MAYO
2025

Horizonte

MES DE...



Notas en Horizonte de mayo

Editorial: Mes de la juventud

- Rotaract
- Carlos Speroni: Carpe Diem
- Guillermo Pellegrini: El cambio
- Siembra de mayo: hortalizas y flores
- María Cristina Pereyra: María Rosalía Rita de Castro
- Omar Argañaraz: Cantos de los muros
- Isidoro Cañones
- Lic. Romina Nieva y Lic. Gabriela Ayan: La importancia de la investigación en la docencia
- Cuento para niños: El día que los juguetes cobraron vida
- Fotos de la naturaleza
- Dani Ponce, fotógrafo: Cementerio de Malvinas
- El CADRE
- La historia de un amor
- Parroquia Inmaculada Concepción: La redonda
- Miguel Sanchiz: Encuentro entre Dios y el Papa Francisco
- Iglesia San Ignacio
- La buena cocina: Caldos y fondos
- Vanessa Ortiz de Zárate: Pensamiento de Paul Harris
- Christian Clauwers-fotógrafo: Escrito en hielo

ROTARY CLUB DE SAN MARTÍN-VILLA MAIPÚ

Damián Herrera - Presidente

COMITÉ DE LA FUNDACIÓN ROTARIA

Elisa Oviedo

María Sol Funes - Jazmín Soroka - Diego Piacenza

Corrector de textos

Omar Argañaraz

@rotarysmvm
@rotary_sanmartin-villamaipu

MES DEL...

Servicio a la Juventud

La Juventud, semilla del servicio rotario

La Fundación Rotaria, impulsada por su compromiso inquebrantable de construir un mundo más justo y equitativo, reconoce en la juventud el motor del cambio y la esperanza de un futuro lleno de posibilidades. Por ello, Rotary ha diseñado una amplia gama de programas que buscan involucrar a las nuevas generaciones, potenciando su espíritu de servicio y promoviendo los valores.

Desde temprana edad, los jóvenes son convocados a participar activamente en proyectos comunitarios que fomentan el trabajo en equipo y les permiten apreciar la diversidad cultural mientras desarrollan habilidades de liderazgo. Programas como Interact, para adolescentes, y Rotaract, dirigido a jóvenes adultos, son ejemplos emblemáticos de cómo Rotary crea espacios para que las generaciones futuras experimenten el impacto positivo del servicio desinteresado.

Además, los intercambios culturales promovidos por Rotary permiten a los jóvenes ampliar sus horizontes, construyendo puentes de entendimiento entre distintas naciones y culturas. Estas experiencias no solo los enriquecen como personas, sino que también los convierten en embajadores de paz y tolerancia en sus comunidades.

La Fundación Rotaria cree fervientemente que el liderazgo del mañana se cultiva hoy. Al invertir en la educación y el bienestar de la juventud, siembra las semillas de una sociedad donde los valores de integridad, compañerismo y solidaridad sean pilares fundamentales.

En Rotary Club San Martín-Villa Maipú, los jóvenes rotarios, con su energía, creatividad y entusiasmo, se han convertido en agentes de cambio, difundiendo nuestras acciones desde el comité de Imagen Pública, liderando proyectos humanitarios, generando iniciativas ambientales y acciones sociales que transforman vidas. Su pasión por el servicio demuestra que las futuras generaciones tienen la capacidad de construir un mundo más pacífico y sostenible.

Tanto es así que la actual secretaria y próxima presidente, es María Sol Funes, una de las socias más jóvenes. Invitamos a los jóvenes a sumarse a esta gran familia de servicio, a descubrir su potencial para generar impacto y a convertirse en líderes inspiradores que sigan extendiendo la cadena de solidaridad. Juntos, la juventud y Rotary pueden cambiar el rumbo de la humanidad hacia un futuro donde reine la justicia, la paz y la igualdad.

Comité de La Fundación Rotaria

#GenteDeAccion
#BienvenidosAlMundoRotary
#SumateARotary

Rotaract



Cuando Lucía cumplió 18 años, sentía un vacío. Quería hacer algo más que ir a la universidad y salir con sus amigos. Anhelaba marcar una diferencia en el mundo, pero no sabía cómo. Un día, mientras caminaba por el parque, vio un grupo de jóvenes trabajando en un jardín comunitario. Les preguntó qué hacían y le hablaron de Rotaract, un club de jóvenes que se dedicaba a servir a la comunidad.

Lucía se unió al club y pronto descubrió un mundo nuevo. Conoció a personas apasionadas y comprometidas, aprendió sobre las necesidades de su comunidad y participó en proyectos que realmente hacían la diferencia. Juntos, organizaron campañas de concientización sobre la importancia de la donación de sangre, construyeron casas para familias de bajos recursos y brindaron apoyo a personas sin hogar.

Desarrollo y amistad

A medida que Lucía se involucraba más en Rotaract, descubrió sus propias habilidades de liderazgo. Aprendió a trabajar en equipo, a comunicarse eficazmente y a planificar proyectos exitosos. También desarrolló una red de contactos profesionales que le abrieron puertas en su carrera. Y, lo más importante, encontró una familia de amigos que compartían sus valores y su pasión por el servicio.

Un impacto global

A través de Rotaract, Lucía tuvo la oportunidad de conocer a jóvenes de todo el mundo.

Participó en intercambios internacionales, colaboró en proyectos globales y aprendió sobre diferentes culturas y perspectivas. Se dio cuenta de que los problemas que enfrentaba su comunidad no eran únicos, y que juntos podían marcar una diferencia a escala global.

El legado de Rotaract

Años después, Lucía seguía siendo miembro activo de Rotaract. Había crecido como líder, como profesional y como persona. Había aprendido que el servicio no solo beneficia a los demás, sino que también enriquece la propia vida. Y, lo más importante: había descubierto que los jóvenes tienen el poder de cambiar el mundo, un proyecto a la vez.

@rotarysmvm
@rotary_sanmartin.villamaipu
rotarysanmartinvilla-maipu@gmail.com



El CADRE

Asesores técnicos de La Fundación Rotaria



¿En qué podemos ayudarte?

Asesoramiento sobre un proyecto o subvención de Rotary: Busca un asesor del Cadre en el directorio o sigue estas instrucciones para buscar por idioma, país o distrito.

Apoyo del Cadre con un evento local: Comunícate con un líder del Cadre.

Únete al Cadre: Obtén más información sobre los requisitos para ser miembro del Cadre y nuestras necesidades actuales.

Mantente al día de las novedades del Cadre: Suscríbete al boletín Cadre Connection.

¿Tienes alguna pregunta? Envíala a cadre@rotary.org.

El Equipo de Asesores Técnicos de La Fundación Rotaria (Cadre) es una red compuesta por socios de Rotary dedicados a fortalecer el impacto de los proyectos financiados por La Fundación Rotaria. Utilizamos nuestros conocimientos técnicos y experiencia profesional en las áreas de interés de Rotary y las auditorías financieras para ayudar a los socios a planificar proyectos y a redactar solicitudes de subvención.

El Cadre cuenta con más de 500 integrantes de 75 países que hablan más de 80 idiomas. Te brindamos más información sobre lo que el Cadre puede hacer por tu proyecto.

Qué hacemos

Los asesores del Cadre forman parte de la red distrital de recursos de Rotary. Además de nuestros conocimientos técnicos y regionales, también recibimos capacitación anual sobre los requisitos y la normativa de las subvenciones globales, técnicas de asesoramiento, elementos de los proyectos sostenibles y enfoques para el monitoreo y la evaluación. Cuando un asesor del Cadre proporciona orientación sobre la planificación y la implementación de un proyecto, el resultado más frecuente es un proyecto sostenible y de alta calidad.

Servimos a los socios de Rotary como:

- Consultores que ofrecen orientación a los clubes y distritos en temas como:
- Instrucciones para entender las áreas de interés de Rotary
- Cómo diseñar evaluaciones de las necesidades de la comunidad
- Cómo considerar los factores culturales y medioambientales
- Cómo planificar e implementar proyectos
- Cómo evaluar la viabilidad técnica de un proyecto
- Cómo incorporar elementos de sostenibilidad
- El desarrollo de planes de monitoreo y evaluación
- Cómo utilizar prácticas sólidas de gestión financiera
- Cómo navegar el proceso para la solicitud de subvenciones globales

Evaluadores designados por La Fundación Rotaria para:

- Revisar las solicitudes de financiamiento de la Fundación
- Realizar visitas a las sedes de proyectos para evaluar la calidad, la sostenibilidad y la gestión de las actividades aprobadas financiadas por la Fundación a través de subvenciones globales, subvenciones distritales, subvenciones de responsabilidad social corporativa, subvenciones de respuesta ante catástrofes, Programas de Gran Escala, el Desafío de Comunidades Saludables de Rotary y otras iniciativas y alianzas
- Supervisar cómo se gastan los fondos de la Fundación a través de revisiones y auditorías financieras
- Hacer recomendaciones para ayudar a los miembros del personal de Rotary y a los fiduciarios a tomar decisiones informadas sobre los programas
- Ofrecer orientación a los patrocinadores de proyectos sobre cómo abordar los desafíos y hacer cambios para generar un mayor impacto

Facilitadores de aprendizaje en seminarios de gestión de subvenciones, reuniones de club, institutos de Rotary, conferencias de distrito y otros eventos de Rotary que involucran temas en los que tenemos experiencia

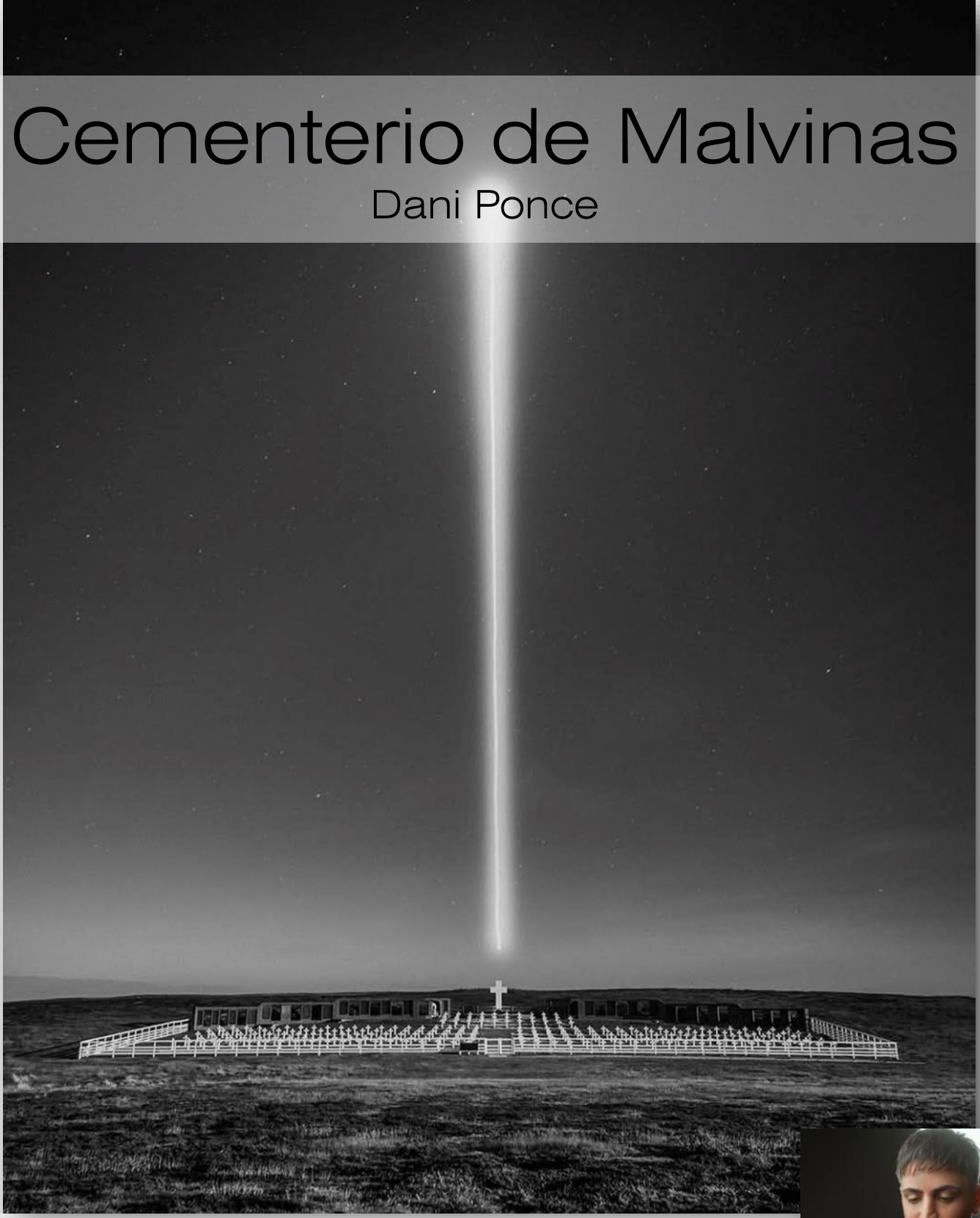
Acerca de las visitas a los proyectos

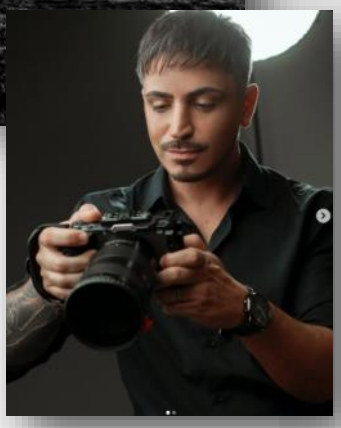
Por norma general, los asesores del Cadre visitarán la sede de un proyecto durante el proceso de evaluación y auditoría. Estas visitas suelen durar tres días y la Fundación sufraga los gastos de viaje del asesor. Durante la visita, el asesor:

- Recopila información observando la sede del proyecto y reuniéndose con los patrocinadores de la subvención, los miembros de la comunidad, las organizaciones colaboradoras y otras partes implicadas en la planificación y ejecución del proyecto.
- Resume sus hallazgos y discute recomendaciones y recursos específicos con los patrocinadores del proyecto en una reunión de retroalimentación.
- Su objetivo es promover la transparencia, la colaboración y el aprendizaje entre los socios de Rotary y la comunidad.

Cementerio de Malvinas

Dani Ponce





Esta fotografía es un logro colectivo, un trabajo en equipo que siempre soñamos; @gamenendez @franchesscoruiz y mío.

Fuimos los primeros en ingresar al Cementerio de Malvinas bajo la luna llena. El viento rugía, el silencio pesaba… pero al cruzar las rejas, una energía inexplicable nos envolvió. No estábamos solos.

Con un drone, trazamos luz sobre la cruz central. El resto lo iluminó la luna, como si el cielo mismo quisiera formar parte. Fotografiamos a una sola toma de larga expo, de 30 segundos, tomada con una Sony A7IV y lente 16-35 GM. Utilizamos un Mavic 3 con una linterna sujeta en su cuerpo para iluminar la cruz. No fue solo una hazaña técnica: fue un acto de respeto, de arte, de memoria viva. Esta imagen va a recorrer el mundo, no por su complejidad, sino por su símbolo. Porque esa luz no solo atraviesa la noche: atraviesa el tiempo.

Y allá abajo, en suelo argentino… algo se encendió para siempre.

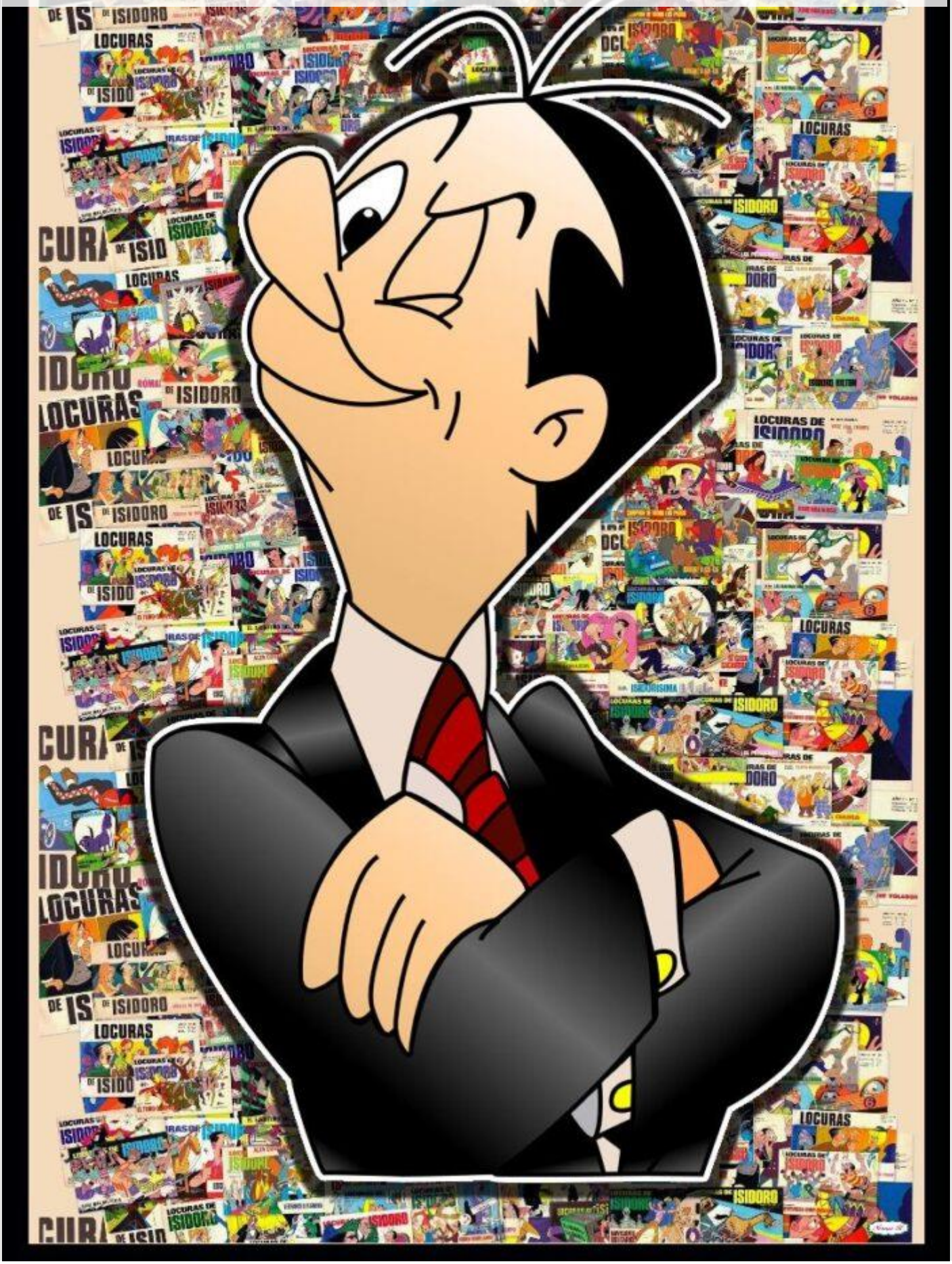

Psicopsi.com
Comunidad de estudio
@psicopsi_estudio


Joyas Ideal
JOYERÍA Y RELOJERÍA
@joyasideal
@joyas.ideal
11 2521 9855
Av Eva Perón 1440,Grand Bourg


NINO EXPRESS
ÓPTICA
EL CALLAO 1411
GRAND BOURG
02320 415440
JUAN F. SEGUÍ 1471
GRAND BOURG
02320 481417


Inmobiliaria
"Perla"
CSM 2086
Paulo Suarez
Martillero y Corredor
Público
Ventas
Alquileres
Tasaciones
Administraciones
Bat. de Chacabuco 27 y Ruta 197 - Grand Bourg
Malvinas Argentinas - Tel./Fax: (02320)424078
Cel.: 15.6383-7819

Isidoro Cañones



Isidoro Cañones, un personaje entrañable de la historieta argentina creado por el talentoso Dante Quinterno, ha dejado una huella imborrable en la cultura popular del país. Este playboy porteño, con su carisma arrollador y su estilo de vida desenfadado, se ha ganado un lugar especial en el corazón de los argentinos.

Isidoro, un joven ocurrente y simpático, encarna al típico "niño rico" porteño. Vive en la opulenta mansión de su tío, el coronel Urbano Cañones, disfrutando de los placeres de la vida sin preocuparse por las responsabilidades. Su pasión por la noche, los viajes y la buena vida lo convierten en un personaje entrañable y divertido.

A pesar de su aparente irresponsabilidad, Isidoro tiene un papel importante en la vida de su amigo Patoruzú, de quien es padrino y administrador de su fortuna. Esta relación única añade una dimensión especial a la personalidad de Isidoro, mostrando su lado leal y protector.

Isidoro por Tony Aira, columnista de "Ay, Che domingo"

Quinterno fue el Walt Disney criollo. Con apenas 15 años comenzó a publicar en los periódicos porteños bajo el ala de Diógenes Taborda, jefe de dibujantes de Crítica. Con el tiempo su estilo se afianzó y germinó sus dos grandes personajes. Es que Isidoro Cañones tiene una historia antes de ser Isidoro. El inicio fue en 1928 en el diario La Razón, con Julián de Monte Pio, un porteño con ínfulas de señor y poco dinero que estaba siempre dándose aires de grandeza con avivadas que terminaban mal. En 1932, llegó a El Mundo la historia de Isidoro Batacazo, un oficinista porteño, burrero hasta los huesos, capaz de empeñar los muebles de la oficina por una fija.

Isidoro Cañones nació el 11 de diciembre de 1935 en el diario El Mundo junto al Cacique Patoruzú. En ese histórico capítulo, Isidoro es el dueño de un circo callejero donde se invita a pelear al público con un gitano forzudo que es derrotado por el indio. La esposa del gitano le augura a Isidoro que su padrino y sus destinos estarán unidos. Así nace el primer Isidoro, el de los años ´40s y ´50s.

Este Isidoro, el de los años cuarenta y cincuenta, es todo lo contrario a Patoruzú: vive de la fortuna del cacique y siempre debe alquileres (Patoruzú no le compra el departamento ya que sabe que lo vendería para jugar en el hipódromo). A pesar de sus características, su rapidez y simpatía lo hicieron un favorito del público.

Debido al éxito de la revista "Patoruzú" —la revista más vendida en lengua castellana durante años— nació una nueva publicación orientada al público infantil llamada "Patoruzito", y con él, un Isidorito.

En la década del cincuenta, aparecieron las revistas de Isidoro sin Patoruzú. historias de negocios imposibles y escapes milagrosos del pobre Popov; su sastre, al cual nunca le paga. La fama de Isidoro creció tanto que en 1956 la revista cambió a "Las Grandes Andanzas de Patoruzú e Isidoro".

El 4 de julio de 1968 nació un nuevo Isidoro. "Locuras de Isidoro" tuvo como guionistas a Faruk y Mario Julia y los dibujos de Tulio Lovato. En este Isidoro no existe Patoruzú. Vive en una mansión en Palermo Chico propiedad de su tío, el Coronel Urbano Cañones. En la mansión trabaja el querido Manuel, mayordomo gallego —de La Coruña— que crió a Isidoro desde pibe y siempre lo cubre del Coronel y es capaz de darle sus ahorros cuando Isidoro está seco.

Este Isidoro fue muy cercano ya que su vida transcurre en una Buenos Aires reconocible. Maneja su BMW 503 por Libertadores, cena en La Raya, toma café en Polifemo, se junta con sus amigos en Tabac para luego sacudirse en Mau Mau. Lo que nunca cambió fue su impecable gusto por vestir blazer *french style* y en ocasiones menos formales, pantalones *oxfords* con chombas Lacoste.

En la nueva versión de Isidoro apareció una compañía femenina. Cachorra Bazooka fue su compañera de ruta. Era su reflejo con una ventaja: para todos, era una santa. La imagen icónica es Isidoro y Cachorra sin poder despegarse del *Chivas Regal* y los *Benson & Hedges*.

El éxito de la revista fue fulminante con ventas de 300 000 ejemplares semanales. Mucha gente del interior del país conocía Buenos Aires por las historias de Isidoro. Nada parecía faltarle al *playboy* porteño hasta que los convulsionados años sesenta le pusieron una bomba. El 6 de diciembre de 1968 manos anónimas dejaron un explosivo en la editorial. ¿La razón? En un capítulo, el badulaque terminó en Centroamérica como El Ché Isidoro en las filas del revolucionario Pancho Fidel. Demasiado para algunos…

La sociología ha estudiado el fenómeno Isidoro Cañones. Roberto Fontanarrosa lo definió "Isidoro no alcanza a ser un dandy, sino mas bien, un solterón empedernido". El filósofo Omar Bello lo sintetizó: como "Un chanta irresponsable y simpático. Ladrón, pero sin sangre y violencia, estafador del ingenio".

¿Podría existir Isidoro en 2025? Debería *aggiornarse* pero prefiero quedarme con el playboy que me fascinó de chico. El que me asombraba en esa Buenos Aires diferente.

Carpe Diem

Carlos Enrique Speroni
Ex Director de Rotary International





Rescatemos el mensaje de la oración de la Madre Teresa de Calcuta:

"Siempre ten presente que la piel se arruga, el pelo se vuelve blanco...
Los días se convierten en años…pero lo importante no cambia, tu fuerza y tu espíritu es el plumero de cualquier tela de araña.
Detrás de cada línea de llegada hay una de partida.
Detrás de cada logro, hay otro desafío.
Mientras estés vivo, siéntete vivo.
Si extrañas lo que hacías, vuelve a hacerlo.
No vivas de fotos amarillas, sigue aunque todos esperen que abandones.
No dejes que se oxide el hierro que hay en ti.
Haz que en vez de lástima te tengan respeto.
Cuando por los años no puedas correr, trota.
Cuando no puedas trotar, camina.
Cuando no puedas caminar, usa el bastón pero nunca te detengas"

Luego de su lectura convengamos que, para cada uno de quienes lo han leído, hoy puede no ser un día cualquiera y ello por una sencilla razón: hoy puede ser el día!

CARPE DIEM es una invitación a disfrutar el momento aceptando que somos sobrevivientes de un mundo cambiante que nos lleva a interactuar con él.

Admitamos que así lo creyó su autor, el más grande poeta lírico romano, Quinto Horacio Flaco, fallecido en el año 8 a.C., cuando legara su pensamiento "exhortando a aprovechar el presente ante la constancia de la fugacidad del tiempo".

Somos sobrevivientes de una generación que ha tenido el privilegio de superar los 90 años y con ellos, y haciendo un juego de palabras, ilusionarse con que los 92 pueden convertirse en los 29 que alguna vez tuvo y que ahora revive sin cometer los mismos desaciertos que la inexperiencia le adjudicó.

Y, continuando con el juego, ¿por qué no pensar que con los 93 no podrán mejorarse las inexperiencias de los 39 y así, sucesivamente?

CARPE DIEM debe ser la exhortación que, con el comienzo de cada día, nos lleve a transitar el camino de nuestras esperanzas y también nuestras ilusiones porque no encontraremos una verdad más absoluta que aquella que nos muestra que hoy no es un día cualquiera porque puede ser, y nada menos que ello, ¡nuestro día!



El encuentro entre Dios y el Papa Francisco

Miguel Sanchiz Buendía
Rotary Club Majadaonda-España

Se apagan las luces del mundo y se enciende una llama en el corazón de la eternidad



El Papa Francisco y Dios. Un Encuentro en la Eternidad. En la muerte de Jorge Mario Bergoglio —el Papa que vino del sur, el pastor que habló de misericordia, el hombre que hizo temblar al Vaticano con su humildad— compartimos con nuestros lectores este *encuentro* imaginario pero profundamente posible: un diálogo eterno entre el alma del Papa Francisco y el Dios al que dedicó su vida. Que este relato sirva como homenaje y consuelo.

Se apagan las luces del mundo y se enciende una llama en el corazón de la eternidad. El alma de Jorge Mario Bergoglio, conocido por millones de personas como el «Papa Francisco«, asciende con la humildad del que ha servido, no del que ha reinado. Su paso por la Tierra fue un testimonio de compasión, sencillez y firmeza, una caminata entre los pobres, una oración entre los muros del Vaticano, una mano tendida allí donde otros levantaban muros. Aquel que eligió llamarse Francisco por el santo de Asís —el amigo de los desposeídos, de la naturaleza y de la paz— vivió su pontificado como un peregrino de la misericordia.

Despertó amores y controversias, desafió estructuras anquilosadas y habló con la franqueza del pastor que no teme al lobo. Pero ahora, ya sin báculo ni vestiduras, sin cámaras ni multitudes, se encuentra ante el rostro último e infinito. Un Encuentro no con la fama ni la historia, sino con el Misterio que tantas veces invocó. La escena de este encuentro entre Dios y el Papa es simple, sin cúpulas ni vitrales. Es luz. Una luz que no ciega sino que abraza. En ese espacio sin tiempo, un anciano vestido de blanco avanza descalzo. La túnica es sencilla, casi franciscana. Sus ojos —cansados pero aún brillantes— se elevan con reverencia.

PAPA FRANCISCO —A veces me sentí solo en Roma. Solo con Tu palabra y mi conciencia. Quise reformar lo que parecía irrompible.

DIOS —¿Y crees que fracasaste?

PAPA FRANCISCO —Creo que sembré. Otros cosecharán.

DIOS —Eso es fe. No la que proclama certezas, sino la que camina entre dudas. Te diste a los pobres, a los enfermos, a los olvidados. Lavaste pies, no coronaste cabezas. Fuiste Pedro sin armadura.

PAPA FRANCISCO —Fui pecador. Como Pedro.

DIOS —Pero también roca. Como Pedro.

El anciano cae de rodillas. Llora, no de miedo ni arrepentimiento, sino de gratitud.

Dios lo levanta suavemente y lo abraza. No hay palabras. Solo silencio sagrado. Una brisa dulce, como la del Río de la Plata en otoño, roza su rostro.

PAPA FRANCISCO —Cuando era joven, solía mirar al cielo desde la terraza de casa. Jamás imaginé que me hablarías desde allí.

DIOS —Y sin embargo, te hablé siempre. En el silencio de los hospitales, en las miradas de los cartoneros, en los abrazos que diste a quienes no podían darte nada.

Dios lo acompaña mientras caminan por un sendero de luz. A ambos lados, rostros sonrientes: abuelas de favelas, niños sirios, mujeres indígenas, ancianos olvidados.

PAPA FRANCISCO —Los recuerdo a todos… aunque a veces no sabía cómo ayudarlos.

DIOS —Lo intentaste. Y eso, Jorge, también es amor. Has sido pastor con olor a oveja. Profeta en tiempos de sordera. Puente donde muchos solo quisieron muros. Ven. Hay quienes desean verte.

PAPA FRANCISCO —¿Quiénes?

DIOS —Los descartados. Los migrantes. Los ancianos que «escucharon tus mensajes en soledad”. Los jóvenes que soñaron contigo una Iglesia viva. También Francisco de Asís, que sonríe allá bajo el árbol.

Francisco gira. A lo lejos, un campo verde, una multitud serena. Ríen. Le hacen lugar. Se oye música. Suena un bandoneón. Francisco sonríe.

PAPA FRANCISCO —¿También aquí hay tango?

DIOS —Aquí está todo lo que amaste de verdad. Incluso Gardel te espera con un mate tibio.

PAPA FRANCISCO —Y Roma… ¿qué será de Roma?

DIOS —Sigue en mis manos. Como siempre. Tu voz seguirá resonando en los rincones de la conciencia. No has muerto, Francisco. Has vuelto a Casa.

Y el anciano camina. Ya no cojea. Sus pasos son livianos. Y por primera vez en mucho tiempo, se permite descansar.

Iglesia San Ignacio

Ciudad de Buenos Aires

La Iglesia de San Ignacio, ubicada en la Manzana de las Luces, es la iglesia más antigua de Buenos Aires, con su construcción iniciada en 1686 por los jesuitas. Un hecho destacado es que en este recinto se llevó a cabo la ceremonia inaugural de la Universidad de Buenos Aires en 1821, marcando un hito en la educación argentina.





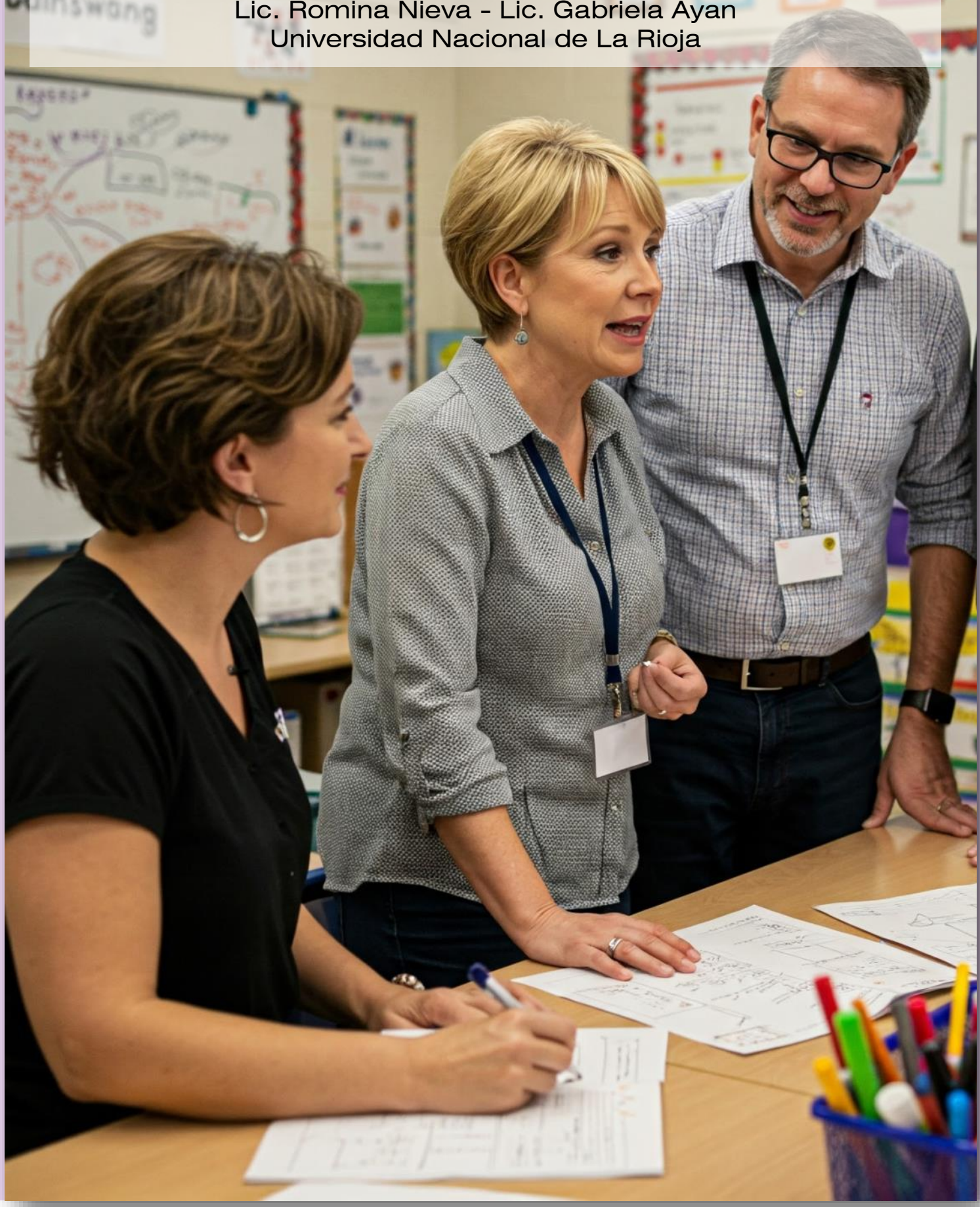
3.1 DISEÑOS
GRÁFICA IMPRENTA
TARJETAS DE PRESENTACIÓN
VOLANTES PUBLICITARIOS
LONAS VINILOS IMANES
INVITACIONES
STICKERS
BANNERS
ART. DE LIBRERÍA
REGALERÍA
FOTOCOPIAS
ANILLADOS
PLASTIFICADOS
IMPRESIONES
SCANEOS
DISEÑOS 100% PERSONALIZADOS
GALERÍA "PASEO DE JUAN" LOCAL 14
EL CALLAO 1382 - GRAND BOURG
1125649488 TRES PUNTO UNO DISEÑOS GRAFICA3.1

Negocios Inmobiliarios
MANCINI
Eliseo Mancini
El Callao 1311
Grand Bourg, CP: 1615
Tel. 02320-680200
02320-680201
inmobiliaria.mancini@gmail.com

LA MASCOTA
VETERINARIA
FRANCISCO BEIRÓ 1499
GRAND BOURG

La importancia de la investigación en la docencia

Lic. Romina Nieva - Lic. Gabriela Ayan
Universidad Nacional de La Rioja



Cuando hablamos sobre la investigación en el campo de la docencia nos referimos al proceso sistemático y riguroso de indagación, el cual involucra un análisis y observación del contexto en el que se llevan adelante los procesos de enseñanza-aprendizaje. Este camino de la indagación surge como una necesidad de los docentes para mejorar nuestra práctica educativa, entender mejor el proceso de aprendizaje y mejorar la calidad de la educación.

La investigación docente es una herramienta fundamental para la mejora de la enseñanza y el aprendizaje, ya que permite a los profesores reflexionar sobre su propia práctica y encontrar formas de optimizarla, lo que se traduce en un impacto positivo en el aprendizaje de los estudiantes. Según Harmer (2001), esta reflexión ayuda a identificar necesidades y problemas en el proceso educativo, mientras que, como señala Oxford (2010), se desarrollan estrategias efectivas para abordar estos desafíos y mejorar los resultados. Además, la investigación facilita la evaluación de la efectividad de las intervenciones docentes, permitiendo realizar ajustes necesarios. Al mismo tiempo, fomenta la innovación al animar a los docentes a probar nuevas metodologías y enfoques, contribuye al desarrollo teórico en el campo de la educación y permite compartir hallazgos y buenas prácticas con otros colegas. Asimismo, apoya el desarrollo profesional y la formación continua de los profesores, fortaleciendo su capacidad para ofrecer una enseñanza de mayor calidad.

En la Universidad Nacional de La Rioja, se llevan a cabo numerosos proyectos de investigación para mejorar la práctica docente. Como docentes de esta Casa de Estudios, hemos tenido la oportunidad de formar parte de algunos de ellos, tal como el proyecto de investigación denominado *El trabajo colaborativo a través de las TIC como estrategia metodológica para favorecer el desarrollo de la competencia lectora en idioma inglés* para las carreras de Licenciatura en Sistemas de Información, Ingeniería en Sistemas de Información e Ingeniería Mecatrónica, de la Universidad Nacional de La Rioja, Resolución CICYT N°026.

Este trabajo de investigación nos permitió reflexionar sobre metodología de enseñanza en cuanto a los recursos didácticos que giran, generalmente, en torno a los elementos gramaticales, semánticos y léxicos característicos del discurso científico-técnico escrito en inglés que se proponen en la asignatura de Inglés I, de las carreras mencionadas. Se propuso de esta manera diseñar actividades que promuevan el trabajo colaborativo a través de las TIC para favorecer los procesos de aprendizaje de la competencia lectora en la lengua extranjera.

De esta manera, este trabajo de investigación nos permitió explorar y ampliar el campo de investigación relacionado con la enseñanza de la competencia lectora en idioma inglés y su aprendizaje a partir de la aplicación de las nuevas tecnologías como estrategia metodológica.

Para concluir, la investigación en la docencia es de suma importancia ya que nos permite a los educadores desarrollar estrategias de enseñanza basadas en evidencia, adaptadas a las necesidades de los estudiantes, mejorando así la calidad educativa y facilitando la resolución de problemas específicos en el aula. Además, fomenta la innovación pedagógica y contribuye al avance del conocimiento en el campo de la educación, beneficiando a futuras generaciones de estudiantes y docentes.

La investigación docente permite a los profesores reflexionar sobre su propia práctica y optimizarla

María Rosalía Rita de Castro

Lic. María Cristina Pereyra
Universidad Nacional de La Rioja



María Rosalía Rita de Castro, para algunos la madre del *Rexurdimento* gallego, fue una gran poeta del siglo XIX. Nació en Santiago de Compostela el 23 de febrero de 1837, fue el fruto de una relación amorosa del sacerdote José Martínez Viojo y María Teresa de la Cruz Castro, una soltera de escasos recursos. En esa época, su nacimiento fue una situación compleja, hubiera terminado en la casa de expósitos Hogar de los Reyes Católicos, a no ser por su madrina que se hizo cargo de ella, luego va a la casa de una tía paterna a la aldea de Ortoño, allí se familiarizó con el *gallego* y la gente que lo hablaba. Algunos biógrafos marcan esta infancia difícil como la sombra de pesimismo que la acompañó toda su vida y se ve reflejada en su obra.

Recupera el gallego como lengua de cultura, estando en Madrid, en donde se había radicado para escapar del estigma de ser hija de un cura; se casa con el escritor Manuel Murguía, no fue el mejor matrimonio, quizás por la estrechez económica de su marido o por el carácter melancólico de Rosalía, sumado a su mala salud.

Sin embargo su marido fue un apoyo para ella y patrocinador ante los editores y quien más la animó a escribir.

En 1863 publica *Cantares gallegos*, era la primera vez en tres siglos que alguien en literatura escribía en gallego, por esa razón esta obra es considerada un hito fundacional de la literatura gallega. Otras obras fueron *Follas novas, En las orillas del Sur, La hija del mar, El caballero de botas azules*.

Toda su obra tiene el sello de la melancolía, también profundidad existencial y metafísica, interpreta el sentir del pueblo gallego, de su explotación y también el sentir de aquellos que debían dejar su tierra.

Rosalía muere el 15 de julio de 1885 luego de un largo proceso de cáncer de útero. Según relatan quienes la acompañaron en su lecho de muerte, sus últimas palabras fueron: ”abre la ventana que quiero ver el mar”, imposible verlo desde donde estaba pero muchas veces había pensado en él como sitio para el suicidio.

Dejo un poema de ella:

Soledad

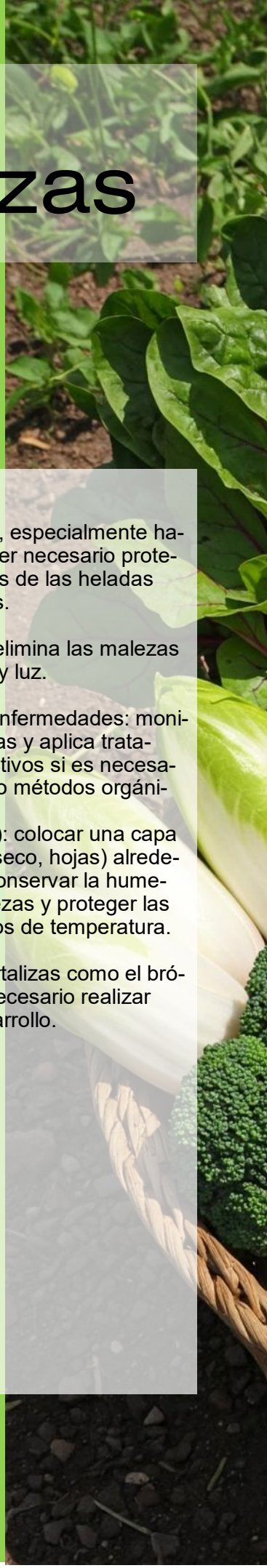
Un manso río, una vereda estrecha,
un campo solitario y un pinar,
y el viejo puente rústico y sencillo
completando tan grata soledad.

¿Qué es soledad? Para llenar el mundo
basta a veces un solo pensamiento.
Por eso hoy, hartos de belleza, encuentras
el puente, el río y el pinar desiertos.

No son nube ni flor los que enamoran;
eres tú, corazón, triste o dichoso,
ya del dolor y del placer el árbitro,
quien seca el mar y hace habitable el polo.

“La soledad es una compañera
silenciosa que te abraza
mientras te consume”

mayo
siembra de hortalizas



En mayo, en Argentina, se pueden sembrar una variedad de hortalizas de otoño-invierno. Aquí te presentamos algunas opciones, los cuidados necesarios y la preparación del suelo.

Siembras de hortalizas recomendadas para mayo en Argentina

Hortalizas de hoja: acelga, lechuga, espinaca, rúcula, achicoria, escarola, kale.

Hortalizas de raíz: zanahoria, rabanito, remolacha, nabo, cebolla (de siembra directa o trasplante de plantines).

Otras hortalizas: arvejas, habas, brócoli, coliflor, repollo, puerro, apio, ajo (última oportunidad en algunas regiones).

Aromáticas: perejil, cilantro, orégano, tomillo, eneldo, romero.

Preparación del suelo

Limpieza: remueve malezas, restos de cultivos anteriores y piedras.

Aireación: cava o labra la tierra para soltarla y mejorar el drenaje.

Enmienda: incorpora materia orgánica como compost o humus de lombriz para enriquecer el suelo y mejorar su estructura.

Nivelación: rastrilla la superficie para dejarla uniforme.

Cuidados de las hortalizas sembradas en mayo

Riego: reduce la frecuencia de riego en comparación con los meses más cálidos. Riega cuando la capa superior del suelo esté seca al tacto. Evita el encharcamiento.

Abonado: si es necesario, realiza un abonado ligero con productos orgánicos.

Protección contra el frío

En algunas regiones, especialmente hacia finales de mayo, puede ser necesario proteger los cultivos más sensibles de las heladas con cubiertas o túneles bajos.

Control de malezas: elimina las malezas que compiten por nutrientes y luz.

Control de plagas y enfermedades: monitorea regularmente tus plantas y aplica tratamientos preventivos o correctivos si es necesario, preferiblemente utilizando métodos orgánicos.

Acolchado (Mulching): colocar una capa de material orgánico (pasto seco, hojas) alrededor de las plantas ayuda a conservar la humedad del suelo, controlar malezas y proteger las raíces de los cambios bruscos de temperatura.

Poda: en algunas hortalizas como el brócoli o el repollo, puede ser necesario realizar podas para favorecer el desarrollo.



mayo
siembra de flores

El clima comienza a enfriarse en muchas regiones de nuestro país, marcando el inicio del otoño tardío e incluso acercándose al invierno en algunas zonas. Esto influye en las flores que se pueden sembrar. La clave está en elegir especies resistentes al frío o aquellas que florecerán en primavera temprana si se siembran ahora.

Aquí te presento algunas opciones de siembra de flores para mayo en Argentina, junto con los cuidados y la preparación del suelo:

Siembras de flores recomendadas para mayo en Argentina.

Bulbos de floración primaveral: Este es el momento ideal para plantar bulbos que florecerán en la primavera siguiente, por ejemplo:

Tulipanes, narciso, jacintos, azafranes, muscari (nazarenos), fresias.

Bienales que florecen en primavera/verano: algunos bienales se siembran en otoño para florecer al año siguiente. Puedes considerar sembrar:

Pensamientos (Viola x wittrockiana), prímulas (Primula vulgaris), dedaleras (Digitalis purpurea), myosotis (No me olvides)

Anuales resistentes al frío (en algunas regiones más templadas): en zonas con inviernos suaves, podrías intentar sembrar algunas anuales resistentes como:

Caléndulas (Calendula officinalis), alhelíes (Matthiola incana), arvejillas de olor (Lathyrus odoratus).

Preparación del suelo

Limpieza: retira malezas, piedras y restos de plantas anteriores.

Aireación: cava o labra la tierra para mejorar el drenaje y la circulación de aire.

Enmienda: incorpora materia orgánica como compost, humus de lombriz o estiércol bien descompuesto. Esto enriquecerá el suelo, mejorará su estructura y retendrá la humedad necesaria para el desarrollo de las raíces.

Drenaje: asegúrate de que el suelo tenga buen drenaje, especialmente para los bulbos, ya que el exceso de humedad puede provocar su pudrición.

Si el suelo es arcilloso, se puede agregarse arena gruesa para mejorar el drenaje.

Nivelación: rastrilla la superficie para dejarla uniforme antes de plantar.

Plantación de bulbos:

Plante los bulbos a la profundidad recomendada en el envase o en guías específicas para cada tipo de bulbo. Generalmente, la profundidad es el doble de la altura del bulbo.

Coloca los bulbos con la punta hacia arriba.

Riega ligeramente después de plantar para asentar la tierra.

No es necesario regar en exceso durante el invierno, a menos que el suelo esté muy seco.

Cubre la zona con un acolchado orgánico (hojas secas, paja) para proteger los bulbos de las heladas y mantener la humedad del suelo.

Siembra de semillas de bienales y anuales

Siembra las semillas en semilleros protegidos o directamente en el lugar definitivo si el clima lo permite.

Sigue las instrucciones de siembra específicas para cada tipo de semilla en cuanto a profundidad y espaciamiento.

Mantén el sustrato húmedo pero no encharcado hasta que germine.

Protege los semilleros de las heladas si es necesario.

Cuando las plántulas tengan el tamaño adecuado, trasplántalas al lugar definitivo.

Precauciones generales

Riego: riega con moderación, solo cuando la capa superior del suelo esté seca. Evita el encharcamiento.

Protección contra el frío: en regiones con heladas fuertes, protege las plántulas jóvenes con cubiertas o túneles bajos. El acolchado también ayuda a proteger las raíces.

Control de malezas: elimina las malezas que puedan competir con las flores por nutrientes y espacio.

Abonado (opcional): si el suelo es pobre, puedes aplicar un fertilizante equilibrado de liberación lenta en el momento de la plantación. Para los bulbos, un fertilizante rico en fósforo puede favorecer el desarrollo de las raíces.



Consideraciones adicionales

Clima local: el clima de tu región específica en Argentina es crucial. Consulta calendarios de siembra locales o pregunta en viveros de tu zona para obtener recomendaciones más precisas.

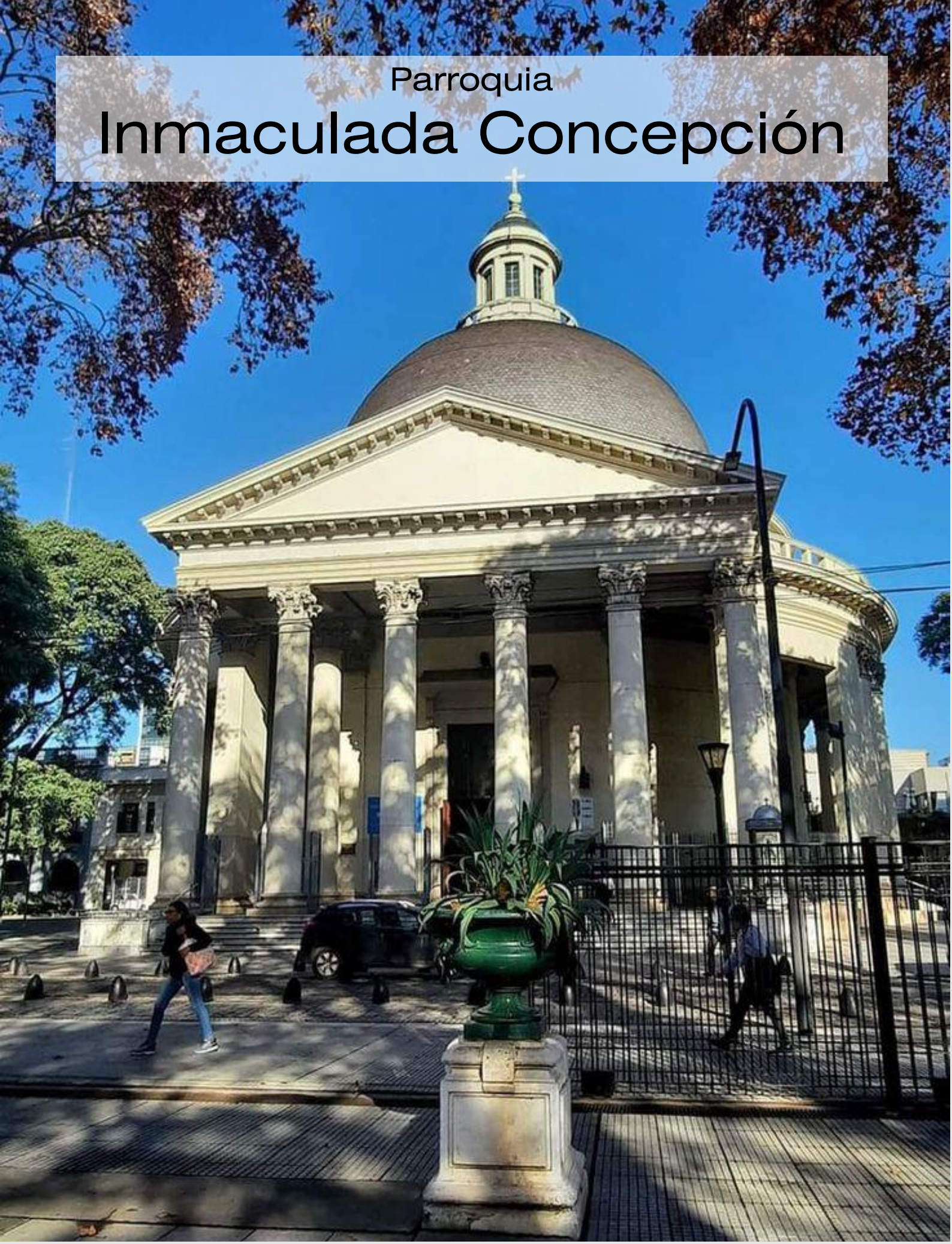
Variedades específicas: algunas variedades dentro de las especies mencionadas pueden ser más resistentes al frío que otras. Investiga las variedades que mejor se adaptan a tu clima.

Protección adicional: si esperas heladas severas, considera proteger las plantas más jóvenes con tela antiheladas o trasladar las macetas a un lugar más resguardado.

Siguiendo estos consejos y adaptándolos a las condiciones de tu jardín y clima local, podrás disfrutar de hermosas flores en la primavera y principios del verano siguientes.

Parroquia

Inmaculada Concepción



Los antecedentes de la Iglesia de la Inmaculada Concepción, también conocida como “La Redonda”, deben remontarse a mediados del siglo XIX, cuando el lugar (Barrio de Belgrano) contaba solo con una pequeña capilla, situada en la actual esquina de 11 de Septiembre y La Pampa.

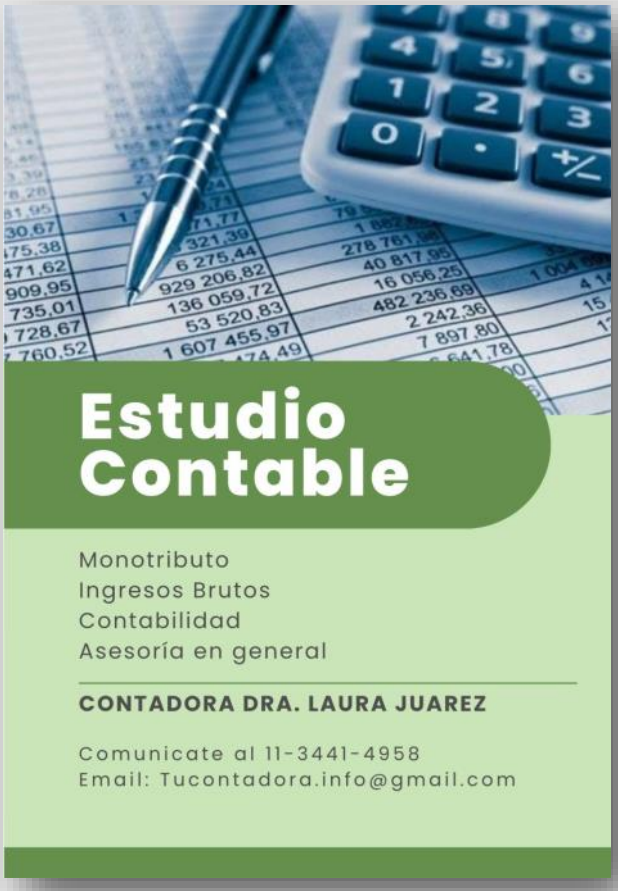


Luego, en 1860, monseñor Mariano José de Escalada, primer arzobispo porteño, creó la Parroquia de Belgrano, surgiendo entonces la necesidad de que la zona contara con un templo acorde con su creciente importancia.

La iglesia actual fue comenzada por Nicolás Canale. Al morir éste, la obra quedó en manos de su hijo José y en la última etapa también intervino el arquitecto Juan Antonio Buschiazzo. La nacionalidad de los arquitectos, se tradujo en expresiones del Renacimiento italiano, que agregaron a su fisonomía externa líneas inspiradas en el Panteón de Roma.

La magnífica cúpula semiesférica llega casi a los 40 metros de altura y es similar a la de la catedral de San Carlos en Milán. Su interior impresiona por al ámbito central circular, enmarcado por sus 14 columnas de mármol blanco colocadas de a pares. El remate superior lo conforma una bóveda celeste de pintura que la luz muy atenuada torna sugestivo.

A uno de los costados del templo se encuentra uno de los lugares emblemáticos de la ficción argentina, “... ese curioso rincón de Buenos Aires, formado por una fila de viejas casas de dos pisos, tangentes al círculo de la Iglesia”, donde se hallaba el departamento que “era meramente un pasaje hacia otra parte”, según el atormentado personaje creado por Ernesto Sábato, quien por allí penetra al mundo de los ciegos en “Sobre héroes y tumbas”.



Frases de Paul Harris

Vanessa Ortiz de Zárate
Rotary Club San Pedro Alcántara-España

Obtener la HERMANDAD universal es un gran mandato y su logro es propósito digno de ser pagado con el mejor metal en toda la humanidad.

Paul Harris





COCHERÍA
GRAND BOURG
TANATOPRAXIAS - SEPELIOS - SALAS VELATORIAS - TRASLADOS - CREMACIONES - Anexo FLORERÍA
(02320) 48 5900 - WP 11 5185 3374
cocheriagb@gmail.com // cocheriagb@@interbourg.com.ar
Atención las 24 horas
El Callao 1301 - Grand Bourg

LIBRERÍA
ESCOLAR - COMERCIAL
TÉCNICA - MEDALLAS
FORMULARIOS ESCOLARES
LITERATURA INFANTIL
Trama Buenos Aires
TEL. 02320-410800 / 680500
E-MAIL: VENTAS@TRAMABUENOSAIRES.COM.AR

Fotos de la naturaleza

Henry Be

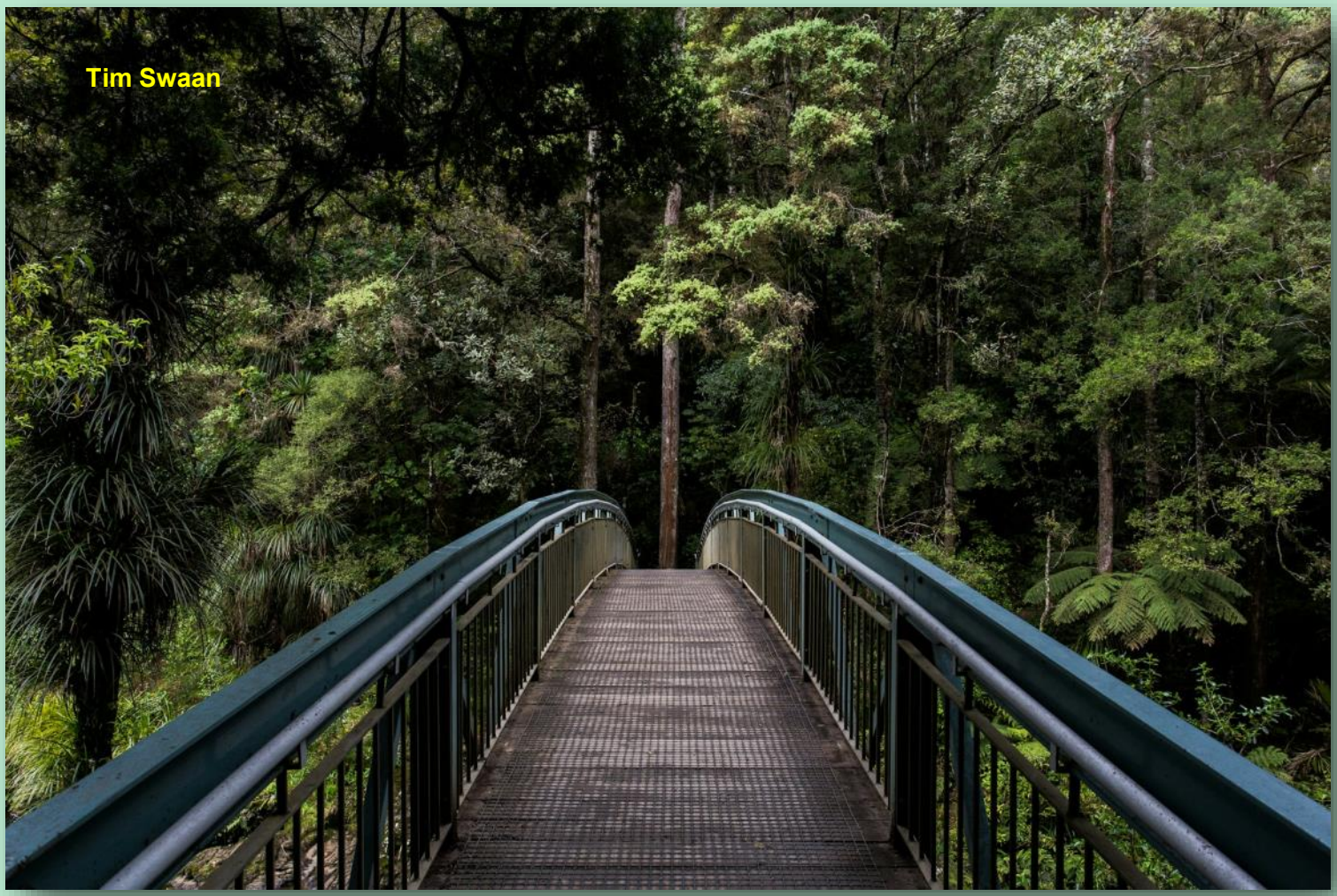


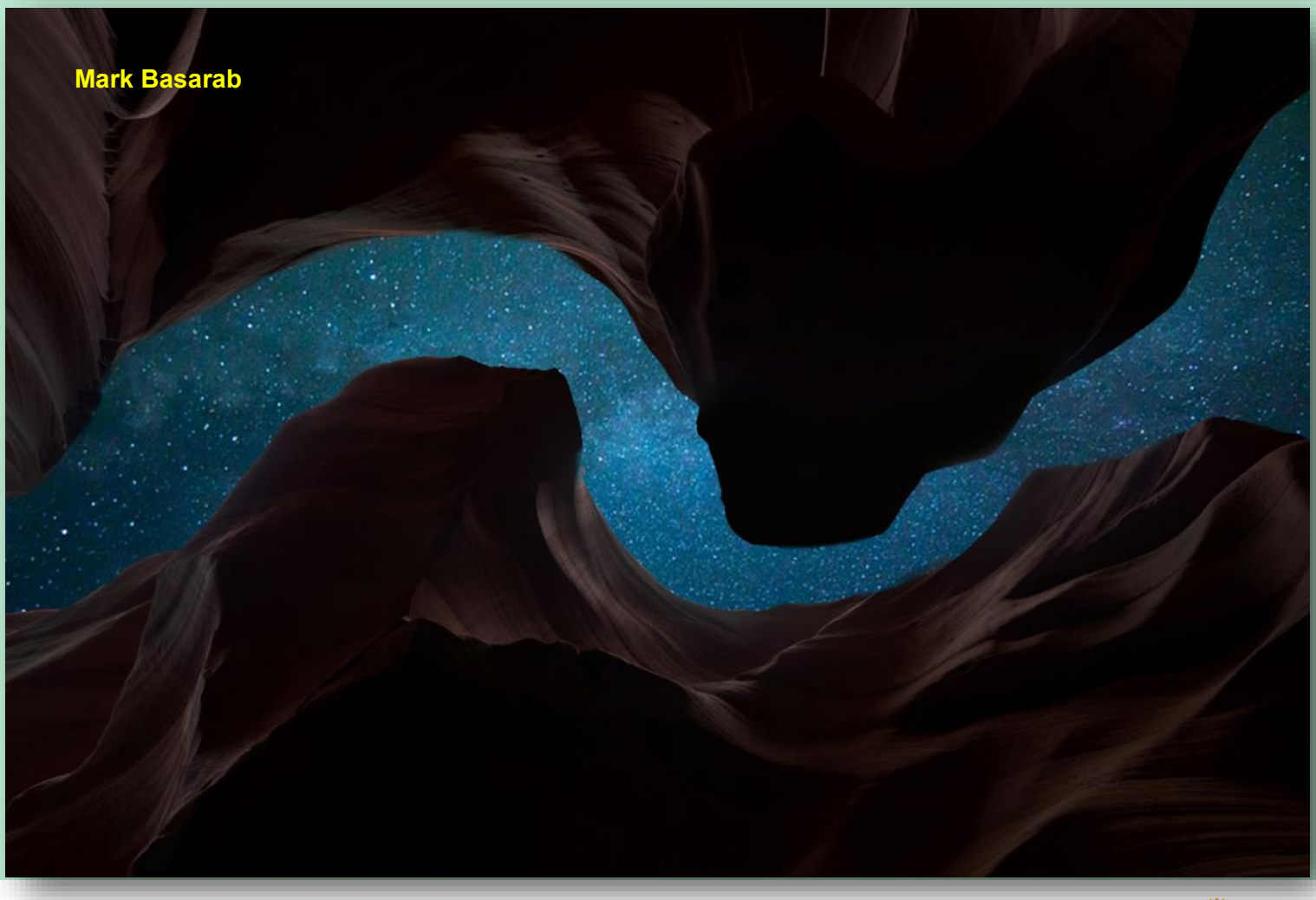
v2osk




Blake Verdoorn


Goutaham Krishna


Tim Swaan


Mark Basarab

La historia de un amor



Mercedes Casanovas y Fernando Eleta se conocieron y enamoraron profundamente. Se casaron el 15 de agosto de 1950, rodeados de familiares y amigos que compartieron su alegría. Su matrimonio fue el inicio de una hermosa relación llena de amor y dedicación.

Desafortunadamente, su historia de amor tuvo un final trágico. Mercedes contrajo poliomielitis en 1954, una enfermedad que afectó a muchas personas en esa época. A pesar de los esfuerzos médicos, Mercedes falleció poco después de dar a luz a su hija, dejando a Fernando devastado por la pérdida de su amada esposa.

El cuñado de Mercedes, Carlos Eleta, inspirado por el profundo amor y la trágica pérdida, decidió inmortalizar su historia a través de la música. Así nació el bolero "Historia de un Amor," una canción que expresa el dolor de perder a un ser querido y el amor eterno que perdura más allá de la muerte. La letra de la canción captura la esencia de su amor y la tristeza de la pérdida, convirtiéndose en un himno para aquellos que han experimentado el amor y la pérdida.

La canción se convirtió en un éxito y ha sido interpretada por numerosos artistas a lo largo de los años, tocando los corazones de muchas personas en todo el mundo. La historia de Mercedes y Fernando sigue viva a través de la música, recordándonos que el amor verdadero puede trascender el tiempo y las circunstancias.

La historia de un amor
Carlos Eleta Almarán

Ya no estás más a mi lado, corazón.
En el alma sólo tengo soledad.
Y si ya no puedo verte.
¿Por qué Dios me hizo quererte
Para hacerme sufrir más?
Siempre fuiste la razón de mi existir,
Adorarte para mí fue religión,
En tus besos yo encontraba
El calor que me brindaba
El amor y la pasión.
Es la historia de un amor
Como no hay otro igual,
Que me hizo comprender
Todo el bien, todo el mal,
Que le dio luz a mi vida
Apagándola después.
¡Ay, qué vida tan oscura!
Sin tu amor, no viviré.
Siempre fuiste la razón de mi existir,
Adorarte para mí fue religión,
En tus besos yo encontraba
El calor que me brindaba
El amor y la pasión.
Es la historia de un amor
Como no hay otro igual,
Que me hizo comprender
Todo el bien, todo el mal
Que le dio luz a mi vida
Apagándola después.
¡Ay, qué vida tan oscura!
Sin tu amor no viviré.

Cantos de los muros

Omar Argañaraz

Poesías, decires, preguntas, cuentos, ejercicios de la palabra, textos







Rotary
San Martín-Villa Maipú

Un día y otro día diluirán sus colores
y las líneas, roídas, dejarán de gritar
y volverán los muros al silencio,
pero quienes sentimos el sopapo
sabremos que hay un niño desdentado y alegre
corriendo y reclamando su porción de veneno,
de cereales que brotan de cajas coloridas,
que a la vuelta, un lobo extraterrestre
juega a arrancar los ojos de la muerte,
y otros ojos, de pilagá herido,
han de ser nuestros ojos espantados.
Las líneas, los colores muertos en las paredes
vivirán en nosotros;
acaso vomitemos
y aún nos siga ardiendo la mejilla.

En la Ciudad Diagonal
Calle 67, esq.9
24-9-23









Rotary
San Martín-Villa Maipú

Cuento para niños

El día que los juguetes cobraron vida



Había una vez una pequeña tienda de juguetes en el corazón de una gran ciudad. Era una de las pocas pequeñas tiendas que quedaban en aquel lugar ocupado por grandes centros comerciales.

Su dueña, Carmela, se había resistido a venderla y seguía ocupándose del negocio que había sido de su madre, y antes de su abuela, y previamente de su bisabuela. Era una tienda muy especial, en la que había muñecos de madera, ositos de peluche, pelotas, soldaditos de plomo... Solo vendía juguetes que no necesitaban de pilas para funcionar. Por eso, cada vez entraban menos niños y niñas. Muchos de ellos, solamente querían juguetes electrónicos.

Pero aquella era una tienda muy especial, Carmela lo sabía y nunca podría venderla. Y es que, era un lugar mágico, donde los juguetes cobraban vida cuando la ciudad dormía y la luna brillaba en lo alto. Un suave resplandor de luz envolvía la tienda mientras el reloj daba la medianoche. Los juguetes, uno por uno, comenzaban a moverse y a cobrar vida. Los soldaditos formaban filas y montaban guardia en los estantes, mientras que las muñecas organizaban bailes elegantes en el pasillo central.

El osito Teddy, con su pelaje suave y abrazable, lideraba el grupo. Esa noche, Teddy reunió a todos los juguetes en el centro de la tienda. Había escuchado decir a Carmela que un niño se había dejado olvidado un juguete electrónico en la tienda.

Los juguetes comenzaron a murmurar alarmados, "¡Un juguete electrónico!" Todos miraron hacia un rincón y vieron a un robot reluciente con luces parpadeantes y botones brillantes.

No sabían muy bien qué hacer con aquel saco de cables, les parecía abominable.

—Hola, soy Roby, —dijo el robot—. Nunca había visto juguetes tan antiguos como vosotros. ¿Cómo juegan los niños con vosotros si no tenéis botones?

—Fácil, inventan historias en las que somos los protagonistas, —respondió Teddy.

Los juguetes se dividieron en dos grupos: los que pensaban que había que tirar a la basura a aquel ruidoso robot y los curiosos que querían conocerle un poco mejor. Pero, poco a poco, Roby se fue haciendo amigo de los soldados de plomo que desfilaban detrás de él, mientras emitía luces de todos los colores; las muñecas inventaron un nuevo baile imitando sus movimientos y Teddy charló con él hasta casi el amanecer compartiendo experiencias. Incluso, los muñecos de madera que no quisieron ni saludarle se fueron acercando poco a poco y decidieron no llevar a cabo su misión contra Roby.

Al amanecer, todos ocuparon sus sitios y Roby, quedó en el medio de la tienda luciendo más que nunca y dando vueltas en círculo. Carmela lo encontró a la mañana siguiente y esperó a que su dueño regresara para recogerlo. Lo dejó bajo el mostrador, escondido en una caja de flores, pero nunca vino nadie por él. Y, desde entonces, cada noche, Roby se une a la fiesta de los juguetes, se ha convertido en uno más.

Los juguetes comenzaron a murmurar alarmados, "¡Un juguete electrónico!" Todos miraron hacia un rincón y vieron a un robot reluciente con luces parpadeantes y botones brillantes.

Escrito en hielo

Christian Clauwers - fotógrafo

Christian Clauwers rotario y fotógrafo de documentales capta la belleza y la fragilidad en un mundo cada vez más cálido

La isla Franklin, rebosa de vida y muerte. Situada en el remoto Mar de Ross de la Antártida, esta desolada roca alberga una colonia reproductora de pingüinos Adelia. A su alrededor y bajo sus pies hay mechones de plumas de otros pingüinos que perecieron en este duro entorno. Es el círculo de la vida en toda su belleza y fragilidad. (1)

Fotografiar en estos confines del mundo conocido —las regiones polares que son el barómetro de nuestro planeta— se ha convertido en mi vocación: mostrar a la gente el delicado equilibrio de la naturaleza y la urgente necesidad de investigar y actuar desde la ciencia.

Mi curiosidad y fascinación, u obsesión, si se quiere llamar así, surgieron en 2013 durante un viaje a los confines árticos del norte de Noruega. Me topé con una misteriosa losa de concreto con una puerta metálica en una ladera rocosa. La puerta conducía a la Bóveda Global de Semillas de Svalbard, un depósito de seguridad para más de 1,3 millones de muestras de semillas de todo el mundo. Es el último recurso de la humanidad frente al cambio climático y la pérdida de biodiversidad. Su existencia constituye un llamado de atención.

A través de la narración visual y de apariciones en conferencias de la ONU sobre el clima, clubes rotarios y otros lugares, intento mostrar lo que está en juego y reconectar a la gente con la naturaleza y su belleza, especialmente con la magia blanca de la *terra incognita*.

Mar de Bellingshausen (Antártida), 2017

Los icebergs pueden contener señales del cambio climático. Este que vi había girado 90 grados, revelando profundas líneas azules que las temperaturas superficiales diurnas cortan en el hielo. Es como una infografía en el hielo cicatrizado que registra los periodos más cálidos a lo largo del tiempo. (2)

Isla Danco (Antártida), 2017

Un pingüino papúa antártico se pasea junto a una vértebra de una ballena jorobada. Muchas especies de ballenas migran al océano austral para alimentarse de plancton y krill en sus aguas ricas en nutrientes. (3)

Mar de Ross (Antártida), 2017

Dos pingüinos Adelia saltan desde el hielo. Son bastante torpes sobre el hielo, no paran de deslizarse, resbalar y caer. Sin embargo, en el agua son como lanzas, o tal vez como bailarinas. Son muy, muy rápidos y grandes nadadores. Deben serlo para evitar a las orcas y otros depredadores. (4)

Svalbard (Noruega), 2013

Por encima de las nubes se puede distinguir una forma de S en la montaña, donde un glaciar —que ya no existe— había cortado las rocas. En primer plano se ve una zona de deshielo, cubierta de plásticos y otros residuos humanos. Este es el aspecto actual del Ártico. Así es como se ve el Ártico ahora. Se está calentando entre cuatro y seis veces más rápido que cualquier otra parte del mundo. (5)

Longyearbyen (Noruega), 2013

La antigua ciudad minera de Longyearbyen es el mayor asentamiento de la isla de Spitsbergen, en el archipiélago noruego de Svalbard. En esta fotografía se ve una de las antiguas minas de carbón que forman parte del patrimonio industrial de la zona. Esta mina está inactiva ahora, pero señorea el paisaje ártico. (6)


1


2


3


5


Vegan
By Delfina Makeup
Cosmética Natural y Vegana
@delfina.makeup.1
1166042500
Local 13. Paseo Mendoza
Calle Mendoza 1578. Ingeniero Maschwitz


4


6

El cambio

Guillermo Pellegrini
Licenciado en Ciencia Política, socio de Rotary Pilar, miembro de ARALAC (Academia Rotaria Argentina de Letras, Artes y Cultura)



Tenemos tanto miedo al cambio que muchas veces nos aferramos a mecanismos de defensa como el auto engaño, la resignación, la arrogancia o la pereza. Tenemos temor de perder lo que tenemos, de no poder controlar y poseer, se deteriora la confianza y afecta la libertad. Es que frente a lo nuevo no estamos seguros de que nos convenga, nos trae preocupación, ansiedad y nervios.

Síntomas que revelan que algo está por ser arrebatado, algo que creemos que nos pertenece.

Este virus emocional que es el cambio, del cual creemos nos trae desapego a lo que tenemos, esta tan presente que a veces delegamos nuestra felicidad en el estatus social y profesional alcanzado y medimos nuestros valores como personas, en función de los resultados y de la acumulación de cosas materiales.

Nos hemos obsesionado tanto por cumplir la meta que nos olvidamos de disfrutar el día a día y del tiempo que transcurre.

Terror a que el cambio altere lo que conseguimos. Nos dice Buda: “Lo que más me sorprende de la humanidad son los hombres que pierden la salud para juntar dinero, riquezas y luego pierden el dinero y otras cosas para recuperar la salud”.

Se nos está llevando a un camino equivocado, para el cual no fuimos preparados, donde se nos imponen una serie de hábitos y cosas que es más la angustia y desazón que nos trae que la felicidad que desde pequeños, anhelamos. Hay una aceptación implícita en nuestra cultura, de que junto al crecimiento, al desarrollo tecnológico y la economía global, nos meten de lleno el “cambio” como cosa normal sobre todo en los negocios. Esto produce resistencias y no vemos por ningún lado que alguien nos prepare para el cambio, para no caer nosotros en un proceso traumático.

Es normal que la gente se resista al cambio, pues visto que muchos pierden su trabajo, que deben empezar de nuevo, no hay aparentemente recompensas, ¿para que voy a cambiar? Sorpresa y miedo a lo desconocido, clima de desconfianza y el eterno miedo al fracaso.

Convengamos que hemos visto procesos de capacitación con intentos de cambios donde al líder de turno a veces le observamos, no lo que hace, sino cómo lo hace y esto genera resistencia ya que se introducen los cambios en forma poco sensible o de manera inoportuna o con la disyuntiva de *o cambias o morís…*

No deseamos acá intentar tapar el sol con la mano, la historia de la humanidad muestra que la resistencia a las nuevas tecnologías que generen crecimiento y eficiencia en el desarrollo es totalmente inútil.

La ONU informa que nacen todos los años 80 millones de bebes, de los 7 000 millones de la población mundial actual, 2 600 millones ganan menos de u$s 2 diarios, 1 000 millones viven en una pobreza extrema y por día mueren 100 000 personas de hambre, ¿de que cambio se habla? ¿para adelante o para atrás?

Basta con ver el cúmulo de noticias por radio, TV, WhatsApp y otras, con profundas cargas negativas y pesimistas que nos paralizan, nos sentimos vulnerables y amedrentados y al buscar seguridad aceptamos y nos cerramos cada vez más. Por eso como elemento de control social nos suele suscitar temor al cambio, más necesitamos y estamos proclives a aceptar un estado fuerte con líderes fuertes que nos protejan.

Dice George Carlín: ”Sé obediente, estudiá, trabajá, casate, tené hijos, hipotecate, mira la televisión, pedí prestamos, compra muchas cosas. Y sobre todo no cuestiones jamás lo que te han dicho que tenés que hacer”.

Sumisión total al sistema, no hay espíritu crítico; libre pensamiento con ese cúmulo de creencias fabricamos un molde de donde surge nuestra identidad. Y de un día para el otro, viene una corriente tipo tsunami y te dice que tenés que cambiar.

No es cuestión de estar a favor o en contra del cambio, sino comprender las implicaciones en la vida del hombre común, tengámosle consideración. No todo puede ser “punto com”.

Si quieres cambiar el mundo,
cámbiate a ti mismo.

Mahatma Gandhi

La buena cocina

Caldos y fondos

La base de todo lo bueno

Caldos y fondos son un gran básico de la cocina que solemos menospreciar, ignorar o pasar por alto. Son conceptos que solemos usar como sinónimos y, aunque tienen similitudes, no son lo mismo. Son la primera clase en una escuela de cocina, son el elemento básico de casi cada plato de la alta cocina. Aún hoy, en casi todos los platos de los mejores restoranes del mundo hay un fondo o un caldo, están ahí pero no los ves. Sin ellos, es difícil lograr esa profundidad y complejidad. Es lo que transforma un plato rico, en delicioso. Es la diferencia entre suspirar o no hacerlo. Son preparaciones que muchas veces pensamos que se perdieron con la modernidad, pero es mentira, siguen siendo indispensables y fundamentales para realizar casi cualquier preparación. La cocina clásica y sus técnicas siguen estando detrás de la vanguardia y la modernidad; sin ellas, crear es inútil. Incluso, su nombre lo dice: fondos, la base que sostiene el todo.

Caldos y fondos: similitudes y diferencias

Los fondos, como su nombre indica, son líquidos concentrados que siempre forman parte de otra preparación y nunca se consumen como tales. Los caldos, también son líquidos que se logran de cocer alimentos en ellos, pero pueden formar parte de otra cosa o consumirse así sin más. Ambos son líquidos, más o menos concentrados, que se logran de cocinar alimentos en agua durante un tiempo, pero el resultado y el objetivo suelen ser distintos. Podríamos pensar a los fondos como en un tipo específico de caldo base o básico, como primer paso de una preparación, y a los caldos como algo más amplio, más flexible, menos específico, que admite más variantes y menos técnica, que son elaborados generalmente para una preparación particular, o para comer así mismo o agregarles elementos sólidos.

Los fondos son recetas más rígidas que sirven como base para muchas preparaciones distintas y dispares.

Los caldos son algo prehistórico, los fondos son una técnica de cocina. Ya sea caldo o fondo, lo que es seguro, que una gran cocina debe empezar por ellos. Para hacer una salsa, una sopa, un guiso, un arroz, verduras o carnes; siempre es mejor con un caldo o un fondo.

Sus orígenes

Quedó claro entonces que caldos hubo siempre, fondos no.

El simple método de sumergir un alimento en un líquido en ebullición, muchas veces agua a unos 100º C, comenzó de forma masiva en Medio Oriente alrededor del año 7.000 a.C. gracias a la invención de los untensilios de barro en la cuenca del Tigris y el Eúfrates. Sin embargo, hace poco, se hallaron en una cueva china recipientes para hacer caldos hechos de cerámica que datan de hace unos 20.000 años. Antes de eso, el hombre había hervido agua, pero de formas rudimentarias que dificultaban cocinar con esa agua hervida.

Se implementaban: tallos de maderas, pieles de animales o pozos.



Poder hervir alimentos y no solo asarlos abrió un abanico de posibilidades y variantes, como la utilización de muchos cereales y legumbres que era difícil de cocinarlos al fuego.

Los caldos, en diferentes usos, formatos y sabores formaron parte de la base de la alimentación de todas las sociedades del mundo hasta hoy.

En cambio, los fondos saltaron a escena con la fundación de la alta cocina moderna, con la revolución gastronómica comandada primero por Marie-Antoine Carême a principios del siglo XIX y seguida por Auguste Escoffier desde fines del mismo siglo, ambos franceses. La gran obra de Marie-Antoine Carême se llama, justamente: “El gran arte de los fondos, caldos, adobos y potajes”. Y Escoffier, fue quien pulió el trabajo de su antecesor y clasificó los distintos fondos básicos y las salsas madres que aún existen, varias de ellas, derivadas de fondos básicos, creando así: la alta cocina moderna, la cual se asienta en los fondos.

Fondos claros y oscuros

No olvidemos que cuando hablamos de fondos, hablamos de cocina clásica y sus técnicas algo rígidas. La base de todos los fondos suelen ser huesos con carne —o espinas— cargadas de colágeno y sabor que se someten a una cocción lenta y se aromatiza con verduras, algunas especias y hierbas aromáticas. Una vez que se extrajo todo el sabor de estos ingredientes, se cuela y si lo deseamos, seguimos concentrando la preparación, sin ellos.

Cuando hablamos de las verduras complementarias en los fondos, solemos hablar de la técnica *mirepoix*: un corte irregular de verduras de unos dos centímetros de lado; chiquito para que se integre más rápido pero no importa lo parejo porque no van a permanecer en el producto final.

Lo clásico es cebolla, zanahoria, apio y puerro.

En tanto, cuando hablamos de hierbas aromáticas solemos encontrar otro concepto afrancesado: *bouquet garní*. Que no es otra cosa que atar las hierbas que usemos para poder retirarlas más fácil. La mezcla clásica trata de atar dentro del tallo de un puerro algo de perejil, tomillo y laurel. Entonces, hay tres elementos básicos que componen cualquier fondo: agua —que tape todos los ingredientes—, huesos con carne —más que carnes con huesos, salvo que sea vegetariano— y la guarnición aromática que se compone de verduras y hierbas.

Los tipos básicos de fondo son: el claro y el oscuro.

Se clasifican según los métodos de cocción empleados para hacerlo, según si los ingredientes están previamente tostados o no.

Entre los básicos también está el *fumet* que es un fondo claro, pero de pescado.

Los fondos claros se caracterizan porque sus ingredientes se cocinan directo en agua sin pasar por otro método de cocción previa. Pueden ser, por citar algunos, de pollo, vaca, verduras, hongos.

Si usamos alguna carne grasosa o huesos es recomendable hervirla una primera vez para blanquearla y retirarle grasa, impurezas y sangre que pueden alterar el sabor y la transparencia del caldo final y luego, sí, hacer el fondo en agua nueva.

En el fondo oscuro sus ingredientes se asan o tuestan largamente en el horno antes de cocinarlos en agua. También suelen desglasarse con algún alcohol y llevar tomate, cosa que los claros no. Son fondos más intensos, profundos y potentes. También, algo más complejos de hacer y toman más tiempo. Suelen ser de carne pero pueden ser de lo que vos quieras, incluso de hongos o vegetariano. Sin embargo, un fondo, como un caldo, son relativamente fáciles de preparar y solo requieren de tiempo y algo de dedicación, al menos cada cierto rato. Es un gran aliado de un día de *home office* o de un fin de semana lluvioso, se hacen un día y se conservan para toda la temporada.

El *fumet* se prepara como un caldo claro con las espinas, huesos y todo aquello que queramos del pescado —también es posible mariscos— pero tiene una cocción más corta porque el sabor se traspasa al líquido más rápido y luego de un tiempo, unos cincuenta minutos, el pescado puede conferirle al caldo mal sabor.

Para intensificar el sabor de cualquier fondo, una vez colado, se suele volver al fuego y reducir hasta el punto deseado. Cuando más se reduzca, más gelatinoso y menos líquido quedará. Un sabor concentrado increíble. Hay fondos o caldos que pueden llevar incluso días de cocción. Solía hacer uno en un restorán que se trataba de un fondo oscuro de pollo que se cocinaba un día hasta quedar una fina lámina gelatinosa de sabor muy concentrado y delicioso.

Los caldos, no tienen tanta rigidez o categorización de nombres y se llaman libremente según su ingrediente principal: caldo de jamón o caldo de pollo o caldo de hongos o caldo de verduras o caldo de carne o caldo de langostinos, y así sucesivamente. Un caldo limpio, clarificado y sin impurezas se llama consomé. El consomé se utiliza así sin más, sin formar parte de otra preparación y sin guarniciones.

Para hacer un buen caldo o fondo

1 - Maximiza el sabor: utiliza huesos, restos de carne y verduras variadas.
2 - Añade ingredientes que aporten umami (como salsa de soja o pescado).
3 - Agua fría al inicio: comienza la cocción con agua fría para extraer más sabor.
4 - Sal con moderación: añade sal al final para controlar la concentración.
5 - Dorar y desglasar: dora los ingredientes para intensificar el sabor.
6 - Desgrasa la olla con alcohol para aprovechar los restos caramelizados.
7 - Cocción adecuada: cocina a fuego lento, con la olla destapada y los ingredientes cubiertos de agua.
8 - Tiempo de cocción: un buen fondo requiere cocción prolongada.
9 - Hervor suave: mantén un hervor leve y constante.
10 - Retira impurezas: desespuma el caldo, especialmente al principio.
11 - Elimina la grasa: desgrasa el caldo durante o después de la cocción.
12 - Enfriado rápido: enfría el caldo rápidamente para evitar bacterias.

Cómo conservarlos

Se sugiere preparar el caldo un día y conservarlo congelado por porciones, para utilizar toda la temporada. Como recomendación, congela los caldos en porciones de medio litro para saber exacto cuánto descongelar para cada receta.

Los fondos, al ser más concentrados, se congelan en recipientes de menor cantidad, incluso en cubeteras de hielo y utilizar para cada receta la cantidad necesaria.

Ambos duran hasta seis meses bien congelados.





ROTARY CLUB DE SAN MARTÍN-VILLA MAIPÚ
D4905 - Argentina

Rotary
Club de
San Martín-Villa Maipú

@rotarysmvm
@rotary_sanmartin.villamaipu
rotarysanmartinvillamaipu@gmail.com