y la manteca.

Cuando comiencen a soltar su jugo, agregar la harina.



Cocinar hasta que las manzanas estén bien tiernas y se forme una textura espesa.
Dejar enfriar.

Armado de la tarta:

Separar 1/3 de la masa para el enrejado, mantenerla en frío.

Extender el resto de la masa sobre la mesada apenas enharinada con un palo de amasar, hasta que tenga 3 mm de espesor.

Levantar la masa con cuidado y cubrir el molde para tarta.

No cortar el exceso de masa todavía.

Espolvorear la base de la tarta con los bizcochos molidos y volcar el relleno de manzanas.

Estírar el otro tercio de la masa que reservamos hasta que tenga 2 mm de grosor. Cortar tiras de 2 a 3 cm.

Distribuir las tiras de masa formando un enrejado. Cortar el exceso de masa.

Pintar cuidadosamente el enrejado y los bordes con huevo batido con agua.

Espolvorear todo con azúcar.

Cocinar en horno precalentado a 180° durante 30 a 40 minutos.

Retirar del horno y dejar entibiar sobre una rejilla.

Servir con helado de crema o crema batida.

TIPS

- Si se prefiere, las manzanas se pueden pelar.
- Si se utiliza la avena instantánea, no hace falta remojarla antes. Pero si utilizamos la común, lo ideal es remojarla antes en agua durante al menos 30 minutos (si se deja más tiempo, conservar en la heladera). Luego enjuagar con más agua para eliminar cualquier resto de ácido fítico. De esta forma, aprovecharemos al máximo sus nutrientes y tendremos una mejor digestión.

¡Super energético! Ideal para arrancar el día.

POR
FABRICIO PORTELLI



Después del Malbec, más Malbec

Contar con una variedad de uva con la cual se hacen buenos vinos y que se asocia a un país es un privilegio que solo tiene la Argentina. Porque si bien hay productores prestigiosos tanto en el Viejo como en el Nuevo Mundo, ninguno es sinónimo de una cepa, como lo es Argentina del Malbec.

Por eso, hay que seguir insistiendo por el potencial que demuestra el Malbec en los terruños argentinos. Ya se sabe que puede dar buenos vinos en todos los segmentos cualitativos, también que sus expresiones son fáciles de apreciar. Es el protagonista indiscutido de los mejores vinos, no solo por el *know how* adquirido en estas últimas dos décadas, sino también por ser el más elegido por los hacedores para reflejar paisajes en las copas. Ya que, según ellos, el Malbec se adapta muy bien y adquiere el carácter del lugar, sin perder su

gracia frutada. Y a más precisión, se logran mejores vinos. Y llegaron los 100 puntos a esos vinos que nacen en parcelas tan cuidadas como estudiadas. Pero lo más importante es que esta etapa, que lleva menos de treinta años, recién empieza. Es decir, hay mucho camino por recorrer, lo que implica que hay mucho más Malbec por descubrir. Claro que para conso-

lidarlo hacen falta más ventas, tanto en mercado interno como externo. Ya que esa sostenibilidad les permitirá a las bodegas seguir investigando en pos de mejorar su expresión, ya sea a mano de detectar los clones más aptos para cada lugar, el mejor manejo, el mejor riego y el punto de cosecha óptimo en cada región, de acuerdo con el nivel del Malbec buscado.

TIPS CONSUMO

Lo único que no se puede emular en un vino es el origen, ya que cada viñedo es único. Por ello, cada vez más, las referencias a lugares son protagonistas en las etiquetas. El tema es que a veces eso no queda muy claro, porque los nombres suelen ser ambiguos. "Finca", por ejemplo, no siempre refiere a un viñedo, sino a una marca de fantasía. En cambio, siempre que aparezca la palabra "Estate", significará que el vino se elaboró con uvas cosechadas en la propiedad de la bodega, pero que pueden ser varios viñedos. La mención de un lugar, cuanto más específica, mejor; porque un Malbec de Paraje Altamira se puede determinar mejor en función de sus características que uno de Mendoza. Por su parte, "Single Vineyard" habla de que el vino está elaborado con uvas de un solo viñedo, aunque este puede ser de 300 hectáreas, donde hay mucha diversidad. Por eso nacieron los vinos de parcelas; de uvas provenientes de porciones pequeñas que se seleccionan desde la viña por su carácter distintivo.

GUÍA DE VINOS



PASCUAL TOSO EXTRA BRUT
BODEGA PASCUAL TOSO,
MENDOZA, MAIPÚ,
BARRANCAS (\$12.500)
PUNTOS: 90

Detrás de este espumante 100 por ciento a base de Chardonnay hay un legado de casi un siglo (desde 1927) elaborando vinos espumosos. Eso explica sus aromas equilibrados y paladar envuelto y fresco, de carácter frutal y con burbujas persistentes. Fue elaborado por el método Charmat, para preservar los aromas y sabores primarios de la uva. Y como siempre hay motivos para brindar, es un vino para adoptar.



DON DAVID RESERVA
MALBEC 2023
BODEGA EL ESTECO, SALTA,
CAFAYATE (\$13.500)
PUNTOS: 89

Con etiqueta renovada llega la nueva cosecha de este emblema del NOA y del vino argentino. Un Malbec expresivo y fluido, con carácter. Porque no solo sus expresiones son intensas, sino que sus texturas le aportan consistencia a su trago, resaltando suavemente las notas de crianza en roble sobre el final de boca. Por su estructura, es ideal para acompañar guisos caseros.



DOÑA PAULA ALTALUVIA
RIESLING 2021
DOÑA PAULA, MENDOZA,
VALLE DE UCO, GUALTALLARY
(\$20.000)
PUNTOS: 92

Vino blanco con la personalidad varietal y de lugar, también muy sensible al efecto clima de la añada. Acá hay una nariz austera con los dejos de combustión que se esperan, más allá de las notas de frutas y flores blancas. De buen cuerpo, paladar fresco y franco, y un trago mordiente marcado, que resalta sobre el final algún dejo de madurez. Tiene todavía más vida por delante.

RENAULT KWID ICONIC

MINIRROMBO

Por Walter Togneri



\$18.750.000

Precio

155 KM/H

Velocidad
máxima

66 CV

Potencia
máxima

6,8 L/100 KM

Consumo
promedio

DISEÑO 3/5

El regreso del Renault Kwid tuvo lugar a principios del año pasado con la presentación de la versión E-Tech, de propulsión ciento por ciento eléctrica. Pero en el inicio de 2025 la marca del rombo volvió a incorporar las opciones a nafta con la variante denominada Iconic Bitono, a la que recientemente se agregó la bautizada como Outsider, con *look* más “aventurero”.

Respecto del primer Kwid (2017), esta nueva serie presenta cambios especialmente en la zona frontal, ya que adopta la estética que conocimos en el Kwid E-Tech, con faros reubicados y nuevos DRL led. Además, la parrilla tiene detalles cromados.

También son nuevas las llantas de aleación, aunque mantienen la medida de 14 pulgadas y ese particular detalle de contar con solo tres bulones. En el caso de la unidad de prueba (Iconic Bitono), el techo está pintado

de color negro marcando un contraste con el de la carrocería.

Un detalle positivo para destacar es el despeje elevado, ideal para nuestras destruidas calles.

CONFORT 3/5

Con un habitáculo pequeño —como se supone que tienen los autos urbanos—, el Kwid no se destaca por una calidad de materiales sobresaliente, aunque la decoración (tapizados de tela con costuras de color celeste) es agradable.

Dispone de butacas delanteras confortables (con apoyacabezas integrados), pero sin ajuste en altura, reglaje que tampoco aparece para modificar la posición de la columna de dirección: encontrar la mejor posición frente al volante puede ser complicado.

Atrás hay poco lugar; apenas caben dos adultos de contextura mediana. Si son más grandes, entrarán apretados. El baúl también es pequeño: 290 li-

tros que se pueden ampliar abatiendo el respaldo trasero en una maniobra incómoda tirando de unas “soguillas” demasiado cortas.

EQUIPAMIENTO 3/5

Este modelo representa un concepto creado hace algunos años en el que se han privilegiado algunas soluciones para el desplazamiento urbano, y que combina tres elementos: capacidad de trasladar a dos personas (conductor y acompañante), equipamiento “justo” y bajo consumo.

Por eso, la palabra “básico” es la que define al Kwid en este rubro. Cuenta con tablero digital (con cuadrantes de diseño rebuscado) con una computadora básica que ofrece datos del viaje. Incorpora una pantalla táctil (de ocho pulgadas) con pocas funciones, aunque es compatible con Android Auto y Apple CarPlay, y muestra las imágenes de la cámara de marcha atrás.



MOTOR

Delantero, transversal. Tres cilindros en línea de 999 cm³ alimentado por inyección multipunto.
Potencia: 66 CV
Torque: 93 Nm

TRANSMISIÓN

Tracción delantera
Caja: Manual de cinco velocidades

DIMENSIONES

Largo/ancho/alto: 3680 mm/1579 mm/1481 mm
Distancia entre ejes: 2423 mm
Peso en orden de marcha: 796 kg
Capacidad de baúl: 290 litros
Capacidad de combustible: 38 litros

SUSPENSIÓN

Delantera: Independiente, tipo McPherson, amortiguadores hidráulicos telescópicos, resortes helicoidales y barra de torsión
Trasera: Eje rígido, con amortiguadores hidráulicos telescópicos y resortes helicoidales

FRENOS

ABS y asistentes electrónicos
Delanteros: Discos ventilados
Traseros: Tambores

DIRECCIÓN

Piñón y cremallera, con asistencia eléctrica

LLANTAS Y NEUMÁTICOS

Llantas de 14"
Material: Aluminio
Neumáticos: 165/70 R14
Rueda de repuesto: 165/70 R14

FABRICANTE

Renault Brasil

PRECIO Y GARANTÍA

\$18.750.000 y 3 años o 100.000 kilómetros

También es bastante elemental el equipo de audio, con un comando remoto instalado en la columna de dirección. Ofrece, además, aire acondicionado con comandos físicos.

SEGURIDAD 3,5/5

También es elemental la dotación de seguridad, aunque "da la nota" con cuatro *airbags*, ayuda de arranque en pendientes, anclajes Isofix, faros regulables en altura, monitoreo de presión de neumáticos y bloqueo automático de puertas.

En cuanto a las distancias de frenado, fueron correctas para un modelo de su tipo, con poco más de 44 metros para detenerse por completo desde 100 km/h.

MOTOR 3,5/5

No hay cambios en el equipo mecánico. Mantiene el propulsor de tres cilindros y un litro de desplazamiento que entrega 66 CV de potencia y 93 Nm de torque, la tracción delantera y la caja manual de cinco relaciones con una selectora de accionamiento preciso.

Es un equipo que le alcanza para un ágil desempeño urbano, pero no para sentir-

se cómodo en la ruta. Además, y puesto que el par máximo aparece a partir de las 4250 rpm, se muestra muy ruidoso en los procesos de aceleración.

Alcanzó los 155 km/h de velocidad máxima y aceleró de 0 a 100 km/h en 15 segundos, números que podríamos definir como prestaciones modestas, la misma calificación que le cabe a las maniobras de recuperación: por ejemplo, para pasar de 80 a 120 km/h tardó más de 15 segundos.

A pesar de aquellos números, el consumo es reducido: medimos un promedio de 6,8 litros cada cien kilómetros.

PRECIO 4/5

Las dos versiones nafteras del Renault Kwid (Iconic Bitono y Outsider) tienen el mismo precio de venta (al cierre de esta edición): 18.750.000 pesos, valor que ubica a este producto de la marca del rombo fabricado en Brasil como el modelo más accesible de la Argentina, especial condición en un mercado en el que ningún auto es barato.

La garantía que Renault ofrece por este modelo es de tres años o 100.000 kilómetros.

HORÓSCOPO



POR GABA ROBIN
LA BRUJA POP

CÁNCER (22/06 - 21/07)



Amor: Es un mes donde empezarás a sentir señales amorosas, donde podrás conectar con tu fuente de amor y desparramar eso que sos, liberarte del pasado sentido. Habrá conversaciones intensas y también frases que te dejarán pensando.

Trabajo: Estás por impulsar un mes con grandes proyectos, ganancias y evoluciones en lo que creés. Responsabilidades nuevas, vehemencia en hacer negocios o gestionar mejores ingresos.

Salud: Dentadura, tratamientos invasivos. Estarás manejando más tiempo para tu imagen personal, seduciendo y apostando a vos mismo.

LEO (22/07 - 22/08)



Amor: En estos tiempos necesitás estar en sintonía con la energía potente que se siente, ya que cualquier discusión puede elevar niveles en la relación que serán dañinos. Exagerarás en reaccionar con enemigos mentales que son fantasías, que según vos se meten en tus vínculos.

Trabajo: Tu energía estalla y genera actividad, buena relación con autoridades que te ayudarán en tus metas. Papeles con el extranjero por negocios, aprendizaje de un idioma o viaje de estudios.

Salud: Necesitás conectar con tu interior, ya que estás entrando en un tiempo donde abris una visión ampliada sobre la existencia. Canalizá a través de movimientos.

VIRGO (23/08 - 22/09)



Amor: En este tiempo estarás definiendo relaciones, ya sea con una pareja que tenés o, si estás solo, con alguien con quien conectás en el amor. Estás transitando cambios de destino en convivencia y con la relación que mantenés con hermanos.

Trabajo: La forma de trabajar cambiará; puede ser el entorno, el lugar, el tipo de actividad. Tendrás trabajo en tu hogar, experimentarás negocios con algún familiar. Trámites inmobiliarios. Orden de bienes que tenés con otros. Escrituras, sucesiones.

Salud: Cirugía programada. Tratamientos de órganos reproductivos. Alteración y nervios que necesitarás asumir para aplacar.

LIBRA (23/09 - 22/10)



Amor: Una amistad vendrá a buscarte con mucha energía sexual a provocar y desear, alguien que conocés y frecuentás desde siempre. Momento de ensoñación, como un enamoramiento pasional. Trámites con socios o con exparejas.

Trabajo: Buen momento para ascender, progresar, estás en sintonía con tu talento y tu capacidad. Buenas ganancias. Recibís dineros de socios, ex o herencias, pero antes estarás en negociaciones y firmas.

Salud: Cuidá tus piernas a través de tratamientos y masajes. Cambiarás tus hábitos después de haber pasado por momentos pocos amigables en los dos años últimos, que repercutieron en tu salud.

ESCORPIO (23/10 - 22/11)



Amor: La casa cambia, ya sea mudanza o reformas que son importantes para entrar al invierno. Es un tiempo en donde programarás un viaje a otro país que llenará de emociones que hasta pueden tocar fibras de tu infancia.

Trabajo: Necesitarás ordenar papeles, cuentas y todo lo que poseés, ya que comenzará otra etapa de organización. Confusiones en el ámbito laboral que pueden generar conflicto con superiores. Tiempo de esfuerzos y disciplina metódica.

Salud: La alegría estará presente y eso es salud. Podrás generar cambios corporales a través de deportes o entrenamientos, ya que estarás con mucha vitalidad.

SAGITARIO (23/11 - 21/12)



Amor: Sentirás que la pareja, el otro, está como un poco exagerado en los estímulos emocionales que reclama, necesitás volver a sentir libertad en tus acciones, acuerdos. Todo para hacer con alguien, con otros. Nueva visión en el amar.

Trabajo: Se está terminando un ciclo laboral, aunque hayas comenzado ayer. Cambiás modalidades, tecnología, herramientas. Ganas de aprender una técnica o idioma, de conectarse con extranjeros.

Salud: Momento de alta percepción que te hará ver la existencia con otras formas, más sabiduría. Te elevarás. Comenzás un deporte o técnica.

CAPRICORNIO (22/12 - 20/01)



Amor: Más hacia el final de este mes, habrá novedades amorosas muy pronunciadas. Puede que necesites definir algo con alguien que será un hito en la vida. Solucionarás conflictos con algún familiar. Energía sexual desatada.

Trabajo: Mucha actividad, muchas propuestas, mucha energía para la acción. Habrá cambios en bienes muebles e inmuebles. Te moverás de acuerdo a tu sensación de bienestar, más que para el estatus.

Salud: Entrenarás o estarás en una dieta o movimiento con disciplina. Cirugía estética o correctiva en la cara. Energía *premium* que se te notará en el cuerpo.

ACUARIO (21/01 - 19/02)



Amor: Querés cambios que perforan los miedos, las acciones, los planes. Nada será como fue. Intensidad que, si no se tiene precaución, puede ser una bomba nuclear. Energía sexual extrema. Romances que despeinan el alma.

Trabajo: La energía propia no está para esperar ni soportar, así que se irá por aquello en lo que se cree. Cambios notables este año en tu mundo laboral. Temas de trámites y cuidado con demandas o juicios.

Salud: Embarazo, tratamientos de fertilización, temas con hijos y hermanos que explotarán de alegría. Cirugía programada. Gestarás tu vida.

PISCIS (20/02 - 21/03)



Amor: Alivio molecular, el hogar se siente diferente, con más amor, con más confort. Lo vivido en los últimos dos años en cuanto a relaciones te ha dejado en otro momento de la vida, sabiduría. Orden en los afectos.

Trabajo: La economía estará estructurándose, no en forma de derroche, sino en restricciones para mayores logros posteriores, se te otorgará un logro después de un esfuerzo. Mucha actividad, muchos trámites. Tiempos de seriedad.

Salud: Dentadura. Atendé los huesos en general, cuidalos con turnos y suplementos. Exceso de actividad o de entrenamiento que revisarás.

ARIES (22/03 - 20/04)



Amor: Un romance poderoso interpelará tu esencia, si largarte o no a una experiencia. Momentos de enamoramiento. Bienestar propio que será visto como amenaza en la pareja, a través de celos o disputas.

Trabajo: Creatividad que aparece y tiñe el trabajo, sea por una profesión artística o la forma rutinaria transformada con ayuda de musas que alivian la tarea. Te vas de un grupo laboral o el grupo se transforma.

Salud: Manejás una energía más alta de la que acostumbrás, así que está bueno que la canalices a través de caminatas o deportes. Necesitás tomar sol, y eso combinado con caminatas es salud.



GÉMINIS (21/05 AL 21/06) VERÓNICA LOZANO

Bahía Blanca, 30 de mayo de 1970. Ex-modelo, actriz, psicóloga, conductora de *Cortá por Lozano* (Telefe). Ganadora de premios Martín Fierro y premios Tato.

Amor: Las tensiones sufridas en períodos anteriores se deslizan a una mejor y amorosa relación, con alguien o con uno mismo. Más alivio en lo que se siente. Más seguridad.

Trabajo: Lo que estaba confuso en ascensos, con jefes o la ley se aclara, y ya no habrá dudas de la situación actual. Estás concretando nuevas ganancias.

Salud: El alivio que llegó hace un mes te ha dado como un bienestar que se nota en las calorías comidas, por lo que podés estar sintiendo cambios corporales.

TAURO (21/04 - 20/05)



Amor: Estarás emanando sensualidad, la vida se torna hermosa, un cambio de *look* total te dará ese andar fascinante que irradiarás. Grandes movimientos en la familia y en la vivienda. Vivirás este mes en tu esencia, llena de los placeres con vos mismo. Un amor repentino.

Trabajo: Estarás en energía *premium* trabajando y lleno de actividades. Estudios y exámenes que estarán durante el resto del año. Muchos viajes cortos, contratos, clases y firmas. Buenos ingresos.

Salud: Tendrás que cuidarte de evasiones, de perderte en vos mismo, como refugio, como dinámica de soportar aquello que acarrearás. Dormirás más.

SUDOKU

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

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

MEZCLAGRAMA

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

					A			
N								E
			D					

Horizontales:

- Carnosidad roja que tiene el gallo sobre la cabeza.
- De color semejante al oro.
- Descubría lo cerrado u oculto.
- Instrumento de hierro para aferrar el barco al fondo del mar.
- Mamífero de nariz prolongada en forma de pequeña trompa.
- Movimiento convulsivo habitual.
- Prefijo negativo.
- Tela transparente.
- Violonchelo siamés.

Verticales:

- Abreviatura de "ídem".
- Afirmación.
- Aleación de hierro y carbono.
- Apócope de "uno".
- Cubierta de una caja.
- Divinidad romana del hogar.
- Entona melodías.
- Río que pasa por Alemania.
- Símbolo químico del rubidio.
- Ternero dosañal.
- Uno de los cinco sentidos.

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 frase del escritor británico Lawrence Durrell.

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

Definiciones

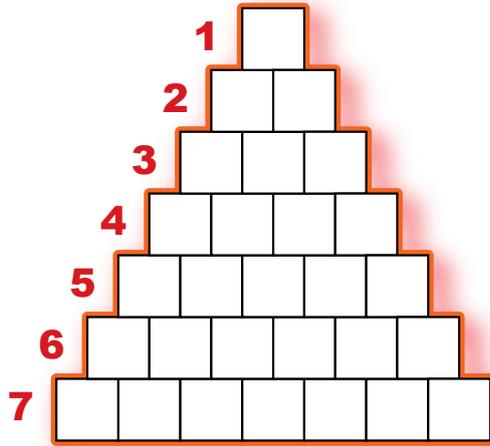
- 1 • Obstaculizar, cerrar el paso.
- 2 • Cesto de mimbre de boca estrecha.
- 3 • Sorprender, conmocionar.
- 4 • Natural de Bulgaria.
- 5 • Columna vertebral.
- 6 • Corredor, galería o pabellón para explayar la vista.
- 7 • Causar calor.
- 8 • Danza de las Antillas Menores.
- 9 • Manifiestar los testigos ante el juez.
- 10 • Sustancia derivada del petróleo, que se usa para pavimentar.
- 11 • Que salta mucho.
- 12 • Colectivo, transporte público.
- 13 • Tela o gasa doblada varias veces, para cubrir heridas.
- 14 • Se dice del virus informático que se aloja en una computadora, con el fin de captar información y transmitirla a usuarios ajenos.
- 15 • Perturbación anímica producida por una idea fija.

Sílabas:

- A - AR - AS - BLO - BUL - BUS - CA - CA - CA
- CLA - COM - DE - DOR - ES - FAL - GA - IM - LIP
- LO - MI - NA - NAS - NI - NO - OB - OM - PAC
- PI - PRE - QUE - RA - RAR - RAR - RIN - RO - SA
- SAL - SE - SION - SO - TA - TAR - TO - TO - TRO
- YA - ZO.

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.



- 1 • Primera vocal. 2 • Símbolo químico del tantalio.
- 3 • Letra griega. 4 • Finalidad, objetivo. 5 • Infusión de yerba (pl.).
- 6 • Uno de los días de la semana. 7 • Apreciar, sentir afecto.

SOPA SIN LISTA

Encuentre en esta sopa de letras 21 palabras de 6 letras cada una. Atención: no valen los verbos conjugados ni los plurales.

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

EN CLAVE

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

25	16	25	8		7	19	25	13		6	16	12	7	25	
13	25	8	25		25	24	9	19		16	B	R	I	S	A
24	10		7	19	5	7	25	14	25		9	25	13	25	
1	25	5	25	26	25		26	16	15	7	25				
25	16	24		12	26	24		25	14	19		8	14	25	
			25	13	24	7	25		24	12	16	12	25	5	
25	13	13	12		16	19	23	19	16	7	24		10	15	
8	25	19	16	25		16	25	10	19		19	1	12	16	
25	16	5	19	7		25	13	25	7		16	25	16	24	

SOLUCIONES

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

EN CLAVE

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

GRILLA

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

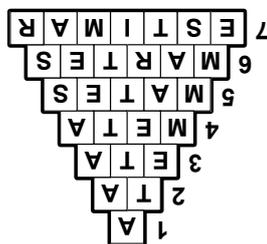
MEZCLAGRAMA

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

SUDOKU

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

SOPA SIN LISTA



PIRAMIDAL

LITERATURA INFANTIL

POR CRIST



NaranjaX

Nuevo **Dólar oficial**

Comprá dólares
SIN LÍMITES
y recibilos en el acto



USD

Operar
Dólar Oficial



Transferir



Copiar CBU

Descargá la app

App Store

Google Play



CON VOS 24/SIEMPRE

**CONTRATÁ TU SEGURO DE AUTO Y CONTÁ CON LOS
MEJORES SERVICIOS Y BENEFICIOS LAS 24HS.**



lacaaja.com.ar



GENERALI

PARA MÁS INFORMACIÓN Y CONDICIONES O LIMITACIONES APLICABLES, CONSULTE EN LACAJA.COM.AR. LOS SEGUROS SON EMITIDOS POR CAJA DE SEGUROS S.A. FITZ ROY 957 (C1414CHI) C.A.B.A. CUIT 30-66320562-1. LA FIGURA HUMANA HA SIDO RETOCADA Y/O MODIFICADA DIGITALMENTE. ENTIDAD AUTORIZADA POR LA SUPERINTENDENCIA DE SEGUROS DE LA NACIÓN. REGISTRO N° 501.