

ETC Magazine

El periódico distinto pensado para todos

www.etcmagazine.com.ar

Viernes 11 de febrero de 2005, Año 2, N° 14.
etcmagazine@fibertel.com.ar

Distribución gratuita


ASEGURE SU CASA POR ROBO E INCENDIO
ASESORAMIENTO COMPLETO
☎ 6349-4730
www.redseguros.com


ASEGURE SU PERSONAL, SUS VEHICULOS
Y SU COMERCIO
ASESORAMIENTO COMPLETO
☎ 6349-4730
www.redseguros.com

La ruta del Quijote

El Gobierno de Castilla-La Mancha ha trazado el corredor ecoturístico y cultural más largo de Europa: la "Ruta de Don Quijote", la cual transcurre por caminos históricos, cañadas reales, veredas y vías pecuarias, pasando por 144 municipios de la Región. Son 2.500 kilómetros divididos en diez tramos y sesenta jornadas.



Pág. 10

Sigmund Freud

Nació en Freiberg, en la antigua Moravia, en la localidad conocida como Pribor de la ex Checoslovaquia, el 6 de mayo de 1856. Freud consideró que todo el comportamiento humano estaba motivado por las pulsiones (representaciones neurológicas de las necesidades físicas) y se refirió a ellas como pulsiones de vida, denominando libido a la energía motivacional de estas pulsiones.

Pág. 8



Carnavales norteros

Una típica y ancestral característica de nuestra región norteros es el festejo de los carnavales. Por aquellas zonas el aire se llena con el aroma a albahaca, con cuyas ramitas se baila al compás de las cajas y de los sikus y se realizan las aspersiones o mojaduras con chicha sobre las personas, sus viviendas y sus animales.

Pág. 4

Una agrupación de jóvenes solidarios

Desde su sitio web, la gente de APEPU, vecinos de Vicente López, nos cuentan su tarea.

Pág. 8

La Zona 

Chicos y Medianos

Nociones de astronomía. Los cocodrilos.

Pág. 5

Chicos y Medianos 

Día de la Creatividad

El 21 de Abril se celebra internacionalmente el Día de la Creatividad. Fue instituido para recordarnos a cada uno nuestra capacidad de transformar la realidad, descubriendo que todos podemos ser creadores y generar el bienestar que necesitamos.

Pág. 8

Veraneando en el balcón de casa

Por Luis Buelo

Pág. 11

Aromas y algo más...

Condimentar es realzar el sabor de un alimento, y al mismo tiempo, encontrar la afinidad del elemento que utilizamos con la comida a condimentar.

Pág. 6



Túnez

Este país al norte de Africa y a orillas del Mar Mediterráneo es conocido como la "Rosa del Desierto". Su capital, la antigua ciudad de Túnez, logra una perfecta amalgama entre sus arcaicas tradiciones y los tiempos modernos.

Pág. 4



restaurant
makro

Invita a sus clientes y público en general, a la mejor cocina de Olivos, en un salón climatizado con estacionamiento propio, seguridad y rápido acceso a Panamericana.

MAKRO LIGHT	\$ 5,50 *
MAKROMANÍA	\$ 6,00 *
MAKRO EJECUTIVO	\$ 8,00 *
MAKRO CHEFF	\$ 10,00 *

* Todos los menús incluyen gaseosa o agua mineral de 500 cc.

Cafetería de 8 hs. a 22 hs. Almuerzo de 11 hs. A 15 hs.
Cena de 20 hs. A 22 hs.

Abierto todos los días en Esteban Echeverría 2870
(Panamericana entre Ugarte y Pelliza) Olivos.



Columna

Lo necesario

Al reencontrarnos con ustedes, queridos lectores, volvemos con las fuerzas renovadas para continuar nuestras publicaciones: “**ETC Magazine, el Periódico distinto pensado para todos**”, y “**ETC Magazine Revista On Line**” (www.etcmagazine.com.ar), la versión en Internet, que supera largamente los contenidos de la publicación en papel.

Planteándome algunos lineamientos para el presente año, me descubrí preocupada (aunque confieso que suelo mayormente ocuparme antes que pre-ocuparme) por muchos temas, mejor dicho situaciones y hechos, que me rodean. Entonces, una vez más, comprobé el efecto dominó de nuestros pensamientos. A uno sigue otro, y otro, y la línea inicial que quizás fuera recta se va haciendo quebrada o sinuosa, y las ideas, ya sean angustiantes ó placenteras, van contagiándose y reaccionando entre sí hasta lograr ese efecto dominó, por el cual las fichas van cayendo sucesivamente. ¿Qué tentación de consultar a un físico!, tal vez entendería mi inquietud sobre la Física y su “sentir”; ¿qué oportunidad! para divagar ociosamente (el mejor modo de hacerlo) acerca de considerar a sus leyes como “solidarias”, “voraces”, “generosas”, “erróneas”, “sabias” etc., etc. ¿O tal vez me comprendería más un filósofo?

Sea como fuere, lo rescatable es que a partir de esas sensaciones pude encauzar yo también mis ideas y sentir que lo importante en cualquier proyecto, relación, trabajo, situación vital, es secundar a lo fundamental, la idea de la creación, con el hecho de la acción.

Entre las notas de esta edición van a poder informarse sobre “El Día de la Creatividad”. En otra ocasión me detendré a explayarme sobre lo que ella significa para mí. Hoy, como aproximación, rescato esto que dije anteriormente: Crear y accionar. ¿Y qué creamos? En esta exigente sociedad, tan consumista y competitiva, nos sentimos casi compulsivamente obligados a “destacarnos” con proyectos supuestamente importantes en cuanto a cantidades, convocatorias, formas y resultados. Así entonces se aspira al éxito asociándolo al reconocimiento masivo, lo que por cierto es adecuado e importante, pero también lo es el logro de una meta que bien puede ser solo íntima, personal, no grandiosa, ni siquiera novedosa.

El mundo, tan pequeño y desamparado en su globalización... Nosotros sus habitantes, tan necesitados y desorientados...

Hagamos planes, busquemos puentes, rutas, caminos. Encontremos los que hay ó pongamos manos a la obra, de forma individual, de modo colectivo, en lo próximo, en lo lejano, en las circunstancias y con los medios que consideremos más adecuados para construir. Lo importante es hacer con responsabilidad aquello para lo que nos sentimos capacitados y que nos resulta agradable, más aún, placentero; lo que nos conecta con nuestra plenitud, lo que nos rescata a pesar de todo y hasta, tal vez ayuda a otros.

Recordemos las palabras de Harold Whitman: “No te preocupes por lo que el mundo necesita; pregúntate qué es lo que te hace vibrar. Entonces, ve y hazlo. Porque el mundo necesita gente que despierte y viva”.

Diana Alvarez

dalvarez@etcmagazineweb.com

Cuidados

Diabetes en la Argentina

Gacetilla enviada por CUI.D.AR

CUI.D.AR es una asociación sin fines de lucro, integrada por un grupo de padres, familiares y personas con diabetes que trabajamos por una mejor calidad de vida de niños, adolescentes y adultos con esta condición crónica.

Nuestro trabajo está dirigido a que las necesidades de las personas con diabetes sean cubiertas o, al menos, consideradas...

Porque sabemos que la persona con diabetes necesita unos mayores conocimiento y formación para cuidarse mejor...

Porque somos conscientes de que debemos lograr campañas nacionales de prevención y de toma de conciencia...

Porque nuestra misión es ayudar a que todos los que tienen diabetes reciban el tratamiento necesario y la educación adecuada para tener una mejor calidad de vida...

Pero, para lograrlo, necesitamos del compromiso social “de”, “para” y “con” la diabetes. Sólo así será posible el desarrollo de una vida Activa, Plena y Feliz. Es por esto que en CUI.D.AR queremos invitarte a que te sumes a nuestra misión, a que nos des una mano para lograrlo... Quizás a veces sentís un fuerte impulso de querer ayudar o hacer algo por el otro...

Esa emoción de “querer hacer” algo por alguien es una actitud de “voluntariado”. Y el voluntariado no es otra cosa que un medio para lograr una sociedad más justa, más solidaria, más comprometida.

Pero también te pasa que querés ayudar y no sabés cómo... Por eso te proponemos que te sumes a nosotros, porque seguramente muchas veces vamos a necesitar de esa ayuda que tanto querés dar...

Tu ayuda y tu aporte solidario nos ayudarán a transformar la realidad de muchos niños, adolescentes y adultos con diabetes... Por eso, a partir de ahora te invitamos a formar parte de nuestras “campañas solidarias”...

Campaña “Banco de Insulinas”

CUI.D.AR tiene un banco de reserva de insulinas para atender los casos de las personas más necesitadas...

Es importante aquí destacar que la insulina es una medicación vital para muchas personas con diabetes, la mayoría de ellos niños y adolescentes, porque necesitan de ella para vivir... Si tenés insulina que no utilizás, podés ayudarnos donándola a nuestro banco. Para hacerlo necesitamos que:

- La insulina haya mantenido la cadena de frío en sus diferentes fases: distribución, almacenamiento y manipulación.
- Los frascos de insulina estén en su envase original y sin abrir.
- La insulina tenga un vencimiento posterior al 30 de agosto del 2005.
- La hagas llegar a CUI.D.AR comunicándote previamente con el 4717-3135, 4765-2615 o a través de cuidar@cuidar.org

Desde CUI.D.AR valoramos profundamente el que quieras ayudar y hacer algo por el otro.

*Asociación para el Cuidado de la Diabetes en Argentina – CUI.D.AR
Personería Jurídica N° 23668 -
Entidad Bien Público Reg. Mun. N° 625
4717-3135 / 4765-2615
www.cuidar.org*

CARRERAS DE

ANALISTA EN

Comunicación Social

PRIMERA CON ORIENTACIÓN HUMANÍSTICA

Charlas informativas:

24 de Febrero y 3, 10 y 17 de Marzo

Counseling

Carrera de Consultoría Psicológica

Charlas informativas:

16 y 26 de Febrero y 2, 9 y 16 de Marzo

TÍTULOS OFICIALES • DURACIÓN: 3 AÑOS

 **HOLOS SAN ISIDRO**
ESCUELA HUMANÍSTICA

Única institución dirigida por el Lic. Andrés Sánchez Bodas, creador de la carrera de Counseling en Argentina.



Los Creadores

Un artista de raza

Rodolfo Alonso, un múltiple hacedor y protector de la cultura



Al respecto, dice: "Me parece un milagro. Que revive otro milagro. Son poemas que escribí (o mejor, que me escribieron) entre los 17 y 21 años, y que todavía me sorprenden". Por aquel entonces había dos grandes movimientos de vanguardia en la poesía argentina: "Poesía Buenos Aires" y el grupo surrealista, orientado por Aldo Pellegrini, precisamente el fundador de Editorial Argonauta, primer surrealista latinoamericano, que también apreciaba la obra de Alonso, a quien le ofreció seleccionar y traducir por primera vez al castellano a los 4 poetas que hay en Fernando Pessoa (Poemas, 1961, Fabril Editora). Así, Alonso se convirtió en el primer traductor de Pessoa en América Latina. Cuando recuerda aquella época, se remonta a una adolescencia que sintió conflictiva. "Hay artistas que tienen la suerte de crear con placer. Yo escribía como con angustia, con cierta ansiedad. Como desnudándome. Y nunca fui, digamos, un escritor profesional. De hecho, nunca tuve un escritorio ni un estudio. Es más, nunca me senté a escribir. Los poemas me ocurren. Había cosas que estaban en el aire y dentro de mí, que intuía tenían que ver con el lenguaje".

Tiene publicados más de 25 libros propios, desde "Salud o nada" (1954) a "El arte de callar" (2003). Son, en su mayoría, de poemas pero también los hay de ensayo y de narrativa, y fueron traducidos a diversos idiomas. Además, ha escrito guiones para cortometrajes y hasta dirigió su propia editorial de libros, la que llegó a publicar más de 250 títulos. Alonso hizo, y hace aún, traducciones del francés, del italiano y del portugués: Giuseppe Ungaretti, Fernando Pessoa, Cesare Pavese, Marguerite Duras, Manuel Bandeira, entre otros grandes autores. Fue Director de Cultura de la Provincia de Buenos Aires en 1984, Director del Fondo Nacional de las Artes entre 1986 y 1989 y, desde hace 6 años, es Director del Centro Cultural Paseo Quinta Trabucco de Vicente López, al que considera "un lugar mágico, un bellissimo espacio público, en el que se muestran obras de arte de alto nivel, y en torno al cual se ha creado un público por suerte cada vez más partícipe, más exigente."

En el año 2004 fue galardonado con el Premio Konex 2004 en Poesía, el que lo tomó de sorpresa. "Me sorprendió gratamente que un jurado de veinte colegas se acordara espontáneamente de mí, aún cuando un verdadero artista no trabaja pensando en reconocimientos, sino en tomar contacto con lo hondamente humano", comenta.

Su vida es, sin duda, una sucesión de proyectos y metas alcanzadas. ¿La última? Haber presentado "A favor del viento", de Editorial Argonauta, que reedita sus 6 primeros libros, con todos los poemas escritos en su adolescencia, cuando era el miembro más joven de la legendaria revista argentina de vanguardia "Poesía Buenos Aires".

En el contexto de "Poesía Buenos Aires", Alonso dice haber experimentado dos lealtades simultáneas, que espera haber sostenido hasta hoy: fraternidad y exigencia.

Habla de los poetas como artistas del lenguaje y, respecto de éste, manifiesta: "No es solamente un instrumento como una cuchara, un martillo, un tenedor o una tenaza. No es algo que empleemos para determinada finalidad. El lenguaje tiene una vida propia y nos posee. Los seres humanos no usamos apenas el lenguaje, somos lenguaje. La poesía, por ejemplo, es una experiencia de vida y de lenguaje. Es algo visceral y mental que tiene un doble andarivel, simultáneo, de lo que es orgánico, instintivo y, al mismo tiempo, tiene que ver con la exigencia de la forma."

Y si hablamos de experiencia, no de habilidad, hay que decir también que todos somos y no somos capaces de hacer poesía.

"Sin dudas, hay un don, una presencia viva del lenguaje. No sólo por tratarse de un especialista o un técnico del asunto.

Quizás quien tiene la mayor capacidad técnica no logra mantener el temblor. Y hay que sostener las dos cosas: la exigencia de la forma, sí, pero también el temblor de algo que está vivo, que es la vida misma, que no se puede congelar como a una mariposa con un alfiler.

Puede ser muy bella, pero está muerta.

La poesía, aunque lo incluya, no es sólo una cuestión formal y estética. Es cuando el lenguaje no se agota, sigue hablándonos.

Después de todo, así ocurrió con el gran arte de todos los tiempos.

Alonso opina que hoy es riesgoso para el arte dejarlo librado al mercado económico. Y reflexiona: "Mi idea del arte es exactamente la contraria. Los creadores espontáneos, auténticos, respondían a su amor por la verdad y la belleza. El best seller, en cambio, no se fabrica para elevar humanamente a sus lectores, sino para seducir la mayor cantidad de compradores posible. Y la industria cultural que lo produce tiene un único objetivo: el dinero. Se instaló así la idea de que el más vendido es el mejor, y yo creo que no es así. Ocurre como en el amor. Cuando el amor se paga, ya no es amor, tiene otro nombre."

Laura Zavoyovski

laurazavoyovski@etcmagazineweb.com

Diana Boutique®

Talles del 42 al 60

Horario:
Lunes a Viernes 9 a 20
Sábados: 9 a 13

Av. SAN MARTIN 1996
FLORIDA (1602)
E-mail:
dianaboutique@arnet.com.ar
website:
www.dianaboutique.com.ar
TEL./FAX: 4718-0558

En Televisión:
"Diana Presenta"

Martes 20 hs.
Sábados 16 hs.

Canal 5 de Vicente López
Canal 7 de Cablevisión
Canal 13 Multicanal

Casa del Sol

"Un lugar donde encender el conocimiento y la creatividad"
Enseñanza Holística - Técnica integral del aprendizaje

Clases de Bajo:

Todos los estilos. Ejercicios de estimulación y relajación de manos y dedos. Escalas - Improvisación - Armonía - Lectura.

Clases de Inglés:

Todos los niveles. Exámenes internacionales, First, Proficiency y otros. Conversación personalizada. Apoyo escolar.

Clases de ejercicios

Bioenergéticos:

Una forma de encontrar tu ritmo interior, propio y único a través de técnicas de Respiración, Enraizamiento (Grounding) y Relajación. Y así sentirte mejor plantado en tu día a día.

Contactanos:

para horarios de clases de ejercicios grupales e individuales.

¡Tu consulta es Bienvenida!

Tel: 4794-6374 - casadelsolyin@yahoo.com.ar

Gane Tranquilidad: asegúrese

Seguros para Viviendas-Robos-Accidentes

Costos Reducidos

Sin Sorpresas-Pólizas Claras-Asesoramiento Completo



Boston
S E G U R O S
Una compañía UNUM.



CNA SEGUROS

Informes: 6349-4730 consultas@redseguros.com

www.redseguros.com

Lugares

Túnez

Un bálsamo en la rudeza del desierto donde realizar un itinerario inolvidable

Resumiendo la belleza de sus diversos atractivos, este país al norte de África y a orillas del Mar Mediterráneo, es conocido como la "Rosa del Desierto". Su capital, la antigua ciudad de Túnez, logra una perfecta amalgama entre sus arcaicas tradiciones y los tiempos modernos. Muestra de lo primero es Medina, declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO y en donde se encuentran los mercados y palacios.



El sector moderno se asemeja al de las ciudades europeas del Sur, construido en la parte oriental, fuera de las murallas y orientado al mar. Allí se encuentran los hoteles más modernos, los bancos, las tiendas de moda y la mayoría de las sedes de las diversas empresas internacionales. Otro sitio de interés es la isla de Djerba, que cuenta no sólo con 128 kilómetros de playas, sino también con numerosos centros turísticos. Es también notable la variada vegetación de esta isla: palmeras, huertos, olivares y árboles frutales.

Si lo que los visitantes desean conocer son lugares sorprendentes, nada mejor que el enorme desierto llamado

Chott, cuya superficie está compuesta por una cantidad incontable de cristales que forman una gruesa capa de sal.



Entre las características naturales de Túnez se destacan sus oasis, islas de verdor en medio de las arenas, pobladas por multitud de palmeras. En ellos se ha concentrado buena parte de los habitantes del desierto, quienes encuentran allí sombra, agua y tierra fértil. Hay, asimismo, oasis en lo más alto de las montañas, donde las palmeras crecen entre las rocas. La economía en ese lugar se basa en la recolección de dátiles.



La dificultad con el idioma aquí no es tan acentuada porque, más allá de que los tunecinos hablan en árabe, también están muy difundidos el francés y el inglés, sobre todo en los grandes centros turísticos.

Jorge Castro

jorgecastro@etcmagazineweb.com

Lo nuestro

Carnavales norteros

Desentierro, ablande, machadas, y otros sucesos que integran los festejos

Una típica y ancestral característica de nuestra región nortera es el festejo de los carnavales.

Por aquellas zonas el aire se llena con el aroma a albahaca, con cuyas ramitas se baila al compás de las cajas y de los sikus y se realizan las aspersiones o mojaduras con chicha sobre las personas, sus viviendas y sus animales. La chicha es una bebida alcohólica característica de la región, puede ser de maní (maní tostado, azúcar, canela y clavo de olor) o de maíz. Entre baile y baile se suelen saborear ricas empanadas, choclos, queso de cabra, asado de cordero, etc.



El carnaval suele "desenterrarse" en los días previos. Los participantes acompañan a las comparsas cuando se congregan en los alrededores del pueblo para llevar a cabo la ceremonia del "desentierro del carnaval". La diversión comienza con carnavales y bailecitos en un "carnaval de ablande" (una semana antes). A continuación se celebra el carnaval grande y, finalmente, una semana después, el "carnaval chico" (el entierro). Una creencia curiosa es que los lugareños consideran

obligatorio liberar la energía de todo aquello que es prohibido durante el resto del año, así entonces se



"machan" (emborrachan) y realizan el llamado "topamiento" que ocurre cuando las mujeres esperan en los pueblos y se topan con los "diablitos" que bajan de los cerros. Lindo o feo, la mujer acepta que debe irse con el compañero que le toque y viceversa. Con relación a la última ceremonia de estas fiestas, entierran al Diablito hasta el próximo año.

Esto varía de acuerdo a la zona pero, por ejemplo, en el límite con Bolivia suele hacerse un ritual exclusivo de los que ofician de diablos. La gente observa desde lejos, se enciende una gran fogata junto a una apacheta (montículo) y, en la oscuridad de la noche, se realiza el Entierro del Carnaval. Se escucha un gran estruendo de bomba, como señal de que el carnaval ha concluido, y todo termina abruptamente.

En Salta, lo que en otras zonas se denomina el Entierro de la Sardina, se lo conoce como Kacharpaya. Es el equivalente al Miércoles de Ceniza.

Conozca Buenos Aires y el Delta a bordo de los

Catamaranes "Libertad"



**Fiestas - Celebraciones - Eventos
Casamientos - Cumpleaños**

**EXCURSION AL DELTA
SABADOS: 16 Hs.**

Río Luján y Río Tigre
Parque de la Costa

Duración: 2,15 hs. Precio: \$12

**DOMINGOS Y FERIADOS
15, 16 y 17 Hs.**

15 y 16 Hs. **Ciudad Universitaria
Duración: 45 min. Precio: \$6**

17 Hs. - **Río Luján y Canal de Vinculación
Duración: 45 min. Precio: \$10**

NIÑOS HASTA 8 AÑOS GRATIS

**Boletería y Embarque: Puerto de Olivos
INFORMES: 4799-6030**

Flashes

Protocolo de Kyoto

El 16 de este mes entrará en vigor el Protocolo de Kyoto, el mayor acuerdo jamás firmado sobre el cuidado del medio ambiente, el cual obliga a los países desarrollados que lo hayan ratificado a reducir sus emisiones de gases de efecto invernadero entre 2008 y 2012 en un promedio de 5,2% menos que lo registrado en 1990.

Monte Everest

Un equipo de científicos chinos viajará este año al Monte Everest para determinar si el calentamiento global ha causado una disminución de la altura en la montaña más alta del mundo. Los medios estatales chinos dicen que el grupo realizará estudios en el Everest entre marzo y junio empleando equipos de radar y de posicionamiento global por satélite.

El Monte Everest mide oficialmente 8 mil 850 metros. Informaciones de prensa indican que la punta de la montaña puede haber disminuido en más de un metro debido al calentamiento global que está deritiendo los glaciares.

Sobrepeso en Estados Unidos

Al darse a conocer, el pasado mes de Enero, la Guía Alimenticia 2005 para los estadounidenses, se reveló que casi las dos terceras partes de la población de EE.UU. tienen exceso de peso, y más de la mitad hace pocos ejercicios. La secretaria de Agricultura, Ann Veneman, dijo que las recomendaciones alimenticias han cambiado poco con los años. Las pautas, revisadas cada cinco años, aún recomiendan comer frutas, vegetales y granos, limitando el consumo de alimentos con alta

concentración de grasas y sal. Pero este año las pautas promueven específicamente más actividad física, y se aconseja a los adultos realizar ejercicio físico diariamente, entre 30 y 90 minutos. El secretario de Salud de los Estados Unidos, Tommy Thompson, instó a la población a esforzarse en perder peso, resaltando que no existen "píldoras dietéticas milagrosas".

Diseño Web

**EZ Multimedia
& Digitalización**

Presupuestos sin cargo

☎ 4761 - 0769

www.ezdigitalizacion.com



www.etcmagazine.com.ar/chicos

Nociones de astronomía

Astronomía

Es la ciencia que observa y estudia a los cuerpos celestes del Universo (los planetas y sus satélites, los cometas, los meteoros, las estrellas, la materia interestelar y las galaxias). La astronomía moderna está compuesta por:

La astrometría, que es el estudio de las posiciones y los movimientos de los cuerpos celestes.

La mecánica celeste, que es el estudio del movimiento y las mutuas atracciones gravitacionales de los cuerpos celestes en el espacio.

La astrofísica, que es el estudio de la composición química y física de los cuerpos celestes.

La cosmología, que es el estudio del Universo como totalidad.

Estrellas

Son masas de gases, principalmente de hidrógeno y helio, que emiten luz. Sus temperaturas son muy altas y en su interior se producen reacciones nucleares. Desde la Tierra las vemos solo de noche y como pequeños puntos luminosos porque se encuentran a mucha distancia de nosotros. La excepción es el Sol, la más cercana de todas ellas.

Según su tamaño, son clasificadas como: supergigantes, gigantes, medianas, pequeñas y enanas. Según su temperatura, de las más frías a las más calientes, se las denominan azules, blancas, amarillas y rojas. La estrella más cercana al Sol es Alfa Centauro y la más brillante es Sirio.

Materia interestelar

Suele creerse que el espacio interestelar (entre las estrellas) se encuentra totalmente vacío, pero en realidad posee materia interestelar integrada por gas y polvo.

La mayor parte del gas que hay disperso irregularmente en el universo está compuesto de hidrógeno y helio.



Sistema Solar

El Sistema Solar está formado por una estrella central, el Sol, los cuerpos que le acompañan y el espacio que queda entre ellos.

La Tierra forma parte del Sistema Solar, dentro de la galaxia llamada Vía Láctea. Alrededor del Sol giran nueve planetas. Éstos son: Mercurio, Venus, la Tierra, Marte, Júpiter, Saturno, Urano, Neptuno y Plutón. La Tierra es nuestro planeta y tiene un satélite, la Luna. Algunos planetas tienen satélites naturales y otros no.

Los planetas no tienen luz propia, sino que reflejan la luz solar.

Realizan distintos movimientos, los más importantes son el de rotación, girando sobre su propio eje, dando lugar al día del planeta, y el de traslación por el cual describen órbitas alrededor del Sol, dando lugar al año del planeta.

Cada planeta toma un tiempo diferente para completar su órbita, cuanto más lejos se halla del sol, más tiempo.

Asteroides

Los asteroides son rocosos y metálicos, de menor tamaño que los planetas. También rotan alrededor del Sol, la mayoría entre Marte y Júpiter. Se los conoce como planetas menores. Los asteroides están constituidos por el

material que sobró durante la formación del Sistema Solar.

Meteoritos o aerolitos

Son asteroides que llegan a la superficie de los planetas.

Galaxias

Son acumulaciones enormes de estrellas, gases y polvo.

En el Universo hay centenares de miles de millones. Cada galaxia puede estar formada por centenares de miles de millones de estrellas y otros astros. En el centro de las galaxias es donde se concentran más estrellas.

Las galaxias se mueven por el espacio intergaláctico. Entre todas forman el Universo, cuyos límites aún se desconocen, considerándose infinito...

Cometas

Son cuerpos de formas irregulares, frágiles y pequeños, compuestos por una mezcla de sustancias no volátiles y gases congelados. Describen órbitas elípticas que los llevan muy cerca del Sol y los devuelve al espacio profundo.

Tienen lo que se denomina "cabellera", que es una nube difusa que los rodea. Cuanto más se acercan al Sol, mayor es esta cabellera. En el centro de ella se encuentra el núcleo. La cabellera y el núcleo juntos forman la cabeza del cometa.

Satélites

En Astronomía, se denominan satélites a los objetos en rotación alrededor de un astro. Un satélite natural es cualquier astro que se encuentra desplazándose alrededor de otro, generalmente se los denominan lunas. Alrededor de la mayoría de los planetas giran satélites. Existen también los satélites artificiales. Estos son construidos por el hombre, y puede modificarse su trayectoria, lo que no es posible con los naturales.

Los cocodrilos

Actualmente existen 22 tipos de cocodrilos, que incluyen a los cocodrilos propiamente dichos, los caimanes americanos y los gaviales de la India. Todos juntos forman la familia de los cocodrílidos. Son supervivientes de un grupo de origen muy antiguo, ya que empezaron a extenderse por todo nuestro planeta luego de la extinción de los dinosaurios (hace 75.000.000 de años) y ya tienen, desde sus comienzos, una supervivencia de 250 millones de años, ya que los primeros especímenes fueron contemporáneos de los dinosaurios y los pterosaurios.

Algunos datos:

La mayoría de los cocodrilos machos de agua salada miden entre 4,6 y 4,9 metros. Las hembras son considerablemente más pequeñas y miden alrededor de 3 metros.

Los cocodrilos pueden llegar a vivir entre 60 y 70 años.

Un cocodrilo puede mantenerse sumergido hasta por 2 horas, pero generalmente no pasa más de 15 minutos bajo el agua.

Un cocodrilo adulto puede crecer hasta 40 veces su peso desde el nacimiento.



FUENTES, ESTANQUES Y CASCADAS

Construcción - Diseño
Mantenimiento
Plantas acuáticas - Peces
Presupuestos sin cargo

PABLO
☎ 4792-8341
pvidela@agro.uba.ar



DARK INFORMATICA

Equipos Redes Insumos
Accesorios

Servicio técnico a domicilio o
en nuestro laboratorio en 24 hs.

☎ 4793-9016

Avda. Santa Fe 1599 Martínez
dark@fibertel.com.ar

Psicopedagoga

Dificultades de
aprendizaje

Adriana Pérez Caballier

Niños
Adolescentes

☎ 4761-6400



Contratá tu cumple en el local de
Alvear 81 (Martínez) y
presentando este cupón tendrás
un 10% de descuento en
Juguetería Carrousel,
Alvear 44 (Martínez)
☎ 4512-2820

Qué como & Dónde

De Colección

Aromas y algo más...

Espicias, hierbas aromáticas, semillas, sales y picantes



Desde este espacio compartiré con ustedes lo que fui aprendiendo desde hace tiempo, acerca de las especias, hierbas aromáticas, semillas, y todo aquello que corresponde al delicioso mundo de los sabores y los aromas.

Paulatinamente nos iremos adentrando y juntos conoceremos los secretos de esta área de la gastronomía.

Quiero contarles que me introduje en este tema por "amor" a la persona que ocupó un lugar preponderante en mi vida y quien más me enseñó.

No es mi estilo clasificar fríamente a los aromas, perfumes y sabores que nos

ayudan a soñar, a romper la rutina en la cocina de todos los días. Cómo no transportarnos con el perfume del estragón, la frescura de la albahaca asociada al Mediterráneo, el exotismo de un curry que nos recuerda a la India...

Condimentar es realzar el sabor de un alimento y, al mismo tiempo, encontrar la afinidad del elemento que utilizamos con la comida a condimentar. Para esto contamos con esos ingredientes que configuran nuestro tema.

¿Comenzamos?

Entonces les propongo coleccionar las fichas de cada edición de esta sección de ETC Magazine. Las mismas se referirán a:

- Semillas
- Hierbas Aromáticas
- Pimientas
- Mostazas
- Sales
- Chilis

Graciela Clara Iungman

FICHA N°1 - ETC MAGAZINE

Alcaravea (*Carum carvi*)

Esta semilla se utiliza en los panes de centeno. Muy empleada en Alemania en una bebida reconfortante llamada kummel (hecha a partir de comino y otras hierbas), al igual que en otra escandinava: el aquavit, que se bebe acompañando pescados ahumados como el arenque, también cangrejos y variados frutos de mar. También se adiciona en algunos quesos.

Amapola (*Papaver rhoeas*)

Estas semillas aunque proviene de la amapola opiácea no tienen nada de narcótica. Pueden ser de color azul grisáceo o blanco amarillento. Las primeras se utilizan en panes, sobre todo combinadas con cebolla, otorgándoles un sabor característico. Las segundas son muy comunes en la cocina de la India, donde se las emplea para dar textura más que sabor al curry.

Anís (*Pimpinella anisum*)

Conocido como comino dulce, el anís da su aroma al Pernaut y a otras bebidas de la misma especie. Es un arbusto de la familia de la cicuta. Sus semillas brindan un sabor dulce y, justamente, anisado al pescado, también a los mejillones, así como también a dulces y cremas. En algunos lugares de Europa su uso es común en algunas masas y en panes. En Oriente Medio se aromatizan con anís los higos y a las mermeladas. En India condimentan con anís al cordero y el pescado. Es aconsejable comprarlo en pequeñas cantidades porque pierde rápidamente su intensidad.

Apio (*Apium graveolens*)

Las semillas de apio poseen un sabor ligeramente amargo. Se aconseja utilizarlo para realzar el sabor de los guisos, reemplazando al apio fresco.

¡Salute!

Un clásico

Manhattan

2/3 de Whisky (Canadiense o Bourbon, de ser posible)
1/3 de Vermut rojo



Se prepara en vaso mezclador con hielo en cubitos, se le vierten los ingredientes, se remueve con una cucharilla y se sirve, normalmente en copa de cóctel. Se suele decorar con una cereza al marrasquino.

NATY C. ALONSO



Decoración de tortas
Porcelana fría
Souvenirs

se dictan cursos:

☎ 4791 - 2173

Ideas Makro

Clima tropical y estrellas

No se trata de la descripción de una noche de verano en alguna playa paradisíaca; sino más bien de conceptos a tener claros, si de heladeras y buena conservación de alimentos se trata.

Al igual que en la hotelería, las estrellas prendidas de su heladera corresponden a una valoración o categorización, en este caso respecto de la máxima cantidad de grados bajo cero que esta puede llegar a enfriar.

Cada estrella equivale a -6°C grados; los freezer tendrán desde 3 estrellas, que equivalen a -18°C, temperatura aceptada internacionalmente como la adecuada para impedir la proliferación de cualquier microorganismo y -24°C o 4 estrellas, temperaturas necesarias para que los alimentos se congelen pero, además, mantengan sus condiciones estables. En cambio, las gavetas de congelación de

las heladeras convencionales no tendrán más de 2 estrellas, unos -12°C, temperatura que permitirá que la materia líquida de los alimentos se congele, pero no garantiza las condiciones del alimento, ya que hay microorganismos que seguirán desarrollándose en este estadio.

Respecto del clima, deberá ser del tipo tropical o al menos subtropical. Esto significa la capacidad de aislamiento que tiene la heladera con respecto a la temperatura ambiente externa y no tiene relación directa con las estrellas.

La heladera tropical debe estar indicada con la letra "T" mayúscula en el producto o en la placa de identificación. Esto significa que soportará temperaturas ambiente de hasta 43°C sin perder los valores internos normales de frío.

La heladera subtropical está indicada con la sigla ST y alcanza la misma eficiencia de frío con una temperatura ambiente de hasta 35°C. La heladera para clima templado está indicada con la letra N y soporta hasta un máximo de 32°C con desempeño normal. El hacerlas trabajar por encima de las temperaturas que soporta acortará su vida útil.



Esteban Echeverría 2870
Panamericana entre
Ugarte y Pelliza - Olivos

Novedades Gourmet

Gazpacho y ¡Olé!

En sintonía con la temporada, Knorr lanzó de su línea *Sopas de la Huerta*, una versión de Gazpacho en presentación Tetra Brik, ideal para almuerzos o cenas en jornadas acaloradas.

Pancho light

Alternativa para pecar sin culpa, nueva versión del clásico pan de pancho. Bimbo presenta el nuevo pebete de pancho, integral y reducido en calorías.

¡Gostoso!

Freddo lanzó su nuevo sabor Maracuja- Naranja, híperfresco, combina el sabor tropical de la fruta de la pasión con el dulzor de la naranja.

Barra delivery

Gancia te arma la barra donde vos quieras, la empresa propone recrear una barra con toda variedad de tragos, bartender incluido en tu propia casa. Una solución para todo tipo de eventos, informes 0810-222-2626.

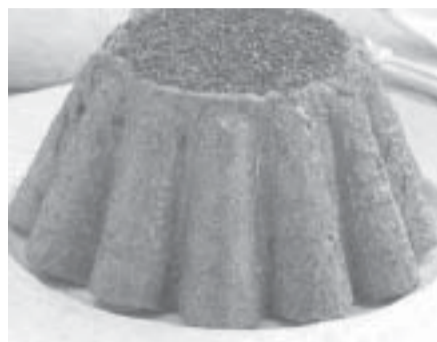


www.etcmagazine.com.ar/sabores

Las manos en la masa

Amor en tableta

Oh!! l'amour, toujours l'amour!



Divina sensación que nos invade unas cuantas veces más, unas cuantas menos en esta vida.

Cosquilleo, éxtasis, borrachera de placer, plenitud, mix de percepciones que produce Esa o Ese objeto del deseo en nuestra psiquis y que, en combinación con otras tantas sustancias químicas, nos lleva a crear la magia y, por qué no, la fantasía del AMOR.

Pero, ¿qué sucede cuando escasea o cuando directamente no aparece nuestra musa o Adonis inspirador, ése potente disparador? A no desesperar, célibes, todo en esta vida tiene solución ... Y parece que los científicos han descubierto algunos datos por demás interesantes en el chocolate.

El chocolate, sí, ese inofensivo chocolatín del kiosco, contendría una serie de compuestos que desencadenarían la producción de sustancias que habitualmente se encuentran en altas concentraciones en gente enamorada y que serían responsables, en gran medida, de las sensaciones y modificaciones fisiológicas que experimentamos cuando amamos, además de poseer toda una artillería de activos propios, que se sumarían a la explosión de los sentidos.

Una de esas sustancias sería la fenoltilamina, del grupo de las endorfinas, que genera las supuestas propiedades adictivas del chocolate y que, con un efecto similar al de la anfetamina, mejora el estado de ánimo y provoca una sensación de euforia. Darnos una panzada de chocolate induciría también la producción en el cerebro de una sustancia denominada triptófano, vinculada a la serotonina. Hormona ésta responsable directa de que la persona disfrute de sensaciones de tranquilidad, sedación y felicidad. Además, el manjar moreno contiene teobromina, un estimulante natural que ejerce en el sistema nervioso central,

un efecto parecido al de la cafeína; antioxidantes naturales, los polifenoles, que actúan como protección contra las enfermedades del corazón, ayudan a prevenir enfermedades degenerativas, el envejecimiento de las células e incluso el cáncer; grasas, que provocan tras su consumo una sensación placentera de saciedad y carbohidratos, que hacen que, tras varios procesos químicos, se incremente la cantidad de oxígeno que llega al cerebro, lo que tiene como consecuencia una mayor fluidez mental. Por eso, a falta de amor, ¡buenos son los chocolates!

Y si lo quiere comprobar, pruebe con esta receta de **Marquise au chocolat**

Ingredientes:

150g de chocolate para taza
250g de azúcar impalpable
9 yemas
150gr de cacao amargo
300gr de manteca
380gr de crema de leche

Procedimiento:

Batir a blanco las yemas y el azúcar, derretir el chocolate a Baño María con la manteca. Batir la crema a punto. Mezclar la preparación de las yemas con el chocolate derretido, agregar el cacao en polvo y, por último, la crema. Lograr una preparación homogénea. Finalmente deberá verter la marquise en un molde rectangular (del tipo de budín inglés) forrado en papel aluminio y colocarlo, al menos por una hora, en el freezer, tiempo estimado para que la crema alcance a estar bien firme.

Acompañe con una compota de frutas rojas o una suave salsa inglesa.

Gandini
Bar cultural
Ricardo Gutiérrez 1082
Olivos

Sabores

Cuando calienta el sol...

...aquí en la billetera

Aquí en la playa, el viento empieza a soplar, los sándwiches se llenan de arena y uno se empieza a deshidratar...

En este preciso instante de caos y desconcierto, en el que la naturaleza se vuelve contra nosotros, es cuando aparecen ellos.

¿Es un pájaro? ¿Es un avión? ¡No! Son los súper vendedores ambulantes. Una legión de seres que, en ese ámbito de cuerpos al aire y almas desarropadas, parecen beduinos con su carga al hombro por las ardientes arenas del desierto.

Mercaderes de la necesidad ajena, los hay para cada gusto.

El heladero, "palito, bombón, helado", más que vendedor parece el flautista de Hamelin, con una horda de niñitos revoloteándole alrededor, delicia para padres que, en cuestión de unas pocas horas en la playa, habrán visto agotado la mitad de su presupuesto para esas vacaciones. Consejo: cómprele unas orejeras a su hijo o suba el volumen del walkman para que no escuche el canto hipnotizante del señor en cuestión. Porque, se sabe, cuando quiere uno, quieren todos.

A la hora de la deshidratación llegará el espectro del Señor de las gaseosas, versión moderna del aguatero colonial, con latitas de todos los

colores, agua de las marcas más irreconocidas y precios de la bolsa de Nueva York. ¿Sed o no Sed?, reza una publicidad actual.

El panchero, masoquista o sacrificado, encima de que hace calor el hombre carga con un tubo de agua caliente sobre el lomo.

Embutidos de dudosa procedencia que flotan en un mar grasoso ¿Será esto lo que les da ese gustito tan especial?

El vendedor de facturas, de churros, de tortas fritas y de todo tipo de invento panadero, a la hora en que el sol comienza a caer y el mate empieza a acompañar, nos invita a seguir pastando frente a la orilla.

Y, por qué no, recordar a algunos más legendarios, que todavía le piantan un lagrimón a los nostálgicos, como el barquillero, sí, ese de los waffles tibios que, hoy por hoy, sólo se deja ver muy de vez en cuando.

Descontando que, según la playa que le toque en suerte (en suerte de bolsillo), el escenario irá variando los personajes y las propuestas, cada uno con su vestuario particular y su parlamento bien aprendido, actores de raza, todos con la misma formación y un único objetivo ¡¡¡¡Al ataque de las billeteras!!!!

Pamela Bentel

Para anunciar y publicar en
Qué como & Dónde

Llamar al: ☎ 4793 - 4730
Llamar al: ☎ 15 - 5013 - 2809
Lunes a Viernes
de 10:00 a 19:00 hs.

TE MATARÉ RAMÍREZ
RESTAURANTE AERODISIACO
El deseo siempre vuelve
Sensuales Shows

SAN ISIDRO
Primera Junta 702
Tel: 4747-8618

PALERMO
Paraguay 4062
Tel: 4831-9156

www.tematureramirez.com

Un lugar de encuentro
en el corazón del Shopping

CONFITERIA-RESTAURANTE

Jardín Vienès

UNICENTER SHOPPING
PLAZA DEL PANORÁMICO P.B.

La Zona



San Isidro: www.etcmagazine.com.ar/SI
 Vicente López: www.etcmagazine.com.ar/VL
 San Fernando: www.etcmagazine.com.ar/SF

Ellas y Ellos

Una agrupación de jóvenes solidarios

Desde su sitio web, la gente de APEPU, vecinos de Vicente López, nos cuentan su tarea

Somos un grupo de jóvenes con la profunda convicción de que un mundo más humano es posible. No nos resignamos a ser cómplices de un sistema injusto. No podemos ser indiferentes a las manos ásperas de un niño que debe abandonar prematuramente su infancia para comenzar a trabajar. No podemos aceptar que un trabajador deba deslomarse para poder llevar aunque más no sea un plato de comida a su hogar.

Debido a que creemos en la solidaridad como herramienta de cambio decidimos apadrinar dos

escuelas rurales en Misiones, la Escuela 248 (Municipio de Almafuerde) y su aula satélite (Municipio de Caa-Yarí), por lo que comenzamos a recolectar ropa, comida, juguetes, calzado y todo aquello que hiciera falta para mejorar la calidad de vida de la Comunidad Escolar. Realizamos un viaje por año (durante las vacaciones de invierno) en el que no sólo repartimos lo que juntamos sino que también realizamos actividades de recreación con los chicos y relevamos las necesidades existentes mediante el contacto con los padres.

Además, ellos informan que dentro de su accionar, colaboran también con el



proyecto Titrayjú que nació en la Mesa Nacional de Productores Familiares, una organización que aglutinaba a distintos movimientos de agricultores.

Parece un vocablo guaraní, pero no lo es. Titrayjú es la unión de las primeras sílabas de Tierra, Trabajo y Justicia, el

lema que desde hace treinta años enarbola el MAM (Movimiento Agrario de Misiones).

El MAM vende en Buenos Aires dos tipos de yerba.

Una que tiene un año de estacionamiento, a \$2,50 el kilo. Y otra de mayor estacionamiento a \$3. Casi un peso queda en las organizaciones y otro tanto vuelve a los productores.

Para más datos o colaborar: agapepu@hotmail.com o comunicarse con Matías al teléfono 4702-9935. El sitio web es www.apepu.com.ar

Club de Astronomía Ingeniero Félix Aguilar

Fundado en el año 1980 por el doctor Antonio Cardarelli, este club, que recibe su denominación en honor al ingeniero y astrónomo argentino que tomó parte en la medición del meridiano de Córdoba, está integrado por aficionados a la astronomía y a otras ramas de la ciencia.

Es presidido actualmente por Mario Ghellere y desarrolla actividades en Ricardo Gutiérrez 1060 en la Casa de la Cultura de Vicente López. Todos los sábados es el lugar de encuentro para reuniones y conferencias sobre diversos temas científicos, fundamentalmente los astronómicos, aunque ocasionalmente, se ofrecen también charlas y debates de interés general para la comunidad.

El C.A.I.F.A. también cuenta con un puesto astronómico en la calle Buchardo 2556, Martínez, y allí, si el estado del tiempo lo permite, todos los viernes por la noche el Club realiza actividades tales como observaciones planetarias, galácticas y extragalácticas, además de charlas-debate entre los miembros.

Para participar de éstas, los interesados deben acercarse el sábado anterior a las 18 horas a la Casa de la Cultura de Vicente López. Además de poseer una biblioteca y computadoras al servicio de sus miembros, lo más interesante del observatorio radica en el telescopio "Gran Sasso", un reflector de 13,1" f/4,4 equipado con sistema de seguimiento automático del astro observado. Este instrumento fue construido por los socios del club. Quienes se acerquen al C.A.I.F.A., tendrán la oportunidad de comenzar su recorrido en el saber astronómico con la ayuda de quienes ya cuentan con experiencia y, a pesar de que dedicarse a la observación del cielo y todo lo que contiene no es fácil, los aficionados podrán encontrar la ayuda necesaria. Para poder observar el cronograma de actividades así como fotos del telescopio y de constelaciones, los interesados pueden ingresar al sitio: www.caifa.com.ar

Jorge Castro

jorgecastro@etcmagazineweb.com

Día de la Creatividad

El 21 de Abril se celebra internacionalmente el Día de la Creatividad. Fue instituido para recordarnos a cada uno nuestra

capacidad de transformar la realidad, descubriendo que todos podemos ser creadores y generar el bienestar que necesitamos. Este es un día muy especial para contactarnos con una de nuestras mejores fuerzas: la de la creación, y descubrir su poder para generar acciones placenteras y solidarias, basadas en la responsabilidad y el amor al arte, a la ciencia, a la sociedad, al deporte, etc.

La idea surgió en 2001 de un grupo de canadienses, preocupados porque su país había sido diagnosticado como "atravesando una crisis de creatividad". La idea prosperó con el apoyo del grupo internacional de profesionales en creatividad que asiste anualmente a la Creative Education Foundation en Buffalo. Actualmente el "Día de la Creatividad e Innovación" (Creativity Innovation Day - CID) se festeja en 44 países y tiene 147 Contactos locales que trabajan en la difusión de la idea.

Coincidentemente en nuestra Zona Norte ya comenzaron las reuniones y convocatoria a presentar propuestas para las actividades a desarrollarse durante la semana que comienza el 18 de Abril.



Muchas son las ideas propuestas, entre ellas la de realizar el Camino del Quijote, el día 23 de Abril, a lo largo de las

Avenidas Maipú, Santa Fe y Centenario con el apoyo de la Secretaría de Cultura de la Municipalidad de San Isidro (si llueve se pasará al sábado siguiente). Hay otra línea de trabajo que agrupa a todas las demás actividades que se propongan personal, grupal o institucionalmente. Las fechas y los lugares todavía están a definir. Se está buscando interesar a figuras que trabajan por la cultura para que den su público respaldo a esta iniciativa.

Cabe destacar que todo lo que se realiza es gratuito, las actividades no se cobran ni se pagan. En caso de que algún servicio necesite ser retribuido, como folletos o afiches se buscará auspiciantes que deseen apoyar la idea.

Para mayores informes, para presentar propuestas o simplemente para sumarse a alguno de los proyectos en marcha.

Pueden contactarse con: **Alejandra Benitez**, 4791 5332 cid_abcreativa@hotmail.com, y con **Beatriz Finocchietti**: 011 4793 0706 Senderos@fibertel.com.ar; ambas son **Contacto Local para la Zona Norte de la Creativity and Innovation Day**. www.creativityday.org

Especialistas en Riesgos del Trabajo



☎ 6349-4730



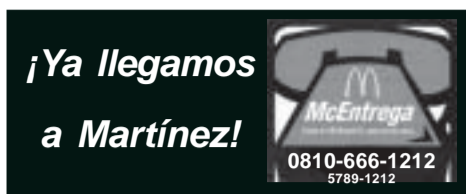
Flores del Alma

Esencias Florales Argentinas

Informes: **Hersilia Oneto**

☎ 4983-6973

www.esenciasargentinas.com.ar



San Isidro: www.etcmagazine.com.ar/SI
 Vicente López: www.etcmagazine.com.ar/VL
 San Fernando: www.etcmagazine.com.ar/SF

El Anotador

VICENTE LOPEZ

Paseo natural

La Reserva Ecológica de Vicente López es un patrimonio natural de 3,5 hectáreas en el que se puede descubrir y contemplar en forma gratuita la variada flora autóctona y las diferentes especies de animales que viven en la costa rioplatense. Permanece abierta todos los días del año, salvo los días de lluvia y/o sudestada. El horario de visita es de 9 a 17 en invierno y de 9 a 18 en verano. Paraná y el río, La Lucila, a la altura de Av. del Libertador al 4000.

Escuela de puertas abiertas para toda la comunidad

El Centro de Educación de Adultos 709/02 funciona en el edificio de la escuela N° 4, Av. Mitre 4190, Munro y desarrolla un proyecto de escuela de puertas abiertas, trata de integrar a: alumnos, docentes, padres y a toda la comunidad en el edificio de la escuela; que ésta permanezca abierta durante el verano para la realización de distintas actividades; para que los alumnos mantengan este espacio conocido y contenedor como lugar de encuentro y esparcimiento. Para los que gustan del tango, brindan clases durante febrero, los miércoles a las 19.30 hs.

Consultorio Jurídico Gratuito

La Municipalidad de Vicente López, a través de la Secretaría de Acción Social, pone a disposición de todos los vecinos del Partido el Consultorio Jurídico Gratuito, en el que los interesados pueden efectuar consultas sobre temas judiciales particulares. Cabe destacar que el servicio se brinda a nivel asesoramiento, no efectuándose patrocinio. Además, la citada atención se descentraliza en las delegaciones municipales de cada barrio, donde deberá solicitarse turno telefónicamente. El horario fijo de atención en la Secretaría de Acción Social, Av. Maipú 2510, es los lunes de 9 a 14. Para ser atendido en las delegaciones municipales hay que solicitar turno a los teléfonos 0800-555-7021, 4790-3233/3332 y 4794-4164/5589/7745.

Actividades de verano en las plazas

Se podrán practicar hasta el 28 de febrero. Profesores especializados darán clases en los siguientes lugares públicos:

En la Plaza Munro (Marconi y Alem) habrá básquet, gimnasia aeróbica y preparación física (miércoles y viernes de 17 a 19.30).

En la Plaza San Héctor Valdivieso (Pelliza y J. B. Justo, Olivos) se podrá hacer gym adultos, gimnasia y diversas actividades de preparación física (martes y jueves de 8.30 a 10.30).

En la Plaza La Paz (H. Yrigoyen 4500, Florida Oeste) habrá: preparación física (martes y jueves de 17 a 19.30), básquet (martes y jueves de 17 a 19.30 y sábados de 9 a 13), tae-bo (martes y jueves de 17 a 19.30 y sábados de 11 a 13), patín (miércoles y viernes de 16 a 18) y salsa (miércoles y viernes de 18 a 20).

Las actividades de la Plaza Soldado Argentino (ex Ader, Santiago del Estero y Triunvirato) son preparación física (miércoles y viernes de 17 a 19), gimnasia aeróbica (miércoles y viernes de 17.30 a 19.30) y gimnasia (miércoles de 17 a 19).

En la Plaza Florida Este (Libertad y España) se podrá hacer preparación física (miércoles y viernes de 17 a 19), gym total adultos y niños (miércoles y viernes de 17.30 a 19.30) y gimnasia (miércoles y viernes de 17 a 19).

En la Plaza del Milenio (Quintana y Av. Florida, Olivos) habrá preparación física (martes y jueves de 17.30 a 19.30), gimnasia aeróbica (martes y jueves de 18 a 19.30) y gimnasia (martes y jueves de 17.30 a 19.30).

En la Plaza Carapachay (Mendoza y Lope de Vega), se podrá hacer preparación física (martes y jueves de 17.30 a 19.30), gimnasia aeróbica (martes y jueves de 18 a 19.30) y gimnasia (martes y jueves de 17.30 a 19.30).

En el Paseo de la Costa, a la altura de la calle Güemes, habrán diversas actividades: gym total (sábados y domingos de 16.30 a 18), preparación física (sábados y domingos de 15 a 19)

y aerosalsa (sábados y domingos de 18 a 19). También en el Paseo de la Costa, a la altura de Arenales, se podrá practicar vóley (sábados de 15 a 19). Todas las actividades son libres y gratuitas. Para mayor información comunicarse con la Subsecretaría de Deportes y Recreación a los teléfonos 4513-9834/35 o dirigirse a Dorrego 2443, Olivos. También a: sudevilo@interar.com.ar.

SAN ISIDRO

Concurso de Historia del Pago de la Costa

El Instituto Histórico Municipal de San Isidro convoca a participar del Concurso de Historia del Pago de la Costa con trabajos inéditos de investigación propia en los que se podrán utilizar fuentes bibliográficas y/o documentales explícitas. La participación será absolutamente gratuita. El temario es abierto pero debe situarse dentro del período comprendido entre los orígenes del Pago y el año 1940, debiendo ser presentado en papel tamaño A4, escrito con interlineado simple, con tamaño o cuerpo de letra N° 9, de mínimo de 15 páginas y un máximo de 30. Hasta el 30 de abril próximo, a las 12, los trabajos (original impreso y una copia en disquete) podrán ser presentados en Avenida del Libertador 16.362, San Isidro.

Títeres para catequesis

La Junta Diocesana de Catequesis del Obispado de San Isidro anunció la próxima realización de un taller de títeres y máscaras, de aplicación en la catequesis con niños, destinado a catequistas y a agentes de pastoral. El mismo tendrá vacantes limitadas y se desarrollará los días lunes 14, jueves 17 y lunes 21 de marzo en el horario de 19,30 a 21,30 y estará a cargo de la Sra. Elena Santa Cruz.

Para mayor información: tel. 4575-4223, los lunes, martes, jueves y viernes, de 18 a 20 hs. o concurrir personalmente a la sede de la Junta, 25 de Mayo 337, San Isidro.

SAN FERNANDO

Artes visuales

Los artistas interesados en exponer en las salas municipales podrán presentar trabajos en las disciplinas pintura, dibujo, escultura, fotografía y grabado. Deberán adjuntar un Currículum Vitae y entre 6 y 10 fotos -de 13 cm x 18 cm- de las obras. La convocatoria incluye talleres de arte.

En este caso, deberán presentar una propuesta de trabajo, un Currículum Vitae del docente a cargo del taller y también entre 6 y 10 fotos -de 13 cm x 18 cm- de la obra de cada expositor. La recepción será del 1ero. al 17 de marzo, de 9 a 14.30, en la Quinta El Ombú, situada en la Avenida del Libertador 600, San Fernando. El jurado encargado de elegir a los expositores se reunirá el viernes 18 de marzo.

Elencos Artísticos

Los solistas y grupos de teatro, música y danza interesados en formar parte de la base de datos del Programa de Elencos Artísticos deberán presentar carpetas con demos o videos, según la especialidad.

Con estos datos se programarán las actividades y ciclos artísticos que se realizarán durante 2005 para celebrar el año del bicentenario.

Los materiales se recibirán en la Quinta El Ombú, desde el martes 1ero. de febrero, de lunes a viernes, de 8 a 14 Hs.



Así se verá el aviso que quieras regalar

Comunicate

☎ 4793-4730

etcmagazine@fibertel.com.ar
www.etcmagazine.com.ar

Av. Santa Fe 1499 - Martínez
 Tel./Fax 4793-3030
graficadiegorey@arnet.com.ar

Diego Rey
 Artes Graficas

- Formularios Continuos
- Papelería Comercial
- Fotoduplicaciones
- Talonarios DGI
- Revistas
- Volantes
- Etiquetas
- Folletería

PODÓLOGA UNIVERSITARIA (UBA)

Tratamiento integral del pie Instrumental esterilizado y descartable

A domicilio R. Geriátricas Ortopedias - Centros de Jubilados

Turnos al:

4790-6008

mariapozzo50@hotmail.com



www.etcmagazine.com.ar/letras

La ruta del Quijote

Un camino conmemorativo que rinde homenaje al Ingenioso Hidalgo

En 1605 se publicó la primera edición de "El Ingenioso Hidalgo Don Quijote de la Mancha", la obra más universal de la literatura española.

En este sentido, Castilla-La Mancha tiene la responsabilidad de liderar la celebración del IV Centenario homenajeando al ingenio de la obra y la constelación de sueños y realidades que representa la figura del Quijote.

Es así que el Gobierno de Castilla-La Mancha, entre otras muchas iniciativas, ha trazado el corredor ecoturístico y cultural más largo de Europa: la "Ruta de Don Quijote", la cual transcurre por caminos históricos, cañadas reales, veredas,

vías pecuarias, pasando por 144 municipios de la Región. Son 2.500 kilómetros de corredor verde de uso peatonal, ciclista o ecuestre, divididos en diez tramos y sesenta jornadas para recorrer y disfrutar, que invitan permanentemente a la aventura.

Caballero y escudero marcaron una ruta legendaria en la que lo auténtico ha cambiado poco. Todavía hoy se puede contemplar la estampa de los molinos de viento, galgos que persiguen a liebres y los paisajes inalterados de una tierra de viñedos, olivares y dehesas que terminan en la Sierra Morena. Por ejemplo, en el primer tramo de la ruta se encuentra Consuegra (Toledo), con su fantástica panorámica de los molinos de viento,

los que Cervantes menciona en la Parte I de la obra, en el Capítulo VII:

Los gigantes

Descubrieron treinta o cuarenta molinos de viento que hay en aquel campo, y así como don Quijote los vio, dijo a su escudero:



- La ventura va guiando nuestras cosas mejor de lo que acertáramos a desear; porque ves allí, amigo Sancho Panza, donde se descubren treinta o pocos más, desaforados gigantes, con quien pienso hacer batalla (...).

- ¿Qué gigantes? -dijo Sancho Panza.

- Aquellos de los brazos largos, que los suelen tener (...) de casi dos leguas.

- Mire vuestra merced que aquellos que allí se parecen no son gigantes, sino molinos de viento, y lo que en ellos parecen brazos son las aspas que, volteadas del viento, hacen andar la piedra del molino.

Manuel López Abreu

Para leer en vacaciones

Libros Recomendados

"Hombres y mujeres"
de **Nadia Fusini**
Editorial Losada

De un ser que definimos un hombre, una mujer, debemos decir el cómo: ¿cómo es mujer esa mujer? ¿Y hombre el hombre? Y descubriremos que estamos siempre desplazados, siempre oblicuos, siempre excéntricos al menos en parte respecto de ese significante, de su ley. Esta es la condición de la mujer y del hombre modernos. Aquello que distingue profundamente este libro de Nadia Fusini es el tratamiento de una realidad sentida y no solamente comprendida, un relato de nosotros, hombres y mujeres, donde vida y pensamiento se inclinan para modelar los rasgos de la experiencia; de todos los días, en todos los sentidos.

"Conozca el Método Pilates"
de **Erika Dillman**
Editorial Oniro

¿Qué es el método Pilates? ¿Cómo funciona? ¿Cómo puede ayudarle? El Método Pilates está diseñado para tonificar la mente y el cuerpo, ayudando a fortalecer los músculos, mejorar la postura, reducir el dolor en la región lumbar y aumentar la flexibilidad con el fin de desarrollar un cuerpo fuerte y elástico... sin necesidad de hacer flexiones. Las instrucciones, fáciles de seguir, y los ilustrativos dibujos convierten a "Conozca el Método Pilates" en una perfecta introducción a este programa dinámico de ejercicios. Con el Método Pilates aprenderá: los fundamentos de la postura, alineación y movimiento. Ejercicios eficaces para fortalecer, estirar y tonificar los abdominales, los muslos y las nalgas.

Para pensar

El tiempo y su valor

Para entender el valor de un año, pregúntale a algún estudiante que repitió curso...

Para entender el valor de un mes, pregúntale a una madre que alumbró a un bebé prematuro...

Para entender el valor de una semana, pregúntale al editor de un semanario...

Para entender el valor de una hora, pregúntale a los amantes que esperan para encontrarse...

Para entender el valor de un minuto, pregúntale al viajero que perdió el tren...

Para entender el valor de un segundo, pregúntale a una persona que estuvo a punto de tener un accidente...

Para entender el valor de una milésima de segundo, pregúntale al deportista que ganó una medalla de plata en las olimpiadas...

Atesora cada momento que vivas; y ese tesoro tendrá mucho más valor si lo compartes con alguien especial, lo suficientemente especial como para dedicarle tu tiempo... y recuerda que el tiempo no espera por nadie.



Anónimo



¿Ficción? ¿Realidad?
Una sátira desopilante
sobre un país sudamericano
www.lopezgottig.com

PSICOLOGA UBA
Lic. Alicia Cabezas

ATENCION
PSICOLÓGICA
INTEGRAL

REIKI

Para solicitar turnos
☎ **4792-5169**



Empresa de cosmética
brasileña

Hacé realidad tu mundo
30% de ganancia
Capacitación - Horarios flexibles

☎ **4793-4431**
☎ **15-5013-2809**

Reparación de computadoras
Instalación de Programas
NETSERVICE



PRECIOS ECONOMICOS
Voy a domicilio
Revisación sin cargo
☎ **15-4197-4789**



Vidas

Sigmund Freud

Su exploración de la vida psíquica lo determinó como el padre del Psicoanálisis

Nació en Freiberg, en la antigua Moravia, en la localidad conocida como Pribor de la ex Checoslovaquia, el 6 de mayo de 1856.

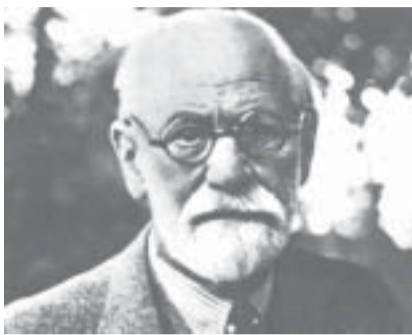
Este hijo de un padre veinte años mayor que su progenitora, casado en segundas nupcias con ella, desde su nacimiento parece predispuesto a bucear en la profundidad de las luces y las sombras de la psiquis humana, casi como lógica consecuencia, podríamos afirmar, de su inserción en una familia tan particular, que se completó con dos medio-hermanos y otros seis hermanos. Llamado realmente Sigismund, cambió su nombre a los veintidós años.

En Viena estudió medicina, especializándose en neuropatología, concretamente en la parálisis infantil y en problemas del lenguaje como la afasia. Por aquellas épocas los judíos no podían trabajar en instituciones públicas, como los hospitales, ni tampoco dar clases en la Universidad, por eso se situó en una consulta privada. Esto lo llevó a tratar pacientes que padecían histeria (trastornos de conversión), una reacción neurótica en la cual los conflictos emocionales son convertidos en síntomas físicos como parálisis y sordera. Fue fundamentalmente la exploración de la vida psíquica inconsciente lo que lo inspiró

a crear el psicoanálisis, su realización primordial, que es a la vez un método terapéutico y una teoría de la personalidad.

Es imposible, en este breve espacio que mensualmente dedicamos a describir someramente la vida de personajes famosos, realizar una adecuada enumeración de los componentes de su teoría, la que lo llevó a ser reconocido como el Padre del Psicoanálisis. Fundamentalmente fue un insistente intérprete del consciente - inconsciente. El consciente, o lo que estamos pensando, el preconscious que es lo que no hay en el consciente, pero que en cualquier momento puede estarlo y el inconsciente, que se encuentra oculto y nuestra mente no permite que aflore, sólo surge a través de los sueños, de los errores que cometemos sin querer, de las asociaciones libres o bajo hipnosis.

A través de su amigo Joseph Breuer, quien también tenía una consulta en Viena, es como Freud hizo su paso hacia el Psicoanálisis. Breuer trataba una paciente, Anna O. que tenía desmayos, taquicardias y problemas cutáneos, pero gracias a la hipnosis estos síntomas se iban reduciendo e incluso desaparecían. Los que producían dichos problemas en la paciente fueron los abusos sexuales



que sufrió en su infancia por parte de un familiar. Fue a partir de aquí que Freud dijo que detrás de cada problema psicológico existe también otro problema sexual.

Para él, la realidad psicológica comienza en el mundo de los objetos. Freud consideró que todo el comportamiento humano estaba motivado por las pulsiones (representaciones neurológicas de las necesidades físicas) y se refirió a ellas como pulsiones de vida, denominando libido a la energía motivacional de estas pulsiones. La libido es viviente; el principio de placer (el Nirvana) mantiene al ser humano en continuo movimiento, teniendo como fin estar satisfecho, no tener más necesidades, lograr la paz. Así, bajo este supuesto, podría decirse que la meta de la vida es la muerte (Tanatos). Freud comenzó a considerar que "debajo" o "a un lado" de las pulsiones de vida había una pulsión de muerte,

defendiendo la idea de que cada persona tiene una necesidad inconsciente de morir. Otro componente explorado por Freud fue el hecho de apreciar que, en diferentes etapas de nuestra vida, el cuerpo proporciona distintas sensaciones de placer. Las denominó etapas: oral, anal, fálica, genital y de latencia, que coincide con la entrada del niño en la escuela, perdiendo entonces el interés sexual e incorporando el interés por lo intelectual.

No dudamos que los lectores interesados en profundizar más sobre el tema encontrarán el material adecuado en publicaciones especializadas. Sin embargo, no queremos finalizar esta breve descripción de los principales componentes de la teoría freudiana sin mencionar el componente edípico que para él existe en la relación filial.

Freud fue un autor prolífico. Entre sus libros más conocidos se encuentran: "La interpretación de los sueños" (1900), "Conferencias de introducción al psicoanálisis" (1916-17), "Psicología de las Masas y Análisis del Yo" (1920-1921), "El yo y el Ello" (1923).

Falleció el 23 de septiembre de 1939.

María Chávez

Con humor

Veraneando en el balcón de casa

Llega enero y Buenos Aires se queda "vacía". Los porteños, más que irse, parecen escaparse.

Claro, algunos nos tenemos que quedar (por escasez de fondos) y somos testigos de una experiencia muy particular: la de habitar una capital abandonada. Y nos da, por momentos, la sensación de que va a venir el jefe de la ciudad para darnos la llave y aconsejarnos apagar la luz... si decidimos irnos también.

Lo bueno de estar solos en la polis desierta es que podemos viajar sentados en los colectivos a cualquier hora del día. Lo malo es que, aunque no suframos maremos, volcanes y asteroides que nos invadan, por alguna razón que desconocemos (y que alguna vez se atribuyó a la tan difamada Corriente del Niño) en este mes se registran las temperaturas más altas del año. Paralelamente, nos tenemos que aguantar que todos los magazines



M.C. Escher - Balcón

televisivos nos muestren a nuestros compatriotas sonrientes disfrutando de la playa o las montañas.

Nosotros, en cambio, salimos "arrebataados" en los noticieros, y somos primicia por estar aguantando 45 grados a la sombra y una sensación térmica insoportable.

Y es por eso que, si salimos a la calle, tarde o temprano nos refugiaremos en los shoppings y en los bancos, mientras estén abiertos, ya que nuestro cerebro sólo puede exclamar obsesivamente dos palabras: ¡aire acondicionado!

Es ahí cuando empezamos a notar que hay pocos árboles en las calles que nos den algo de sombra, y queremos hacer una danza indígena junto al obelisco para ver si nos oye el dios de las precipitaciones. Sin embargo, la única lluvia que cae es la de nuestro sudor, el que nos baña, mientras los diarios nos informan, para consolarnos, que en 1957 el calor por estos pagos fue mayor, y que no tendríamos que quejarnos tanto ya que Chaco y Santiago del Estero parecen dos microondas, y los fósforos se encienden sin rasgarlos contra el filo de la caja. Para peor, nuestros parientes nos cuentan por teléfono que están disfrutando de un clima divino y que la están pasando bárbaro. Pero no se comunicaron con nosotros para decirnos eso, sino para preguntarnos si cumplimos con la "gauchada" que nos pidieron, ya que el que se queda debe regarle las plantas a la abuela, cuidar el perro de la hermana,

cobrarle la jubilación al tío, pagar las expensas del cuñado, y llevar el conejo del vecino al veterinario. Por otro lado, ése es el momento elegido por el termotanque del primo para pincharse, y el jardinero de la quinta de nuestro hermano nos llama desesperado para avisar que la casona fue invadida por intrusos.

Pero no hay mal que dure cien años, y el verano en la ciudad se acaba pronto.

En unas pocas semanas regresarán sus doce millones de habitantes con sus autos, el smog, los ruidos y la suma de todos los nervios.

Y cuando volvamos a tener que hacer cola hasta para comprar un chicle, sabremos que todo, por suerte, ha vuelto a la normalidad. Ya no estamos solos.

Luis Buero
Guionista, Periodista, Docente

Medio Ambiente

Reserva ecológica

Breve informe sobre la Reserva Ecológica Costanera Sur



Es un espacio verde de 360 hectáreas con características únicas dentro de la Ciudad.

Sus terrenos fueron ganados al río y rellenados artificialmente, pero con los años se estableció, en forma espontánea, una gran cantidad de especies vegetales típicas del litoral y la ribera rioplatenses, y la fauna característica de las lagunas y bañados pampeanos.



El área fue declarada Parque Natural y Zona de Reserva. Se ubica a pocas cuadras del centro financiero y administrativo, en la costanera sur del Río de la Plata.

Constituida como paseo, es posible detenerse a observar desde los miradores y recorrerla, a pie o en bicicleta, por diversos senderos que conducen hasta el río.

Abierta de martes a domingos de 8 a 19 hs., cuenta con visitas guiadas para escuelas y público en general.

Visitas guiadas, público en general

Sábados, domingos y feriados
Turno mañana 10.30 hs.
Turno tarde 15.30 hs.

Visitas guiadas nocturnas

Se realizan una vez por mes, a partir de la hora 20.30, el viernes más cercano a la luna llena.

El cupo es limitado. Las personas interesadas deben inscribirse el lunes anterior a la visita.

Requisitos: nombre-apellido-DNI-teléfono. Se podrán registrar solamente 5 personas por inscripción.

Informes e inscripción:

Lunes a viernes a partir de las 8.30 hs. Tel. 0800-4445343, 4893-1588/1597.

Las visitas guiadas por personal de la Reserva Ecológica Costanera Sur son totalmente gratuitas.

Horario:

Martes, Miércoles, Jueves, Viernes, Sábados, Domingos, 8 a 19 hs. gratis. Todas las actividades son sin cargo.

Av. Tristán Achával Rodríguez 1550
Buenos Aires
Teléfono: 4315-1320/4129



Mundo

El Queen Mary 2

El barco que reflota un antiguo esplendor

Desde las primigenias y rudimentarias canoas, pasando por los antiguos barcos de madera y otras embarcaciones diversas hasta los trasatlánticos del siglo XIX, realmente "muchísima agua pasó bajo los puentes". Sin embargo, el viaje en barco sigue considerándose uno de los más placenteros cuando se cuenta con el tiempo y el dinero suficiente.



Gran Bretaña estuvo siempre al frente de la evolución, construyendo embarcaciones de gran lujo y ampulosidad, siendo el más recordado el Queen Mary. Este transatlántico fue botado en 1934 en Southampton por la abuela de la reina actual. El buque fue retirado de servicio en 1967 y está anclado permanentemente en California, donde se lo usa como hotel.

Aunque se diga que todo tiempo pasado fue mejor, esto no es verdad, ya que si se combina la tecnología actual con el antiguo lujo y esplendor británico, se puede obtener como

resultado el barco de pasajeros más imponente que se haya visto: se trata del crucero Queen Mary 2, cuyo viaje inaugural de 14 días con destino a Fort Lauderdale, Florida, comenzó el 12 de enero, partiendo de Southampton, en el sur de Inglaterra.

Con sus 345 metros de eslora y una altura de 72 metros es capaz de transportar 2.620 pasajeros. Pero esto no es todo porque, si se habla de lujos, este crucero cuenta con 17 cubiertas, cinco piscinas, amplias escalinatas, un gran salón de baile y tiendas de prestigio, todo dedicado al placer de los selectos pasajeros, quienes pueden elegir entre el pasaje más económico que cuesta U\$S 1.817, o llegar a la opción de U\$S 15.500.

¿Será el lector uno de los afortunados? De todas maneras si no lo es... le auguramos que siempre le acompañen buenos vientos.



Javier Krause Alvarez
jakalvarez@etcmagazineweb.com

Directora: Diana Álvarez
Secretaria de Redacción: Laura Zavoyovski
Redacción: Pamela Bentel, Jorge Castro, El Paradojista
Javier Krause Alvarez, Gisella Lionello, Laura Zavoyovski
ETC Magazine es una publicación de: Producciones Labrador
E-Mail: etcmagazine@fibertel.com.ar
Teléfono: 4793-4730
Diseño y armado: EZ Multimedia & Digitalización - info@ezdigitalizacion.com



www.etcmagazine.com.ar
Marca Registrada

CURSO DE REDACCIÓN DE GUIONES

Por Internet- via mail (3 opciones)

- 1) Curso de redacción de guiones para televisión y radio
- 2) Taller de guiones humorísticos para televisión y radio
- 3) Taller de guión para ex-alumnos

(género a elección del participante)

Docente: Luis Buero

Sin institución intermediaria, es directamente con el docente y por correo electrónico
Consultas a: luisbuero@tutopia.com y bueroluis@hotmail.com

Bar Sur



Tango Danza Show

Ricardo Montesino presenta su show tradicional y participativo

Entradas anticipadas desde \$35,00

Clases de Tango: Jueves de 20.00 a 22.00 Hs.

Consultas e informes:

☎ 4362-6086

Estados Unidos 299 – San Telmo

www.bar-sur.com.ar

info@bar-sur.com.ar