

LIBERTAD DE PENSAMIENTO

Fundado el 20 de octubre de 2001.

Agosto 2026  
Año XXIII N°287

**pensar**  
El periódico de Padua  
www.periodicopensar.com.ar

DISTRIBUCIÓN  
GRATUITA

Optica

Lentes de contacto



Desde 1983

Zarate 24 - Padua Norte

11 2480 5615

  optica aral

**SALUD**

LA IMPORTANCIA DEL  
HUEVO

DETERIORO  
COGNITIVO

Pág.13

**LA PÁGINA  
DE LA MUJER**

JUANA AZURDUY  
CLAVE EN LA  
HISTORIA ARGENTINA

Pág. 10

**LA UNO  
INFORMA**

1º CONGRESO DE CULTURA  
POPULAR Y  
PENSAMIENTO NACIONAL

Pág. 4

**ESTA BANDERA GANÓ LA COPA DEL MUNDO**



Pág. 2

**“LA IGUALDAD SIGNIFICA QUE NADIE  
SEA TAN RICO COMO PARA PODER  
COMPRAR A OTRO, NI NADIE TAN  
POBRE COMO PARA TENER QUE  
VENDERSE”**

Pág. 6

**EL DIABLO INGLÉS**  
**POEMA SOBRE LA VEJEZ**

Pág. 14

**VESTIRSE DE NEGRO**

EL SIGNIFICADO DE VESTIRSE  
SIEMPRE DE NEGRO  
SEGÚN LA PSICOLOGÍA

Pág. 15

**DEPORTES**

EL CHARRO MORENO



TENIS, AMISTAD



Y CUMPLEAÑOS

Págs. 8 y 9

**ORTOPEDIA del Oeste**



Expertos en salud • Líderes en la fabricación de plantillas para niños y adultos

Ayacucho 112    San Antonio de Padua    0220 - 4827509    www.ortopediadeloeste.com



# SAN ANTONIO DE PADUA

I  
G  
L  
E  
S  
I  
AE  
NP  
A  
R  
Q  
U  
E  
C  
U  
L  
T  
U  
R  
A  
LU  
N  
I  
V  
E  
R  
S  
I  
D  
A  
DI  
M  
A  
G  
E  
N  
E  
SE  
L  
C  
L  
U  
B  
D  
E  
G  
O  
L  
FE  
L  
C  
A  
S  
AE  
L  
A  
T  
E  
N  
E  
OOrden de  
Frailes Menores

## ATENEO SAN ANTONIO



ATENEOSANANTONIOOK #elcorazóndepadua



**ESTAMOS RENOVANDO EL CLUB, POTENCIANDO NUESTRA RICA HISTORIA INSTITUCIONAL. TE INVITAMOS A SER SOCIO- SOCIA**  
**FÚTBOL INFANTIL • GIMNASIA RÍTMICA • BÁSQUET • HANDBALL • PREPARACIÓN FÍSICA ORIENTADA AL FÚTBOL • NUEVAS DISCIPLINAS CULTURAL**

**ALQUILERES DE CANCHAS DE FUTBOL SINTÉTICO.- PADDLE (CANCHAS RENOVADAS)**  
**TENIS (CANCHAS RENOVADAS) ESCUELA DE TENIS A CARGO DE PROFESIONALES DEL ÁREA**

**Centenario1275 - San Antonio de Padua - Teléfono: 0220-4815600 - Email: sanantonioateneo@gmail.com**



**La Central**  
 PANADERÍA Y CONFITERÍA

Sandwiches de miga - Servicio de lunch  
 Pastelería - Chocolatería  
 Desayunos - Box

Ayacucho 85 - Tel. 0220-482-2318 ☎ 011-5642-3230 @lacentralconfiteria  
 SAN ANTONIO DE PADUA

**ELECTRÓNICA  
 ROCA**

**SERVICIO TECNICO**  
 TV LED - LCD  
 AUDIO - MICROONDAS  
 COMPUTACION  
 ELECTRODOMESTICOS

**PEABODY  
 Ariete  
 BRAUN**

**CORADIR S.A.**

Pte. Alfonsín (ex Roca) 1063  
 - S.A. de Padua -

@elec.roca

☎ 11-3318-9291 // 0220-4824772



**Luis R. González**

ASESOR DE SEGUROS  
 Mat. 34294 S.S.N.

**Av. Calle Real (ex Vergara) 1088 - Merlo**  
**WhatsApp y llamadas: 11 2508 2212**



Envíos a domicilio

☎ 11-2622-2229



(0220) 486-7956  
 485-5212  
 485-9309

**- Int. Mendiluce 1608- S. A. de Padua -**

## LA UNO INFORMA

### 1º CONGRESO DE CULTURA POPULAR Y PENSAMIENTO NACIONAL

La Universidad Nacional del Oeste, a través del Instituto de la Cultura Popular y Pensamiento Nacional (I.C.P. y P.N.), convoca al 1er Congreso Latinoamericano de Cultura Popular y Pensamiento Situado en torno al eje:

Los desafíos en la construcción de la identidad latinoamericana como resguardo de la memoria colectiva.

Este congreso pretende ser un espacio innovador de encuentro académico y cultural que articule reflexiones críticas, experiencias

de investigación y expresiones populares en diálogo con los desafíos del presente. Se propone abrir un ámbito de debate plural, federal y regional, con una propuesta que permita el diálogo e intercambio entre el campo de lo académico, las manifestaciones populares, las políticas públicas y las acciones en y con el territorio. Tendrá lugar los días 2, 3 y 4 de septiembre en la Universidad Nacional del Oeste.

### CONVOCATORIA 2026 DE LAS BECAS EVC-CIN

¿DA TU PRIMER PASO EN LA INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA?

¿Te gustaría investigar mientras cursás tu carrera? Ya se encuentra la información disponible sobre las Becas EVC-CIN (Estímulo a las Vocaciones Científicas).

Este programa es una oportunidad única para que estudiantes de grado de la UNO se integren a proyectos de investigación, desarrollo tecnológico o innovación dentro de la universidad. ¿Cuáles son los requisitos principales? Conócelos en [www.evc.cin.edu.ar](http://www.evc.cin.edu.ar)

## NOTICIAS DE MERLO

### ANIVERSARIO DE “SOY GARRAHAN”

Los vecinos y vecinas de Merlo acompañaron a los integrantes del Colectivo “Soy Garrahan” en su primer aniversario.

En el Parque Cultural de Padua compartieron un encuentro para apoyar al Hospital y defender la gratuidad de la salud y la educación.

Durante la actividad se desarrollaron acciones de concientización, charlas y difusión de hábitos saludables en el marco del acompañamiento a las instituciones sanitarias, bajo el lema “**La alegría es el motor de la lucha y en nuestro abrazo colectivo, está la fuerza para seguir**”.

En este marco, artistas solidarios acompañaron el encuentro con sus shows:

“Cantareando”, “El chaboncito otoñal” y “Los pequeños ser2”, La jornada también permitió

visibilizar la importancia de la solidaridad y de la colaboración ciudadana para sostener programas que benefician al sistema de salud.

“Soy Garrahan” convoca a la comunidad y destaca el valor del trabajo conjunto entre organizaciones sociales, estatales y el sector público.

Con este tipo de encuentros, el Municipio de Merlo acompaña a la realización de actividades educativas, culturales y sociales, mientras que reafirmamos, de forma conjunta, el compromiso con la promoción de la salud pública y los derechos de la comunidad.

*El mes que no encuentres  
nuestro periódico  
en la calle...  
recurrí a Internet.*

[www.periodicopensar.com.ar](http://www.periodicopensar.com.ar)



**PAÑOS SANITARIOS PARA MASCOTAS**

[@ PANIOPETOK](#)



**VENTA DE REPUESTOS  
ACCESORIOS  
LUBRICANTES  
SEGUROS**

**TODO PARA TU MOTO**

**AV. YRIGOYEN 673 • MERLO NORTE • CEL. 1162191819**



**Horario:**  
L a V de 8 a 12  
y de 14 a 18 h.  
Sábados de 8 a 13 h

Canaletas • Claraboyas  
Sombreros giratorios • Campanas artesanales  
Trabajos en cobre y bronce

Av. Rivadavia 23552- San Antonio de Padua  
Tel: 011 4159 7381  
E-mail: [zingueriapadua@live.com.ar](mailto:zingueriapadua@live.com.ar)

**AWEN  
HOLISTICA**

**TIENDA MÁGICA**

Nadie es como tú, ese es tu Poder

Accesorios, Sahumos, Tarot, Indumentaria y mucho más.

Todo para elevar tu vibración

[Directorio 206](#) | [Instagram](#) | [WhatsApp](#)

San Antonio de Padua | Holisticaawen | 1153267280

**alarmas IONRAY**

**MONITOREO las 24 hs.**

**Av. Gaona 2186 - Paso del Rey**

**Administración y Servicio Técnico: 0237 460 9230**

**Central de Monitoreo 24 hs.: 0237 460 9200**



**CEREALERA “La Nona”**

Legumbres - Harinas  
Productos dietéticos - Frutas secas  
Todo para celíacos

**PRODUCTOS FRIZADOS**

¡ DESDE AHORA ATENDEMOS TARJETAS DE DÉBITO Y CRÉDITO !

*Como siempre, lo mejor y más barato*

**ÚNICA DIRECCIÓN**

**SUIPACHA 640 - MERLO - Cel. 11 5838 6382**



**RECTIFICACIÓN CAMARGO**

RECTIFICACIÓN DE MOTORES CIGÜEÑALES  
TAPAS DE CILINDRO ALESADO DE CILINDROS

**V. Camargo 3193  
Hurlingham  
Tel: 011 4450 6571**

**Av. Rivadavia 23500  
San Antonio de Padua  
Cel: 11 5800 5049**

## LA PROVINCIA INFORMA

### ENDEUDAMIENTO: PROPONEN SUSPENDER LAS EJECUCIONES HIPOTECARIAS DE VIVIENDAS

La senadora de Fuerza Patria Mónica Macha, presentó un proyecto para suspender durante un año las ejecuciones hipotecarias de viviendas únicas en todo el territorio bonaerense. La iniciativa apunta a proteger a las familias que no pueden afrontar sus deudas y se encuentran en riesgo de perder el hogar en el que viven. El proyecto busca así establecer una herramienta de protección para aquellos hogares que, frente al deterioro de su situación económica, dejaron de poder cumplir con sus compromisos y enfrentan la posibilidad de perder la propiedad en la que viven.

Entre los fundamentos de la iniciativa, Macha advierte sobre una situación de sobreendeudamiento creciente que afecta a sectores cada vez más amplios de la población. El texto vincula este escenario con los bajos ingresos, las dificultades para llegar a fin de mes y la destrucción y precarización del empleo.

En particular, el proyecto pone el foco sobre las familias que accedieron a su vivienda única a través de créditos hipotecarios UVA, un sistema que, según los fundamentos, terminó generando un

nivel de endeudamiento creciente e imprevisible.

Como argumento para dimensionar el problema, el proyecto señala que la Unidad de Valor Adquisitivo (UVA) registró un incremento del 13.200% desde su creación hasta abril de 2026, lo que, según plantea, generó un fuerte desfase frente a la evolución de los ingresos de la mayoría de la población. El resultado, de acuerdo con los fundamentos, es una situación de sobreendeudamiento estructural que lleva a que las cuotas y las deudas aumenten de manera sostenida hasta alcanzar un punto en el que resulta imposible afrontarlas.

Con este escenario como telón de fondo, el proyecto de Macha plantea suspender durante un año las ejecuciones hipotecarias que puedan derivar en la pérdida de una vivienda única ocupada por sus propietarios. La propuesta contempla tanto las ejecuciones judiciales como las extrajudiciales, tendrá alcance en todo el territorio de la Provincia de Buenos Aires, y generará un período de resguardo para las familias.

### UN COLEGIO DE MAR DEL PLATA ELIMINARÁ EL USO DE CELULARES EN LA SECUNDARIA

El Instituto Ayelén de Mar del Plata implementará una política de "establecimiento libre de celulares" para todos los alumnos del nivel Secundario a partir de la reanudación de las clases tras las vacaciones de invierno. La medida busca mejorar la concentración, reducir la ansiedad y fomentar la interacción presencial entre los estudiantes.

La decisión fue comunicada a las familias mediante una nota oficial, en la que la institución explicó que los alumnos deberán entregar sus celulares, relojes inteligentes, tabletas y consolas portátiles antes de ingresar a la primera hora de clases.

Los dispositivos permanecerán apagados o en modo silencioso, guardados bajo llave en la Preceptoría, en cajas especialmente destinadas para ese fin. Los estudiantes solo podrán retirarlos una vez concluida la jornada escolar, por lo que tampoco podrán utilizarlos durante los recreos.

**Vuelven los materiales impresos al aula**

El colegio también informó que las clases volverán a desarrollarse con cuadernillos y material impreso, dejando de lado el uso de pantallas durante las actividades escolares. No estará permitido consultar contenidos digitales dentro del aula.

Desde el establecimiento señalaron que la iniciativa busca optimizar el rendimiento académico, recuperar los espacios de socialización durante los recreos y disminuir los niveles de ansiedad asociados al uso permanente de dispositivos móviles.

Además, sostuvieron que el objetivo es fortalecer los vínculos entre los estudiantes y generar un ambiente más favorable para el aprendizaje, priorizando el contacto cara a cara por sobre las pantallas.

La decisión se encuentra amparada por una resolución de la Dirección General de Cultura y Educación de la provincia, que reconoce la autonomía de las instituciones educativas para establecer normas de convivencia.



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

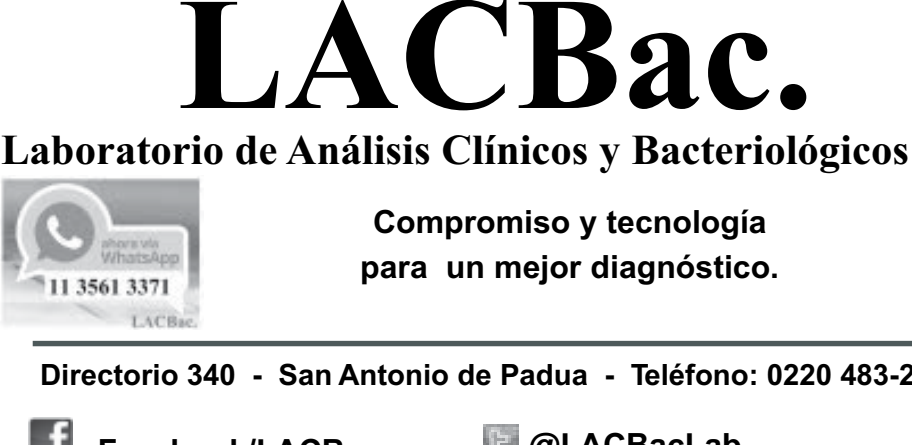


1954 50 años de creatividad 2022  
Creaciones para novias, madrinas  
15 años  
Trajes, Jackets  
Smokings.  
Ramos, tocados  
Alquiler y venta  
Confecciones a medida  
**Vidita** NOVIAS  
Sarandí 577  
1722 Merlo (B.A.)  
Telefax (0220) 482-8624  
www.viditanovias.com.ar



**FERRARO**  
Venta, reparación y restauración de relojes antiguos  
Noguera 70  
San Antonio de Padua  
Tel: 0220 482 6290

**Calzados Nilda**  
VENTA DE CALZADOS EN GENERAL  
**Noguera 30**  
SAN ANTONIO DE PADUA



**LACBac.**  
Laboratorio de Análisis Clínicos y Bacteriológicos  
Compromiso y tecnología para un mejor diagnóstico.  
Directorio 340 - San Antonio de Padua - Teléfono: 0220 483-2926 - E-mail: lacbac@gmail.com  
Facebook/LACBac @LACBacLab Instagram @LACBacLab



**EXTRACCIONES a domicilio!**  
**LACBac**  
Laboratorio de Análisis Clínicos & Bacteriológicos  
**va a tu casa!**  
Solicita tu turno:  
1135613371 / 0220 483 2926



**INSTITUTO "COMANDANTE LUIS PIEDRABUENA"**  
Jardín de Infantes "Lucerito"

Nivel **INICIAL** (salas 3, 4 y 5 años):  
Di.Pr.E.Ge.P. N° 2500

Nivel **PRIMARIO** (1º a 6º años):  
Di.Pr.E.Ge.P. N° 2858

Nivel **SECUNDARIO** (1º a 6º años):  
Di.Pr.E.Ge.P. N° 5724

Proyecto Educativo Institucional: **EDUCACIÓN EN VALORES**



**LUCERITO**  
JARDÍN DE INFANTES

- Asignaturas **EXTRACURRICULARES**
- SEGUIMIENTO PERSONALIZADO** del Proceso de Aprendizaje de cada alumno
- EQUIPO DOCENTE** de amplia experiencia y actualización permanente
- RECURSOS PEDAGÓGICOS:** Internet wi-fi en todas las aulas, gimnasio propio totalmente cerrado, escenario para eventos culturales y/o recreativos, salón de usos múltiples con calefacción, aire acondicionado, LCD, proyector, etc.

- Participación en **OLIMPIADAS, FERIAS Y TORNEOS DEPORTIVOS**
- SALIDAS EDUCATIVAS**
- TALLERES DE INGLÉS**
- CHARLAS ORIENTATIVAS para Padres** con Profesionales docentes universitarios
- Actividades de **ORIENTACIÓN VOCACIONAL y Ocupacional**
- CONVENIOS CON UNIVERSIDAD de Morón**

**Pueyrredón 546 (e/Alte.Brown y A.del Valle) – San Antonio de Padua - Tel.: 0220-485-2500 instpiedrabuena@hotmail.com**

# PROFESIONALES

**CONSULTORIO**

**DENTAL TOTAL** AYACUCHO 29

Tel: 011 5365 7535

Lunes a sábados de 9 a 20 h.

Llamá sin cargo al: 0800 777 1919

[www.dentaltotal.com.ar](http://www.dentaltotal.com.ar)

**Dra. Claudia A. Bonisolo**

Contadora Pública Nacional  
Perito Contable Judicial  
Profesora Universidad de Morón

Av. Eva Perón 125 L.2 - S. A. de Padua

0220-482-1043 (011) 15-5821-9552

[claudia\\_bonisolo@yahoo.com.ar](mailto:claudia_bonisolo@yahoo.com.ar)

**SENS**

CLÍNICA Y CIRUGÍA DE LOS OJOS

Chaco 320 San Antonio de Padua

Tel. 011 - 2147-7430

☎ 11- 3352-0857

**MASOTERAPEUTA**

MASAJES RELAJANTES  
DESCONTRACTURANTES  
REIKI CON RESPIRACIÓN CONCIENTE

☎ 011 4149 3285

**A DOMICILIO  
CON PROTOCOLO**

**FARMACIA**  
**Guercio**  
VACUNATORIO

Envíos a domicilio ☎ 11-2622-2229

(0220) 486-7956/485-5212/485-9309

Int. Mendiluce 1608- S. A. de Padua

**Prof. Dr. Omar Grossi**

MÉDICO URÓLOGO

CENTRO UROLÓGICO DE MERLO

Avda. Argentina 1095 - Merlo

Tel: 0220 485 0767

**PROFESORA DE FRANCÉS**

**Verónica**

CLASES INDIVIDUALES  
Y GRUPALES

☎ 011 - 3035 - 3681

**SAN ANTONIO  
DE PADUA**

**Lorena Laura Hruszecki**

Gestora Administrativa  
Judicial - Mandataria - Productora  
Asesora de seguros

Tel: 0220 494 7683 -  
☎ 11 5515 5795

[gestoria\\_integral@yahoo.com.ar](mailto:gestoria_integral@yahoo.com.ar)  
[lorena.hruszecki@gmail.com](mailto:lorena.hruszecki@gmail.com)

**Balcarce 2612 - Libertad**

**Dra. Norma Beatriz Monía**

ABOGADA

Familia - sucesiones - divorcios - tenencias  
de hijos - alimentos - desalojos - cobro de  
alquileres - ejecutivos

NOGUERA 1561 - S.A. PADUA

Tel. 0220-4826333 Cl. 011-1563649798

Lunes - miércoles y viernes 17 a 19 hs

**Estudio Inmobiliario**  
**R. BONISOLO**

1981 - 2016

35 años al servicio inmobiliario de toda  
la comunidad de Merlo.

Av. Eva Perón 125 - L.2  
San Antonio de Padua

Telefax: 0220 482-1043 / 485-1530

[rffbonisolo@hotmail.com](mailto:rffbonisolo@hotmail.com)

**Yoga** **Cuerpo**  
Un cambio **Mente**  
trascendental **Alma**

Eduardo: Instructor Superior de Yoga  
Profesor Nacional de Educación Física  
Instructor Nacional de Gimnasia Artística

Teléfonos:  
011 15 3609 2604  
0220 494 2347

## “LA IGUALDAD SIGNIFICA QUE NADIE SEA TAN RICO COMO PARA PODER COMPRAR A OTRO, NI NADIE TAN POBRE COMO PARA TENER QUE VENDERSE”

Quando hablamos de igualdad, no se trata de perseguir un ideal en el que todos tienen lo mismo, sino de construir un mundo en el que unos pocos no tengan el poder de hacerse con la vida de otros muchos.

La libertad se ha convertido en uno de los grandes reclamos del siglo XXI. Todos tenemos, al alcance de nuestra mano, una pequeña dosis de libertad lista para consumir en cualquier momento. Y en defensa de la libertad hacemos y decimos una cantidad inmensa de disparates. Lo cierto, sin embargo, es que la libertad sigue siendo un bien tan escaso hoy como lo era hace miles de años. Eso es precisamente lo que señala Jean-Jacques Rousseau en una frase que, aunque fue escrita en el siglo XVIII, sigue resultando incómodamente actual: “La igualdad no significa que todos tengamos la misma riqueza, sino que nadie sea tan rico como para poder comprar a otro, ni nadie tan pobre como para tener que venderse”.

### Más allá del dinero

Quando hablamos de términos como “riqueza” o “pobreza”, enseguida salta a nuestra cabeza otro término asociado: “dinero”. Pero lo que Rousseau nos plantea es algo muy diferente. Él no está hablando de la igualdad en términos matemáticos, ni siquiera propone que todo el mundo posea exactamente lo mismo. Lo que le preocupa es otra cosa: que las diferencias materiales lleguen a ser tan grandes que unos puedan convertir su riqueza en poder sobre la vida ajena y otros, por necesidad, se vean obligados a ceder su libertad. En el siglo XXI, el poder económico ya no descansa en manos de reyes, nobles ni aristócratas. El lugar en el que se concentra el poder económico, como refleja cada año la lista Forbes, que enumera a las personas más ricas del mundo, se hace evidente: este 2026, 7 de los 10 hombres más ricos del mundo se dedican al sector tecnológico. Son lo que ahora conocemos como “tecnoligarcas”. Algunos de sus nombres nos suenan: Elon Musk, Jeff Bezos, Mark Zuckerberg. Otros no nos suenan tanto y, sin embargo,

son las personas que se esconden tras las empresas que, de una forma u otra, controlan las vidas de muchos. Porque mientras ellos llevan a sus hijos a escuelas libres de pantallas, cada vez más adolescentes afirman que la inteligencia artificial es quien más los escucha. Estos grandes multimillonarios, ese 1 % que posee el 99 % de los recursos, como señala la filósofa Nerea Blanco, tienen, en cierta medida, la posibilidad de comprar la vida del común de los mortales. Pero no lo hacen como en el siglo XVI, con grilletes y cadenas. No. La esclavitud moderna tiene forma de dependencia digital. Esta dependencia comienza cada vez antes. Niños que no pueden disponer de todo el tiempo que sus padres deberían prestarles, y que acaban siendo criados por una pantalla, presas de algoritmos diseñados para capturar su atención, diluirla y retenerla. La historia de la tecnología es también la historia de la humanidad. Sin los avances en computación que hemos experimentado en los últimos siglos, serían inviables todo tipo de proezas científicas, como las que nos salvan la vida. Sin embargo, quienes se encuentran al frente de las grandes tecnológicas del siglo XXI no parecen tener intenciones limpias. Sus algoritmos funcionan para robarnos el preciado don de la atención. Y al mismo tiempo, solo ellos pueden permitirse prescindir de sus dispositivos digitales para evitar caer en esa trampa que ellos mismos han diseñado. Así se cumple la profecía de Rousseau, y la desigualdad llega cuando unos tienen el poder de comprar la vida de otros, y a esos otros no les queda más que venderse. El negocio, cabe decir, nos ha salido fatal: ellos se quedan con nuestra atención, nuestros datos y nuestro tiempo. Nosotros, a cambio, obtenemos vídeos de gatitos.

Fuente: [www.cuerpomente.com](http://www.cuerpomente.com)

**Gustavo Tripodi**  
Asesor Inmobiliario  
Ventas-Alquileres  
Tasaciones

50 años en la zona

☎ 11-7179-1722



JUBILACIONES / PENSIONES / REAJUSTES  
DESPIDOS / ACCIDENTES LABORALES  
DIVORCIOS / ALIMENTOS / SUCESIONES

Llamanos o mandanos WhatsApp

1158218200  
1168248323

## CONSULTORIOS

- ODONTOLOGÍA ESTÉTICA • IMPLANTES
- CORONAS DE PORCELANA • CARILLAS
- BLANQUEAMIENTOS • ORTODONCIA



## ODONTOPEDIATRÍA

## ODONTOLÓGICOS

Atención niños con capacidades especiales

Técnicas atraumáticas

Horario de atención: Lunes a viernes de 8.30 a 12.30 h. y de 15 a 20 h. - Sábado de 9 a 13 h.

CHACO 393 - SAN ANTONIO DE PADUA - Tel: 0220 482 9778 - ☎ 11 3218 8295



# casa

delaudio.com



querés más ofertas?

## MES DE LA NIÑEZ



LLEVATE UN  
REGALO\*\*\*



**SONY** PS5

VIDEO JUEGO (1)  
MOD.: PLAYSTATION 5.  
INCLUYE 2 JUEGOS: ASTRO BOT Y  
GRAN TURISMO 7, INCLUYE UN JOYSTICK.



1 TB  
HDMI x1



AHORRÁ: \$190.000  
**\$1.899.999**  
P. LISTA: \$2.089.999  
PRECIO SIN IMPUESTO: \$1.570.247

**4K**  
ULTRA HD

**PCBOX**

NOTEBOOK (2)  
MOD.: PCB-GLW3.  
PROC. FIRE + CELERON.

Windows 11 14"



AHORRÁ: \$70.000  
**\$369.000**  
P. LISTA: \$439.000  
PRECIO SIN IMPUESTO: \$304.958

128 GB SSD  
4GB RAM  
HDMI x1  
USB x3

**motorola**

CELULAR LIBRE (3)  
MOD.: G17. PROC. OCTA CORE, CÁMARAS 50MP  
Y 32MP, 128GB HDD, 4GB RAM.

16 6.7"



**3 sin interés \$116.666\***  
PRECIO SIN IMPUESTO: \$96.418

**12**  
CUOTAS  
SIN INTERÉS\*  
**ENVÍO  
EN 24HS\*\***



**Encontralos en:**

**Sucursal Merlo:** Av. Libertador San Martín 549 (022-0485-7000)

**Sucursal Moreno:** Bartolomé Mitre 2781 (023-7462-5585)

**Sucursal Ituzaingó:** Av. Rivadavia 21298 (11-5068-9000)



(1) [CHINA] STOCK: 20U. [750-S0N-673] (2) [CHINA] STOCK: 20U. [554-PCB-075] (3) [CHINA] STOCK: 20U. [156-M0R-758] NORMAL: \$349.999 \*EN SELECCIONADOS. EN BANCOS SELECCIONADOS. CFT: 0%, TNA: 0% SALVO QUE CAMBIEN LAS CONDICIONES COMERCIALES, VER LEGALES EN WWW.CASADELAUDIO.COM. CFT VARIABLE SEGÚN ENTIDAD EMISORA. LAS CARACTERÍSTICAS, IMÁGENES Y PRECIOS DE LOS ARTÍCULOS PUEDEN VARIAR SIN PREVIO AVISO. OFERTAS VÁLIDAS HASTA EL 15/08/2026 INCLUSIVE O HASTA AGOTAR STOCK, LO QUE OCURRA PRIMERO. NINGUNA PROMOCIÓN ES ACUMULABLE ENTRE SÍ. MARANSI S.A. AV. RIVADAVIA 21288, CASTELAR, BUENOS AIRES, CUIT: 33-70871199-9. \*\*AMBA EN COMPRAS SUPERIORES A \$ 700.000. \*\*\*CON TU COMPRA SUPERANDO LOS \$50.000 EN CIERTAS CATEGORÍAS.

## TENIS, AMISTAD Y CUMPLEAÑOS

El 9 de Julio pasado cumplió años Mario Barrientos (Marito). Sus amigos le festejaron su cumpleaños en el complejo deportivo GIOCO, en el distrito de Moreno.

Marito es el actual campeón argentino de tenis en su categoría y uno de los jugadores históricos de la Zona Oeste. Estuvieron entre otros de sus amigos, José Sacco, Gonzalo Rémine, Leo Bordón, Andy Averame, David Kaye, Dante Cechini, Alfredo Gerez y Nacho Cilibrizzi. Todos ellos grandes jugadores de tenis. La jornada fue amenizada con tenis, asado, y anécdotas de todo tipo.



Ese día conocimos el complejo deportivo GIOCO, sito en Moreno. Hermosas instalaciones componen el predio, canchas de tenis, padle, gimnasio, confitería, lugares de esparcimiento para la familia y más. En el se destaca la Academia de Leo Bordón, reconocida por ser sede de proyectos de niños y adolescentes que entrenan bajo la dirección de Leo.

Paulina Bordón entrena a chicos con un futuro promisorio en el tenis, entre ellos Vicente Vetrizano, número 1 en el ranking nacional cat.10 años. También se destaca en la misma categoría, Federico Loreti con un revés maravilloso. Ambos son grandes promesas en el tenis juvenil argentino.

Fue una gran tarde de tenis, compartimos y festejamos el cumple de Mario Barrientos, número 1 del ranking nacional en la cat + 75, Gonzalo Rémine, que fue número 1 en + 35 en dobles y en la actualidad disputando el primer puesto en + 45, también en dobles. Mario y Gonzalo nos llenan de orgullo, a los que amamos el tenis, representando al Oeste del gran Bs.As. y disfrutamos del talento de dos chicos con un gran talento que son el presente y futuro del tenis nacional. Seguiremos a través de Pensar, la evolución de ellos y demás chicos que se destaquen en nuestro amado deporte. También queremos agradecer a la gente de GIOCO por la atención recibida.



**Pet Shop**  
 Amplia variedad en accesorios  
 Todas las marcas en alimentos balanceados  
 Seguinos en redes!  
 EL MUNDO DE LAS MASCOTAS

PRO PLAN Vital Care Instinctivos Y muchas marcas más

www.elmundodelasmascotas.com.ar

Podés abonar con todos los medios de pago

**MERLO**  
 Av. Real 880  
 Tel: 0220 483 2609  
 11 5615 7970  
**PADUA**  
 Directorio 414  
 Tel: 0220 486 1929  
 11 6609 5250  
 Directorio 78  
 Tel: 0220 486 7642  
 11 6793 6783

**LA BANDA DE MERLO**  
**RADIO**

**EL PROGRAMA DEL DEPORTIVO MERLO**

**AHORA EN VIVO POR EL FACEBOOK DE MARTÍN RÍOS**

**YOGA**

**Eduardo**

INSTRUCTOR SUPERIOR DE YOGA  
**Teléfonos**  
**011 15 3609 2604**  
**0220 - 494 2347**

# NATATORIO CLIMATIZADO

## SOCIEDAD ESPAÑOLA DE MERLO (Sedem Unión)

### CURSOS DE ADULTOS y ADOLESCENTES

Lunes, Miércoles y Viernes de 7 a 8 hs/ 8 a 9 hs  
 10 a 11 /13 a 14 /14 a 15 /17 a 18 /19 a 20  
 Martes y Jueves de 7 a 8 hs /8 a 9 hs /11 a 14 hs/  
 19 a 20/ 20 a 21/ Sábados de 13 a 14 hs /9 a 10 hs  
 12 a 13 hs

#### ESCUELA: 3 a 12 años

Martes y Jueves de 17 a 18 hs  
 Lunes a Viernes de 18 a 19 hs  
 Sábado de 10 a 11 hs

**Matronatación:** Sabados de 11 a 12 hs

#### WATER POLO

Martes y jueves: 20 a 22 hs  
 Sábado: 15 a 17 hs  
 Prof. Lucas 11-2662-8850

#### LEVANTAMIENTO OLÍMPICO

Prof. Juan 11-3144-0013

#### TRIDENTES TEAM

Entrenamiento p/ guardavidas  
 Aguas Abiertas  
 Profe Sol: 11-5724-8604

#### GINNASIA TRAMPOLÍN

Martes y jueves: 16:30/ 17:30/18:30 hs  
 Ariel 11-3193-1857

### NATACIÓN COMPETITIVA

**Equipo federado:** Lunes a Viernes 15 a 17 hs / Sábados 13 a 15 hs  
**Pre equipo:** Martes y Jueves 17 a 18 hs / Sábados 13 a 15 hs  
**Masters:** Lunes, Miércoles y Viernes 20 a 22 hs / Sábados 13 a 15 hs

**Iniciación Deportiva:** Lunes y Miércoles 9:30 a 11 hs y 14:30 a 16 hs

**RESERVÁ TU HORARIO AL 11 7369 4784**

Para mayor información comunicarse con la Secretaría de la institución de Lunes a viernes de 8 a 20:30 h - Sábados de 10 a 14 h.

**Libertad 569 - Merlo**

@sedem.union Asociación Española S.M. de Merlo Unión

#### TAEKWONDO (I.T.F.)

Lunes, Miércoles y Viernes: 19 a 22 hs  
 Martes y jueves: 17.45 hs a 19:15 hs  
 Juan 11-6356-0227

#### AJEDREZ

Martes 18 hs  
 Tomás 11-6948-2142

#### YOGA TERAPÉUTICO

Martes y jueves de 9 a 10 hs  
 y de 10 a 11 hs  
 Fernanda 11-5995-4320

#### BOXEO

Prof. Hugo 11-3946-9114  
 Martes y viernes 21 hs

#### YOGA NIÑOS

Martes y jueves de 19 a 20 hs  
 11-6588-2956

#### YOGA

Martes y jueves de 19 a 20 hs  
 Miércoles y viernes de 15 a 16 hs  
 Yesica 11-6588-2956

#### PATÍN ARTÍSTICO

Paloma 11-4023-6519  
 Lunes y jueves de 18:30 a 20:30 hs

#### NATACIÓN 3ra EDAD

Lunes, miércoles y viernes  
 8 a 9 hs y de 9 a 10 hs

### PILETA LIBRE:

Lunes, Miércoles y Viernes de 7 a 8 hs/11 a 12 hs/  
 12 a 13 hs/ 13 a 14 hs/ 15 a 16 hs/ 16 a 17 hs  
 Martes y Jueves de 7 a 8 /11 a 12 / 12 a 13/ 20 a 21 hs  
 Sábados de 8 a 9 hs/ 11 a 12 hs/ 12 a 13 hs/  
 13 a 14 hs/ 14 a 15 hs

### AQUA GYM:

Lunes a Viernes de 11 a 12 hs  
 Martes y Jueves de 11 a 12 hs /19 a 20 hs  
 Sábados de 9 a 10 hs  
 Charly: 11-6689-4671

#### KUNG FU

Lunes, miércoles y viernes  
 19:30 a 21 hs  
 Walter 11-6182-4148

#### FUTBOL

Pablo 11-5920-3081  
 Miércoles y viernes 18 a 21 hs

#### VOLEY

Maylen 11-2450-0527  
 Martes de 19 a 22 hs /  
 Jueves 20:30 hs  
 Viernes 20 Hs  
 1era mujeres

**Alquiler del salón de fiestas**

## EL CHARRO MORENO

“FUE CONSIDERADO EL MEJOR FUTBOLISTA ARGENTINO DE SU ÉPOCA Y EL PRIMERO EN SALIR CAMPEÓN EN CUATRO PAÍSES DISTINTOS, PERO EL FINAL DE SU VIDA CONTRASTÓ PROFUNDAMENTE CON SUS AÑOS DE GLORIA”:  
José Manuel Moreno, “El Charro”, el ídolo de River que amaba a Boca. ¿Te acordás de las historias sobre La Máquina de River? ¿O de qué hasta Alfredo Di Stéfano decía haber aprendido todo mirándolo jugar? Hoy queremos recordar la historia de JOSÉ MANUEL MORENO, una figura que marcó una época y se ganó un lugar único en la historia del fútbol argentino.  
Nacido en 1916 cerca del barrio de La Boca, se probó en Boca Juniors en 1933 y fue rechazado. Dicen que, dolido, dejó una frase que quedó grabada para siempre: “*se van a arrepentir, ya van a ver*”.  
Debutó en River en 1935 y se

convirtió en pieza clave de LA MÁQUINA, junto a Adolfo Pedernera, Juan Carlos Muñoz, Ángel Labruna y Félix Loustau.  
Aunque siempre fue hincha de Boca, terminó siendo uno de los ídolos históricos de River, y hasta la aparición de Maradona se lo consideraba el jugador más habilidoso que había dado el fútbol argentino. Ganó títulos con River en 1936, 1937, 1941, 1942 y 1947, y se convirtió en el primer futbolista en salir campeón de liga en cuatro países distintos: Argentina, México (donde ganó en 1945 y se ganó el apodo de “El Charro”), Chile y Colombia.  
Con la Selección fue campeón sudamericano en 1941 y 1947, siendo elegido mejor jugador de ese último torneo, y convirtió el gol número 500 en la historia de la Copa América.  
Eso sí, nunca pudo jugar un Mundial, por circunstancias que estuvieron fuera de su alcance.  
Su despedida de las canchas fue tan



particular como su carrera: dirigiendo a Independiente Medellín de Colombia, a los 42 años, se cansó de ver jugar mal a su equipo en un partido frente a Boca, se puso los botines, entró a la cancha, convirtió dos goles, dio dos asistencias y se fue del campo sin decir una palabra.

**Mejor futbolista de la historia argentina**

En 1980, ya fallecido, la Fundación

Konex le otorgó el Konex de Platino al mejor futbolista de la historia argentina hasta ese momento. Después de una carrera tan brillante en el continente y en México, sus últimos años transcurrieron de manera mucho más modesta: dirigió en las divisiones inferiores de All Boys y, ya en 1977 y 1978, al primer equipo de Deportivo Merlo en la Primera C. Falleció el 26 de agosto de 1978 en Merlo, a los 62 años, apenas dos meses después de que la Argentina ganara su primer Mundial.  
Hoy el estadio de Deportivo Merlo lleva su nombre, y el club es conocido como “Los Charros” en su honor.  
José Manuel Moreno sigue siendo recordado como uno de los más grandes futbolistas argentinos de todos los tiempos, querido tanto por hinchas de River como de Boca.

Fuente: Grandes Legados



## NEUMÁTICOS «El Turco»



Av. Pte. Perón 24202 esq. Beruti-

San Antonio de Padua - Cel 11 3860 4154



**DEPORTIVO MERLO**  
**HACETE SOCIO**  
**ACOMPaña AL EQUIPO DESDE EL ESTADIO**  
**Av. San Martín y Los Arrieros, frente a la rotonda**



### Importante sala de musculación Aerobics - Indoor Bike



**Av. Libertador 223 Merlo Tel: 0220 483 8020**  
**Horario: L. a V. de 8 a 24 h. - Sábados de 9 a 21 h.**

WindowGymMerlo



**NUEVO**  
**Teniludius**  
**www.teniludius.com.ar**



4 CANCHAS DE TENIS DE POLVO DE LADRILLO  
CON EXCELENTE ILUMINACION  
CONFITERIA - CAFETERIA - MINUTAS  
VESTUARIOS - PARQUE - PARRILLAS

**0220-4840298**  
radio: 279\*161  
**ALBERDI 351 MERLO**

VENTA DE RAQUETAS Y ACCESORIOS  
ENCORDADOS  
CLASES PARTICULARES - ARMADO DE PARTIDOS  
ESCUELITA DE TENIS PARA NIÑOS  
EQUIPOS DE INTERCLUBES



# La Página de la Mujer



## ¿POR QUÉ JUANA AZURDUY ES UNA FIGURA CLAVE EN LA HISTORIA ARGENTINA Y LATINOAMERICANA?

Hoy figura entre las personalidades más importantes de la historia de nuestro país, pero durante mucho tiempo se ignoraron sus esfuerzos.

La construcción de la identidad nacional y las guerras de independencia en América del Sur por lo general suelen estar asociadas solo a figuras masculinas como José de San Martín o Manuel Belgrano.

Sin embargo, en los últimos años, diversos historiadores han puesto en valor el rol que cumplieron muchas mujeres. Por ejemplo, está el caso de Juana Azurduy quien actuó como una pieza fundamental para la historia argentina.

**¿Quién fue Juana Azurduy y por qué es tan importante para la historia argentina?**

Azurduy nació en Chuquisaca un 12 de julio de 1780 (actual Bolivia, entonces parte del Virreinato del Río de la Plata), y rompió con todos los mandatos sociales de su época para convertirse en una líder militar indiscutible.

La importante de Juana en la historia argentina radica en su rol estratégico en la llamada "Guerra de las Republiquetas".

Junto a su esposo, Manuel Ascencio Padilla, lideró guerrillas civiles que fueron muy importantes para la retaguardia del Ejército del Norte, comandado por Manuel Belgrano. Azurduy logró organizar a miles de indígenas, mestizos y criollos bajo una misma causa.

Además, al conocer el terreno mejor que nadie, pudo contener el avance de las tropas realistas españolas que intentaban invadir el actual territorio argentino desde el Alto Perú.

Sin la resistencia liderada por Juana en el norte, las campañas libertadoras del sur habrían estado en serio peligro.

Su coraje se volvió tan importante que el propio Manuel Belgrano, fascinado por su liderazgo en el combate de El Villar (donde Juana capturó personalmente la bandera del regimiento enemigo), le obsequió su propia espada en señal de máximo respeto militar.

Pero no todo fue color de rosas para Azurduy en su vida, ya que perdió a 4 de sus 5 hijos por las penurias de la guerra, y su esposo falleció en

combate.

### Teniente Coronela

El director supremo de las Provincias Unidas del Río de la Plata, Juan Martín de Pueyrredón, la nombró Teniente Coronela del ejército, convirtiéndose en una de las primeras mujeres en el mundo en recibir un rango militar oficial.

Más tarde, se unió a las filas del salteño Martín Miguel de Güemes, con quien compartió la estrategia de la "guerra gaucha" para defender la frontera norte de la actual Argentina. Sin lugar a dudas, si bien en un comienzo su nombre quedó marginado a una simple oración en los manuales escolares, hoy Juana Azurduy es sinónimo de heroína y demostró que las mujeres no solo fueron enfermeras o costureras en la gesta emancipadora, sino estrategias políticas y militares en el frente de batalla.

Fuente: [www.diariouno.com.ar](http://www.diariouno.com.ar)



Carrera  
"AUXILIAR EN COSMIATRÍA"

Mira Dror Zona Oeste y Bio Beauty

Programa:

- Historia de la Cosmetología
- Ética profesional
- Célula: tejido clasificación y función
- Anatomía y fisiología de la piel
- Anexos cutáneos
- Biotipos cutáneos
- Hidratación activa y pasiva
- Peeling: concentraciones y PH
- Extracciones y Alta Frecuencia
- Anatomía de la cabeza
- Masaje Facial: Técnicas
- Acción de los rayos solares
- Lesiones primarias y secundarias
- Patologías: Seborrea - Acné - Rosácea
- Peeling - Envejecimiento cutáneo

Duración: 8 meses

Beneficios extra

Becas para perfeccionamiento, Premio especial del laboratorio al mejor promedio.

Cupos limitados.

Anotarse con anticipación.

Tel. 0220-4858790

Cel: 011 15 5388 5357 (Adriana)

Cursos y talleres

Atención personal

Reiki-Reflexología

Acupuntura

Masaje descontracturante

Radiestesia-Gemoterapia

Cromoterapia

Astrología evolutiva

Tarot evolutivo

Numerología

C e n t r o  
Sin Orillas



Navegando la conciencia

VENTA DE LIBROS

LITERATURA - NOVELAS - CUÁNTICA - AUTOAYUDA - FILOSOFÍA - PSICOLOGÍA  
MÚSICA • PIEDRAS • GEMAS EN PLATA Y ALPACA •

[www.sinorillas.com.ar](http://www.sinorillas.com.ar)

Esencias vibracionales

(Bach-Busch-Cristales)

Biodecodificación

Yoga integral-Biodanza

Taichi-Chi Kung

Meditación-Prof. Yoga Cayso

Productos de cosmética

Alimentos naturales

Aromas-Cristales-Esencias naturales

Noguera 311 - Local 4 - Paseo Las Lajas

Tel. 0220-486-7617 - [sinorillas@gmail.com](mailto:sinorillas@gmail.com)



El Algarrobo 364 casi Noguera. Padua



11 2438 1244



BABYANDHOME1

PAÑALES  
BEBES Y ADULTOS  
(directo de fabrica)

POR MAYOR Y MENOR



**SPORT CAFÉ**  
Bodegón

*Café de Especialidad*

Av. 25 de Mayo 658  
Merlo

Pedidos al  
11 3308 6329



sport cafe



sportcafe\_merlo

## AUTOSERVICIO



Noguera 498 esq. Rio Negro - Nobel 855 -Padua Sur

**DIETETICA**  
*Abuela Antonia*

Harinas - Legumbres - Frutos Secos  
Herborestería - Semillas - Especies

Suplementos Dietarios

Productos para Diabéticos

Variedad productos para CELÍACOS

Productos veganos

abuelaantoniadietetica

Noguera 2577 casi esq. Av. Eva Perón  
San Antonio de Padua



**LOS TRONCOS**

EMPANADAS  
PIZZAS GIGANTES

Ahora ITUZAINGÓ

Mansilla esq. Juncal

Tel: 011 4623 0642

011 4458 0183 / 1054



Noguera 291 - Padua  
0220 - 4851795 / 4850551

Suipacha 735 - Merlo  
Tel: 0220 483 0039 / 0063

**PANADERIA**  
CONFITERÍA ARTESANAL

**Ayelén**



Noguera 778

San Antonio de Padua

Pastas frescas  
artesanales  
**MIS NENAS**

Para este 29  
pruebe

**NUESTROS  
ÑOQUIS**

**ENTREGAS  
A DOMICILIO**

Noguera 2101

San Antonio de Padua

Tel: (0220) 486-3554

algo  
**NUEVO**  
Restorán

Pizzas • Empanadas

Pastas caseras  
y comidas elaboradas

30 años en PADUA

ABIERTO TODOS LOS DIAS

MEDIODÍA Y NOCHE

www.algonuevorestoran.com.ar



algonuevorestoran

Tel: 483 6956 483 6162 483 8773

Int. Mendiluce 398

esq. Llavallol de Acosta

**DROPS**  
P A D U A  
**Somos Rock**

Drops Padua  
14 años

Seguiremos siendo Rock !!

MÚSICA Y VIDEOS

Cocina toda la noche



/drops padua



/padua.drops

Noguera 131

San Antonio de Padua

**La Central**  
PANADERÍA Y CONFITERÍA

60  
a  
ñ  
o  
s

en Padua

Ayacucho 85

Tel. 0220-482-2318



011-5642-3230



@lacentralconfiteria



# Gastronomía



Llamanos o mandanos WhatsApp  
1158218200  
1168248323

JUBILACIONES / PENSIONES / REAJUSTES  
DESPIDOS / ACCIDENTES LABORALES  
DIVORCIOS / ALIMENTOS  
SUCESIONES

Llamanos o mandanos WhatsApp  
1158218200  
1168248323

## ALCOHÓLICOS ANÓNIMOS

El enfermo alcohólico  
puede recuperarse.

**Miércoles, viernes y domingo  
18 a 20 horas**

Centenario 1399 -San Antonio de Padua  
Cel: 11 4098 9450 (Santiago)  
11 6458 3519 (Guillermo)



## Quijote del tiempo

Radio Contacto

AM 1460

*Lunes 18 a 19 h.  
Jueves 17 a 18 h.*

— Conduce: Cristian Jesús Gentile —

## SE NECESITA AUXILIAR DE ENFERMERÍA AMBOS SEXOS - CON RUP

**Residencia Geriátrica Dr. Patiño**

Alberdi 1051 - San Antonio de Padua

Tel: 0220 482 4983

E-mail: mlpj@speedy.com.ar

## COMPRO

- MUÑECOS JACK (DÉCADA 60,70,80) ● CHAPITAS CRUSH Y PEPSI
- ÁLBUMES Y FIGURITAS (DÉCADA 40,50,60,70,80)
- JUGUETES ANTIGUOS- YO YO
- TARJETAS BOLICHES (DÉCADA 60,70,80)
- DISCOS DE VINILOS (En buen estado. Rock, pop, jazz, rock nacional)
- HISTORIETAS (Larguirucho, Hijitus, Patoruzú, hasta 1980)
- ENVOLTORIOS DE GOLOSINAS ANTIGUAS
- TODO SOBRE TITANES EN EL RING ● AUTITOS MATCHBOX y BUBY

Preguntar por Hernán: Cel 11 5838 6382 - mazzucchelli\_5@hotmail.com

## Neumáticos Rivadavia

Alineación y balanceo  
Cubiertas y llantas

Tren delantero - Amortiguación  
Todas las tarjetas

**Av. Pte. Perón 24524**

**Merlo**

**Tel. 0220-4004833**

LIBER GAS



**Venta de repuestos para todo  
tipo de artefactos del hogar.**

Refrigeración - Lavarropas automáticos  
Calefacción - Cocinas - Camping  
Electrodomésticos - Kerosene  
Ventilación - Grifería

**Juncal 699 - Merlo**

**Tel/Fax: 0220 485 8030**

## Kiosco de Diarios y Revistas "Huguito El 22"



Retira "Pensar"  
todos los meses  
sin cargo.



Retira "Pensar"  
todos los meses  
sin cargo.

Ayacucho 95

**Desde 1955 a su servicio**

S. A. de Padua



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

**Tel: 0220 486 5637  
Juncal 540 - Merlo**



## GUILLERMO MELO

Negocios Inmobiliarios  
Mat. 2758

Chubut 314

San Antonio de Padua

**Tel: 0220 412 0583**

☎ 011 2308 5379

📧 gmelopropiedades

[www.meloprop.com.ar](http://www.meloprop.com.ar)

## Diseño y Diagramación

**diarios**

**revistas**

**publicidades**

**edición de fotos**

✉ [natita8187@hotmail.com](mailto:natita8187@hotmail.com)

☎ 11-6786-3220

## Carlos Pietranera e hijos

**REPUESTOS Y SERVICIOS**

**CARBURACIÓN ● ENCENDIDO  
INYECCIÓN ● MECÁNICA GENERAL**



**Rivadavia 22742/68**

**Ituzaingó**

**Tel: 011 4661 0288**



TEL: (0220) 482-9748

## NUESTRAS REUNIONES

ENTRE RÍOS 160 S.A. DE PADUA

**DOMINGO 10 HS**

**MIÉRCOLES 19:30 HS**

**"VENGAN A MI TODOS LOS QUE ESTÉN  
CANSADOS Y CARGADOS  
Y YO LOS HARÉ  
Descansar"**

MATEO 11:28

SEGUINOS



ECUADOR 965 ITUZAINGÓ

**DOMINGO 18 HS**

**MIÉRCOLES 18 HS**

ECHAGUE 1620 LIBERTAD

**SÁBADOS 20 HS**

**MIÉRCOLES 20 HS**

# EL HUEVO CONTIENE NUTRIENTES QUE DESEMPEÑAN FUNCIONES RELACIONADAS CON EL METABOLISMO ENERGÉTICO

Aporta proteínas de alta calidad, vitaminas y minerales que contribuyen a cubrir las necesidades nutricionales de las personas físicamente activas.

El verano es una época en las que muchas personas aprovechan para romper la rutina y dedicar más tiempo al ejercicio físico. Caminar por la playa, practicar senderismo, salir a correr, montar en bicicleta o disfrutar de actividades acuáticas son algunas de las actividades que muchas personas incorporan a sus vacaciones o realizan con mayor frecuencia durante los meses de verano. Junto con el ejercicio, la alimentación desempeña un papel fundamental para cubrir las necesidades energéticas y nutricionales que exige una mayor actividad física. En este contexto, el Instituto de Estudios del Huevo (IEH) recuerda que el huevo puede ser un aliado dentro de una dieta equilibrada gracias a su elevada densidad

nutricional, su calidad proteica y su capacidad para integrarse fácilmente en todo tipo de menús veraniegos. El huevo destaca por aportar proteína de alta calidad, considerada una de las de mayor valor biológico, ya que contiene todos los aminoácidos esenciales y presenta una elevada digestibilidad. Estas proteínas participan en la reparación y mantenimiento de los tejidos musculares tras el ejercicio. Además, aporta vitaminas y minerales de interés para quienes practican actividad física, como las vitaminas B2, B12 y D, folatos, hierro, zinc y selenio, nutrientes implicados en procesos relacionados con el metabolismo energético, la función muscular, la recuperación y el funcionamiento normal del sistema inmunitario. También contiene colina, un nutriente que participa en funciones

relacionadas con la transmisión nerviosa y la contracción muscular, y antioxidantes como la luteína y la zeaxantina, compuestos bioactivos presentes de forma natural en la yema. **Conjunto de nutrientes** Desde el Instituto de Estudios del Huevo recuerdan que uno de los errores más frecuentes entre quienes empiezan a hacer ejercicio es centrarse exclusivamente en el aporte proteico. *“Cuando hablamos de alimentación y actividad física no debemos fijarnos únicamente en las proteínas. Nutrientes como determinadas vitaminas del grupo B, el hierro, el zinc, el selenio o la vitamina D desempeñan funciones importantes relacionadas con el metabolismo energético, la recuperación y el sistema inmunitario. El huevo reúne muchos de estos nutrientes en un*

*mismo alimento y, por ello, puede formar parte de una estrategia nutricional equilibrada para personas activas”,* señala Ana M. López Sobaler, doctora en Farmacia, catedrática de Nutrición y Bromatología de la Universidad Complutense de Madrid y miembro de la Comisión Delegada del Consejo Asesor del IEH. Además de su valor nutricional, el huevo aporta ventajas especialmente apreciadas durante el verano. Es fácil de conservar, rápido de preparar y puede incorporarse a comidas ligeras, ensaladas, bocadillos, desayunos o cenas sencillas. Huevos cocidos para llevar en una excursión, tortillas acompañadas de verduras o ensaladas completas con huevo son algunas opciones que permiten preparar platos equilibrados sin complicaciones.

Fuente: [www.as.com](http://www.as.com)



## ORTOPEDIA del Oeste

«Atendida por sus dueños...Expertos en salud»

- Diseñamos y fabricamos las mejores PLANTILLAS
- Confección VALVAS y CORSET
- Instrumental y cotización de CIRUGÍAS
- Productos para FITNESS y KINESIOLOGÍA
- Realizamos CALZADOS ESPECIALES
- Comercializamos AUDÍFONOS de las mejores marcas.
- Todo tipo de FAJAS:lumbares, post parto, trabajo, entrenamiento, etc.

«TODA LA VARIEDAD DE ARTÍCULOS PARA TU REHABILITACIÓN»

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

**AYACUCHO 112 SAN ANTONIO DE PADUA**

**TEL: 0220-4827509**

**OFRECEMOS SIEMPRE...¡ EL PRECIO MÁS BAJO..!**

¡¡14 años en PADUA. GRACIAS POR ELEGIRNOS!!

## DETERIORO COGNITIVO: EL BENEFICIO DE TOCAR UN INSTRUMENTO DESPUÉS DE LOS 40

A medida que avanza la edad, el cerebro humano experimenta de forma natural una reducción de su volumen, un proceso conocido como atrofia cerebral que puede impactar funciones ejecutivas, memoria y coordinación. Sin embargo, estudios recientes señalan que la neuroplasticidad — la capacidad del cerebro para reconfigurarse ante nuevas experiencias— ofrece una vía efectiva para contrarrestar este deterioro. Entre las diversas actividades recomendadas para fomentar esta adaptabilidad, el aprendizaje de un instrumento musical destaca como un ejercicio integral capaz de fortalecer la reserva cognitiva.

**Factores detrás de la atrofia cerebral**

La pérdida de tejido cerebral suele iniciar a partir de los 30 años, afectando áreas críticas como la corteza prefrontal, encargada de la resolución de problemas, y el hipocampo, responsable de la memoria y la orientación espacial. De acuerdo con el psicólogo cognitivo Daniel Gustavson, de la Universidad de Colorado Boulder, este fenómeno se traduce en una disminución de la plasticidad neuronal, la pérdida de sinapsis y una menor eficacia de neurotransmisores claves como la dopamina y la serotonina. Factores genéticos y de estilo de vida también influyen en la velocidad con la que se manifiesta esta atrofia, la cual puede presentarse como lapsos de memoria o dificultades de atención.

Fuente: [www.eltiempo.com](http://www.eltiempo.com)



## Residencia Geriátrica Dr. Patiño

Alberdi 1051  
San Antonio de Padua  
Tel: 0220 482 4983  
Email: [mlpj@speedy.com.ar](mailto:mlpj@speedy.com.ar)



POEMA  
SOBRE LA VEJEZ

¿Qué cuántos años tengo?  
¡Qué importa eso!  
Tengo la edad que quiero y siento  
La edad en que puedo gritar sin miedo lo que pienso.  
Hacer lo que quiero sin miedo al fracaso o lo desconocido...  
Pues tengo la experiencia de los años vividos y la fuerza de la convicción de mis deseos.  
¡Qué importa cuántos años tengo!  
No quiero pensar en ello  
Pues unos dicen que soy ya viejo, y otros "que estoy en el apogeo"  
Pero no es la edad que tengo, ni lo que la gente dice, sino lo que mi corazón siente y mi cerebro dicta.  
Tengo los años necesarios para gritar lo que pienso, para hacer lo que quiero, para reconocer yerros viejos, rectificar caminos y atesorar éxitos.  
Ahora ya no tienen que decir:  
¡Estás muy joven, no lo lograrás! ...  
¡Estás muy viejo, ya no podrás!...  
Tengo la edad en que las cosas se miran con más calma, pero con el interés de seguir creciendo.  
Tengo la edad en que los sueños se empiezan a acariciar con los dedos, las ilusiones se convierten en esperanza.  
Tengo los años en que el amor a veces es una loca llamarada, ansiosa de consumirse en el fuego de una pasión deseada.  
Y otras...en un remanso de paz en la playa...  
¿Qué cuántos años tengo?  
No necesito marcarlos con un número, pues mis anhelos alcanzados, mis triunfos obtenidos, las lágrimas que por el camino derrame al ver mis ilusiones truncadas...  
¡Valen mucho más que eso!  
Qué importa si cumplo cincuenta, sesenta o más  
Pues lo que importa:  
¡Es la edad que siento! Tengo los años que necesito para vivir libre sin miedos.  
Pará seguir por el sendero, pues llevo conmigo la experiencia adquirida y la fuerza de mis anhelos.  
¿Qué cuántos años tengo?  
Eso...  
¿A quién le importa?  
¡Tengo los años necesarios para perder el miedo y hacer lo que siento!  
Qué importa cuántos años tengo.  
O cuántos espero, si con los años que tengo,  
¡Aprendí a querer lo necesario y a tomar solo lo bueno!

José Saramago

EL DIABLO  
INGLÉS

Tengo dos hijos y de chicos me gustaba leerles. Entre las lecturas que hacíamos estaba María Elena Walsh.  
Uno de los cuentos preferidos de mi hijo era "El diablo inglés". Rodrigo había nacido un poco antes de la guerra por Malvinas y creo que por eso le llegaba mucho la historia del cuento. Para quien no la conozca: un pibe pasea tocando su guitarra por las playas de Quilmes, una noche de invierno en 1806. Al lado de una fogata ve a un hombre de saco rojo y ojos claros que le parece el diablo, se asusta y escapa dejando su guitarra. Entonces le pide a Ña Manuela, su vecina, que lo ayude a enfrentarse con el diablo y recuperar el instrumento.  
Los dos vuelven al lugar y descubren que hay barcos en el río y una hilera de miles de "diablos colorados" que marchan con gaitas y tambores. Ahí se dan cuenta de que no hay diablo, sino ingleses invadiendo nuestras tierras y Tomás se suma con otros paisanos a la defensa del territorio.  
En los años 90 el inglés Joe Lewis, a través de la firma Hidden Lake S.A., compró 12 mil hectáreas en un área geopolítica y ambientalmente sensible.  
Pudo hacerlo porque gobernaba Menem, un argentino de relaciones carnales con los yanquis y los ingleses.  
Dentro de las tierras que compró Lewis está Lago Escondido, un lago de origen glaciar rodeado de montañas,

que Lewis cercó infringiendo la ley.  
A pesar de los fallos judiciales, que le ordenaron abrir el paso, Lago Escondido permanece bajo su control.  
Milei, por su parte, retiró al Estado como parte activa en la causa que trataba de investigar y eventualmente anular la adquisición de las tierras, por ser una zona de seguridad, de frontera. Y al abandonar el litigio dejó sin impulso la investigación y cerró la posibilidad de revertir la compra.  
Ahora el gobierno impulsa una ley, la que llama "Inviolabilidad de la propiedad privada", que se debatirá el 6 de agosto en el Senado con el objetivo de modificar la norma de 2011, que establecía límites a los extranjeros en la compra de tierras.  
La iniciativa elimina el tope del 15% de extranjerización a nivel nacional, provincial y departamental. También permitiría la adquisición de territorios estratégicos: lagos patagónicos de agua dulce, bosques nativos, cordillera con minerales críticos, acuíferos que abastecen a millones de personas y zonas de frontera sensibles.  
No hay diablo rojo. No hay tropas inglesas. Hay argentinos que se disponen a entregarnos y el 6 de agosto debemos mostrarles que las Malvinas son argentinas y Argentina también.

Patricia Aldao

TALLER LITERARIO  
Prosa y poesía

«Camino de letras»

\*En Centro Integral de Cultura Estrellas

Noguera 521 – Padua Sur  
Martes 16 a 18 h.

Escritura creativa, herramientas para auto corrección y mucho más.

\*No se requieren saberes previos

\*En Biblioteca Popular R. Güiraldes  
Volta 1374 - Primer piso - Padua Sur  
Consultar horarios

Consulte por CORRECCIÓN de libros y textos en general.

Modalidad virtual o presencial

Consulte en «Centro Sin Orillas»  
Noguera 311-Gal.Paseo Las Lajas,L.7-Padua Sur y «La Casa Azul de Padua»

INGLÉS E ITALIANO: Conversación  
Acercamiento al idioma-Apoyo escolar  
COORDINA: Cristian Jesús Gentile  
cristianjesus2010@gmail.com

Escuela de Actuación

TODAS LAS EDADES  
TODOS LOS NIVELES

Caracú Teatro

SARMIENTO 2354  
PADUA SUR

11 6851-5852  
11 6761-8002

@caracuteatro

CENTRO CULTURAL DE SAN ANTONIO DE PADUA

ACROBACIAAÉREA  
Niños (a partir de los 6 años)  
Adolescentes- Adultos

YOGA  
TANGO

TEATRO

Niños y Adolescentes

ARTES TEXTILES  
CROCHET

.. ALQUILER DE SALÓN ..  
CUMPLEAÑOS • GRADUACIONES  
BODAS • 15 AÑOS • CONFERENCIAS  
PRESENTACIONES Y MÁS

GINNASIA FUNCIONAL PARA ADULTOS MAYORES

INCLUSIÓN DIGITAL

TALLER DE ESTIMULACIÓN  
DE LA MEMORIA

ARTE MIXTA

SALSA  
BACHATA

VOLTA 1374 • SAN ANTONIO DE PADUA • Tel: 0220 486 7325

Horarios de atención: Lunes a Viernes de 9 a 12 h. y de 16 a 19h. - Sábados de 16 a 18 h.

BIBLIOTECA POPULAR RICARDO GÜIRALDES

Volta 1374 - 1er Piso - San Antonio de Padua  
Tel .0220 486 2313 - info@bibliotecaguiraldes.org.ar

@labibliotecadepadua  
www.bibliotecaguiraldes.org.ar

HORARIO DE ATENCIÓN  
Lunes a viernes de 13 a 18 h.

ARCHIVO HISTÓRICO  
DE SAN ANTONIO DE PADUA

@historiasanantoniodepadua

www.archivohistoricosanantoniodepadua.org.ar

# ESTE ES EL VERDADERO SIGNIFICADO DE VESTIRSE SIEMPRE DE NEGRO SEGÚN LA PSICOLOGÍA

Utilizar este color en la vestimenta puede revelar aspectos destacados de las personas que suelen elegir este estilo, según analiza la ciencia.

La relación entre la salud emocional, la personalidad y la preferencia por determinados colores ha despertado el interés de la psicología desde hace décadas.

Históricamente, el negro fue vinculado con conceptos como el luto, la introspección y la ausencia de luz, asociaciones que se mantienen presentes en numerosas culturas. Sin embargo, desde la psicología se aclara que optar por este color de manera habitual no implica necesariamente una mirada pesimista sobre la realidad.

### Qué significa vestirse siempre de negro según la psicología

Lejos de reforzar la idea de una personalidad pesimista, distintas investigaciones muestran que quienes utilizan el negro suelen generar percepciones positivas en su entorno. Diversos estudios sobre percepción

social indican que las prendas oscuras tienden a transmitir una mayor sensación de autoridad, experiencia y capacidad, además de proyectar una imagen de mayor madurez y liderazgo en comparación con la ropa de colores más claros o llamativos.

Esta característica ayuda a entender por qué el negro predomina en ámbitos donde resulta importante reflejar seriedad y profesionalismo.

La vestimenta de magistrados, ejecutivos de grandes compañías o incluso artistas y referentes culturales suele recurrir a esta tonalidad para reforzar determinados mensajes vinculados con la credibilidad y el prestigio.

A su vez, una encuesta reveló que más del 56% de los participantes relacionó el color negro con la seguridad y la confianza.

La preferencia por esta tonalidad también mostró diferencias según el

género: aproximadamente el 64% de los hombres y el 48% de las mujeres señalaron al negro como uno de sus colores favoritos.

El informe destacó además que el negro ocupó el primer o segundo lugar dentro de atributos considerados positivos, como la inteligencia, el atractivo y la confiabilidad, mientras que apenas apareció asociado a características negativas, entre ellas la arrogancia. Estos resultados refuerzan la idea de que la elección del negro suele estar vinculada más con proyectar una determinada imagen personal que con una visión negativa o sombría de la realidad.

Detrás de la preferencia por el negro existe un proceso psicológico que trasciende la moda y la estética. La psicología identifica este fenómeno como parte de la relación entre la vestimenta y el estado emocional de

las personas. Uno de los conceptos más estudiados en este campo es el de la "cognición vestida", que sostiene que la ropa no solo comunica mensajes hacia el exterior, sino que también influye en cómo cada individuo se siente y se percibe a sí mismo. En momentos de incertidumbre o cambios, el negro puede convertirse en un elemento de estabilidad y familiaridad capaz de transmitir seguridad y control. Para personas con perfiles más reservados, introspectivos o con una elevada sensibilidad emocional, esta elección puede cumplir además una función protectora. La vestimenta oscura actúa como una especie de escudo simbólico, ofreciendo una sensación de resguardo sin implicar aislamiento social ni distanciamiento emocional.

Fuente: [www.diarioregistrado.com](http://www.diarioregistrado.com)

## ESPACIO VIDA LUCIDA...

PARA ACOMPAÑAR TU VIDA DESDE UNA MIRADA TRANSPERSONAL  
MÁS ALLÁ DE LOS LÍMITES DE LA MENTE.

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

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

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

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

Estamos en San A. de Padua

☎ 11 4423-0318

### Ferretería PACHI - ARIEL

Lunes a sábados 8.30 a 13 hs y 15 a 19.30  
domingos y feriados 9 a 13 hs.

Scalabrini Ortiz (Ex Garibaldi)  
1369

San Antonio de Padua  
a una cuadra de la Iglesia

### CERRAJERÍA Christian

Directorio 195

San Antonio de Padua

Cel 011 15 4939 8054

## FERRERIA

### ¿Te falta un tornillo?

Se realizan copias de llaves  
Materiales de construcción  
Arena Ladrillos Cemento  
Varillas de hierro

San Martín 1146 - entre Pellegrini y Sarmiento  
(Nos encontramos a la vuelta de la Escuela N° 28)

☎ 011 2358 2447

# SPEED UPBIKES

MECÁNICA - REPUESTOS - ACCESORIOS  
RECTIFICACIÓN - TORNERÍA - INSERTOS

Leonardo ☎ 11 3817 1268 Av. Yrigoyen 920 - Merlo Carlos ☎ 11 6835 6393

## PINTURERIAS

# LEMAR

INNOVACIÓN EN PINTURAS  
ENTREGA A DOMICILIO SIN CARGO



Av. San Martín 2629 - Parque San Martín - Merlo

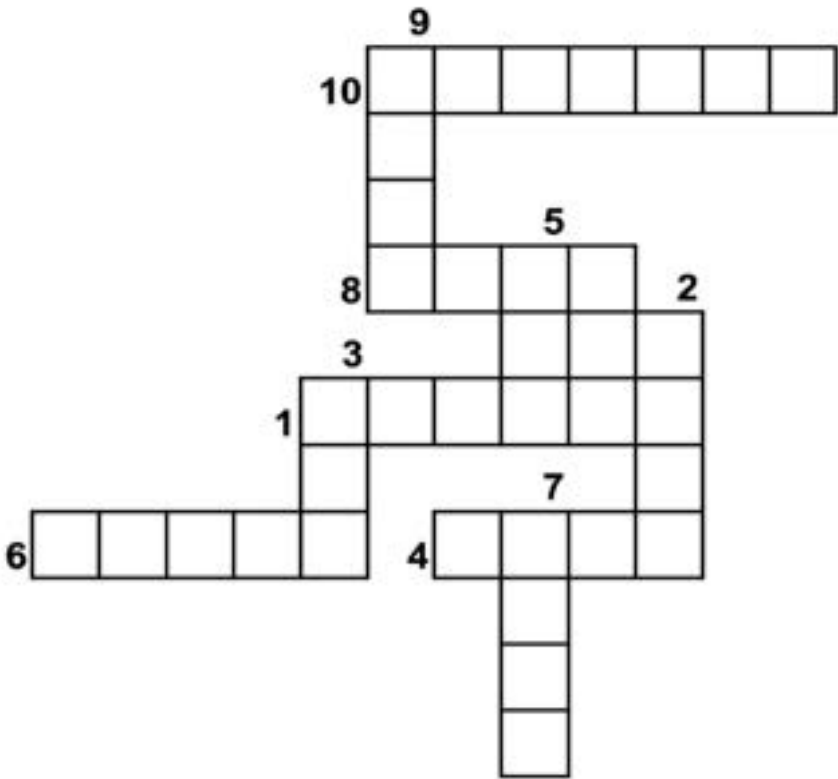
Tel. 0220 481 9319 - ☎ 11 3629 0432

PENSAR PARA ENTRETENERNOS

M  
A  
F  
A  
L  
D  
A



CRUCIGRAMA



- 1.Potencia. Vigor, capacidad de resistencia.
- 2.Fisonomía.
- 3.Final. Término, remate o consumación de algo. Límite, confín.
- 4.Existencia.
- 5.Masa de agua salada que cubre la mayor parte de la superficie terrestre. Porción extensa de agua, sinfín.
- 6.De corta edad.
- 7.Representación mental de una cosa.
- 8.Espíritu inmortal. Sustancia inmaterial de los seres vivientes que en el ser humano es considerada como el principio del sentimiento y del pensamiento; para los creyentes, principio a través del cual se ponen en contacto con Dios.
- 9.Objeto inanimado, por oposición a ser viviente. Todo lo que tiene entidad, ya sea corporal o espiritual, natural o artificial, real o abstracta.
- 10.Oficial al mando de una sección militar.



TELÉFONOS  
ÚTILES

POLICÍA:

- Comisaría 1ª Merlo: 482-0028 / 1113
- Comisaría 2ª San Antonio de Padua: 483-2222 /482-8888
- Comisaría 3ª Parque San Martín:: 480-8744 6011
- Comisaría 4ª Libertad:494-1214 / 497-0499
- Comisaría 5ª Pontevedra:492-0222
- Comisaría 6ª Mariano Acosta: 489-4061 / (499-6777
- Subcomisaría Matera: 480-4242 / 480-6888
- Comisaría de la Mujer: 483-6060

Municipalidad de Merlo: Conmutador: 0220 482 3581/483 0954

- Hospital Héroes de Malvinas: 485 8886
- Hospital Municipal Eva Perón: 483 0122
- Hospital Materno Infantil Pedro Chutro: 482 2309/0797 - 486 3563

Centro de Sanidad Animal y Zoonosis: 494-1212.

BOMBEROS VOLUNTARIOS

- Administración y Jefatura: 482-2999
- Central de Alarma y Cuartel Central: 482-2222 / 100
- Destacamento 2º (Parque San Martín): 480-3333
- Cuartel Central (Mariano Acosta): 499-8151/ 8001
- Destacamento 3º (Pontevedra): 492-0044
- Destacamento 4º (Merlo Norte): 486-2130
- División Prevención y Matafuegos: 482-2999

SOLUCIONES

