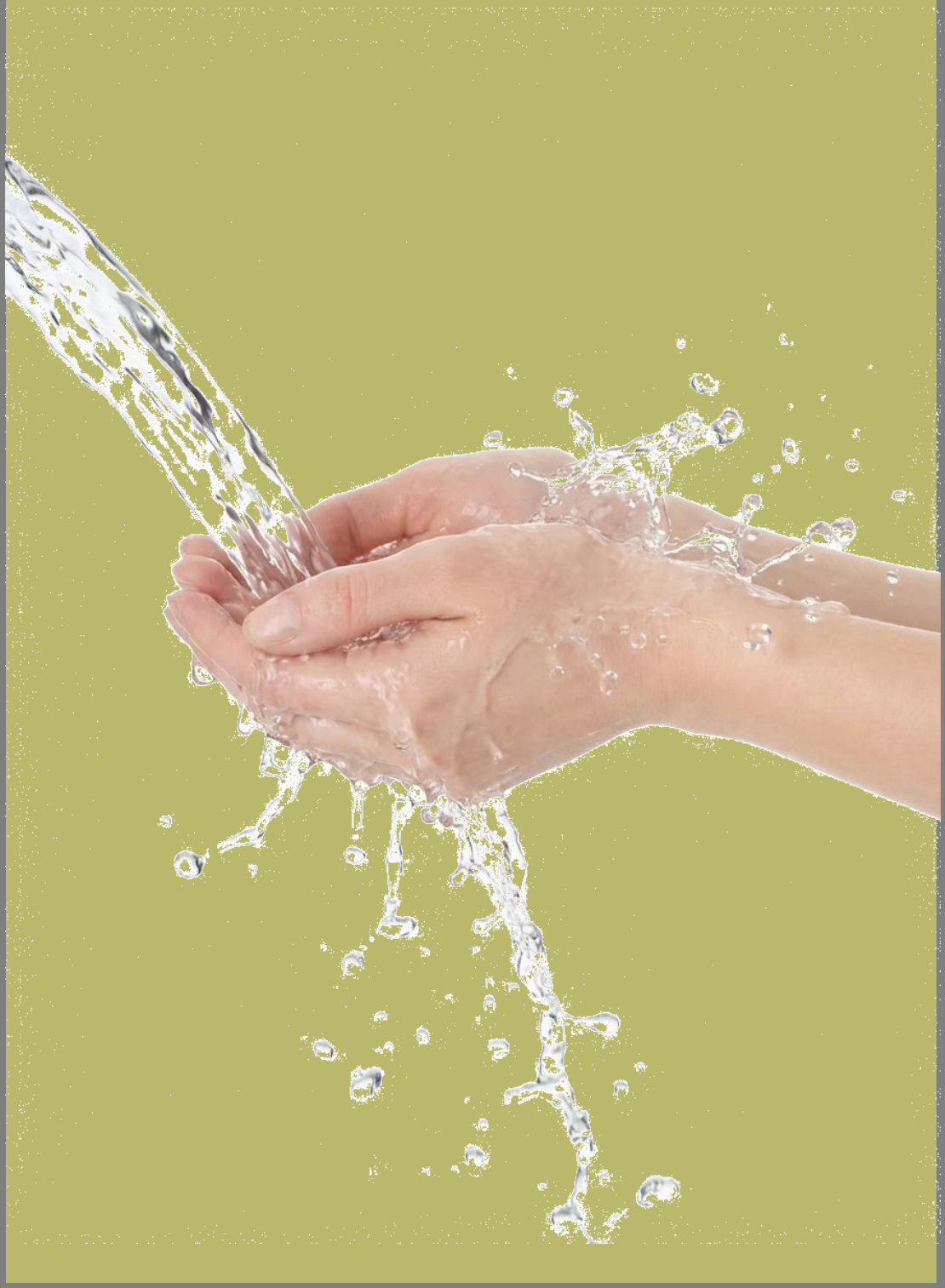
MARZO
2026

Horizonte

MES DE...



Rotary
San Martín-Villa Maipú

Notas en Horizonte de marzo

Editorial: María Sol Funes, presidente

- Mes del Agua, el Saneamiento y la Higiene
- Todos por Ecuador
- Miguel Sanchiz: La primera pregunta que se hizo el ser humano
- Equilibrio en movimiento: El arte de fluir con el cambio
- Omar Argañaraz: Dulcinea
- Carlos Speroni: Hacia el modelo de club
- Siembra de marzo: hortalizas y flores
- Marcela Elizabeth Maldonado: Melancolía
- María Cristina Pereyra: El ceibo, flor nacional
- La buena cocina: Santimbocca y Fainá
- Vanessa Ortiz de Zárate: Rotary, primero el corazón
- Guillermo Pellegrini: Compromiso responsable
- La historieta argentina: Pelopincho y Cachirula
- Fotografías: Concurso de Primerísimo Primer Plano
- Conociendo Argentina: Villa la Angostura, el jardín de la Patagonia
- Laberinto en El Hoyo, Chubut: el más grande de América del Sur
- Cuento para niños: El misterio de la Caverna de las Brujas
- La tierra en préstamo - El pulso del agua
- Alberto Palombo: Cadre ¿por qué es importante celebrar las profesiones?



The Rotary Foundation

ROTARY CLUB DE SAN MARTÍN-VILLA MAIPÚ

María Sol Funes - Presidente

COMITÉ DE LA FUNDACIÓN ROTARIA

Elisa Oviedo

María Sol Funes - Jazmín Soroka - Diego Piacenza

@rotarysmvm
@rotary_sanmartin-villamaipu

MES DE...

Agua y saneamiento

lo esencial que transforma vidas

Abrir una canilla y que salga agua potable parece un gesto simple, cotidiano, casi automático. Sin embargo, para muchas comunidades, el acceso a agua de buena calidad sigue siendo un desafío.

El acceso al agua segura y al saneamiento adecuado no es solo una cuestión de infraestructura: es salud, es dignidad, es igualdad de oportunidades. Cuando una comunidad cuenta con agua potable en condiciones adecuadas, disminuyen las enfermedades prevenibles, mejora la calidad de vida y se fortalece el desarrollo social y educativo.

Con ese compromiso, llevamos adelante el proyecto “Agua para Escuelas Carenciadas”, una iniciativa orientada a mejorar la calidad del agua destinada a beber y cocinar en establecimientos educativos que no cuentan con agua apta o agradable para el consumo.

El trabajo consiste en refiltrar el agua de red para mejorar su sabor y calidad, eliminando el gusto excesivo a cloro o barro que muchas veces desalienta su consumo. Para ello, se instalaron filtros especiales a la salida de la canilla, permitiendo que el agua filtrada se deposite en tanques provistos para este fin. Luego, previo lavado de bidones de doce litros y su llenado mediante una máquina lavadora y llenadora, el agua es distribuida a las escuelas que lo necesitan.

Esta agua no solo está destinada al consumo directo, sino también a la preparación de alimentos en los comedores escolares. El objetivo es claro: prevenir enfermedades y garantizar que los niños puedan hidratarse y alimentarse con agua segura, contribuyendo así a un entorno escolar más saludable.

Porque cuando hablamos de agua, hablamos de prevención.

Hablamos de cuidado. Hablamos de oportunidades.

El acceso al agua y al saneamiento es una de nuestras áreas prioritarias de acción. Cada proyecto refleja nuestro compromiso con soluciones sostenibles y concretas, que impacten directamente en la vida cotidiana de las comunidades.

En Rotary entendemos que el servicio transforma realidades. Y cuando llevamos agua segura a una escuela, no solo mejoramos una instalación: estamos cuidando la salud de los chicos, acompañando a las familias y fortaleciendo el futuro.

Hoy renovamos ese compromiso convencidos de que estamos unidos para hacer el bien.

Porque cuando trabajamos juntos, la solidaridad se convierte en acción, y el agua segura se transforma en salud, dignidad y esperanza.

Sol

#RotaryJoven
#LiderazgoJuvenil
#ServicioComunitario
#CompromisoRotario
#GeneracionDeCambio
#GenteDeAccion
#BienvenidosAlMundoRotary
#SumateARotary

MES DEL...

Agua, Saneamiento e Higiene



Marzo nos convoca bajo un lema vital para Rotary International: Agua, Saneamiento e Higiene. No es una elección azarosa; el acceso al agua segura es el cimiento sobre el cual se construyen la salud, la educación y la paz. Sin embargo, al observar nuestro horizonte regional en este 2026, la problemática nos interpela con cifras que exigen algo más que reflexión: exigen acción.

Una brecha que persiste

A pesar de los esfuerzos, la realidad en Argentina presenta contrastes profundos. Mientras que en los centros urbanos el acceso al agua por red es alto, todavía cerca del 15% de la población nacional carece de este servicio básico. La situación del saneamiento es aún más crítica: se estima que unos 17 millones de personas en nuestro país no cuentan con un sistema seguro de cloacas. Esta "deuda hídrica" no es solo un dato estadístico; se traduce en miles de hogares donde la higiene básica —esa que ilustra nuestra portada— es todavía un desafío diario.

Los desafíos del 2026

En nuestra región, el escenario actual se ve atravesado por tres grandes problemáticas:

- El deterioro de la infraestructura: gran parte de las redes de agua y saneamiento han superado su vida útil, lo que provoca pérdidas hídricas y frecuentes interrupciones del servicio.
- Calidad del recurso: el avance de contaminantes como el arsénico en napas subterráneas de Buenos Aires y Santa Fe sigue afectando la salud de miles de personas, provocando patologías crónicas que podrían evitarse con filtros y tratamientos adecuados.
- Impacto económico: con los recientes ajustes tarifarios y la reducción de la inversión pública en obras de expansión, las comunidades más vulnerables enfrentan mayores dificultades para acceder a mejoras en su calidad de vida.

La respuesta de Rotary, es más que *magia*

Para nosotros, el agua no es una mercancía, sino un derecho humano inalienable.

Rotary está marcando la diferencia a través de la estrategia WASH (Agua, Saneamiento e Higiene), financiando proyectos que van desde la instalación de filtros domésticos hasta la capacitación en escuelas sobre hábitos saludables.

Se calcula que por cada dólar que invertimos en agua, el retorno social en salud y productividad es de 2.5 dólares; en saneamiento, ese impacto se multiplica por ocho.

Llevar agua limpia a una comunidad no es solo abrir una canilla; es devolverle tiempo a las madres, salud a los niños y un futuro de desarrollo a la región. En este mes de marzo, nuestro compromiso como rotarios es seguir trabajando para que ese chorro de agua cristalina de nuestra portada de *Horizonte,* sea una realidad en cada hogar de nuestras comunidades.

El desafío del arsénico

En gran parte de nuestra zona de influencia, abrir la canilla del agua de pozo no siempre significa salud. El arsénico presente en las napas subterráneas es un desafío técnico y económico enorme. Las plantas de ósmosis inversa son soluciones efectivas pero costosas de mantener, y es allí donde la intervención de los clubes rotarios cobra sentido: gestionando filtros comunitarios y educando sobre la importancia de analizar el agua de consumo. Combatir el arsénico no es solo una obra de ingeniería, es un acto de justicia sanitaria.



Conociendo Argentina

Villa la Angostura

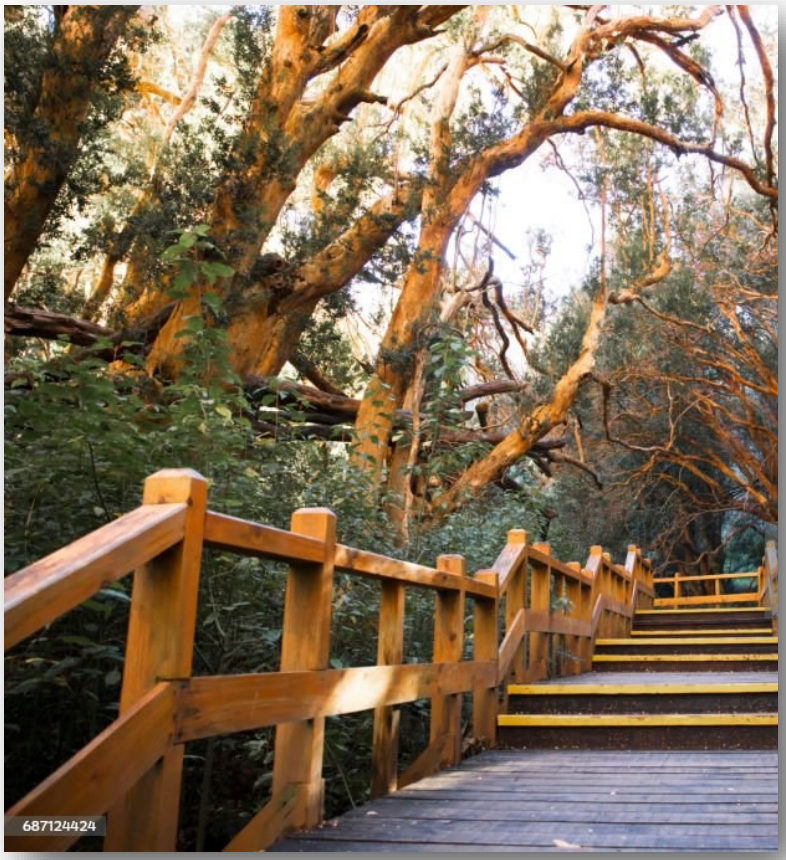
el jardín de la Patagonia



Si en febrero en “Conociendo Argentina”, nos deslumbró el colorido de Jujuy, marzo nos invita a la serenidad de los lagos del sur. Ubicada en el corazón de la provincia de Neuquén, Villa la Angostura se presenta como una aldea de montaña donde la naturaleza y la arquitectura de madera conviven en total armonía.

En el Camino de los Siete Lagos marzo es el mes ideal para recorrer el tramo de la ruta 40 que une esta villa con San Martín de los Andes.

El tránsito es más tranquilo y el bosque comienza a mostrar sus primeros tonos ocres y rojizos: un espectáculo visual que refleja la transición hacia el otoño. Lagos como El Espejo, El Correntoso o El Esmeralda, deslumbran por la transparencia de sus aguas, recordándonos la pureza de este recurso que tanto valoramos.



El bosque de arrayanes

Único en el mundo, este bosque parece habitado por duendes. Caminar por sus senderos entre árboles de corteza canela y flores blancas es una experiencia sensorial completa. Se puede llegar navegando el imponente lago Nahuel Huapi o haciendo un sendero de doce kilómetros para los más aventureros.

Visitar este rincón de Argentina no es solo hacer turismo, es reencontrarse con la paz de la cordillera y valorar la inmensidad de nuestro patrimonio natural.



Hacia el modelo de club

Carlos E. Speroni
Ex Director de Rotary International
Rotary Club Montegrande del Centenario-Argentina



"Si es cierto que somos la base de sustento de nuestra organización debemos ser quienes le demos nuevo ímpetu para devolverle su rol de liderazgo en la sociedad."

No podremos negar que, siempre y en muchas circunstancias, hicimos gala de nuestros sueños hacia el Club que querríamos tener, así con mayúsculas.

Así se ha hecho con las características propias de cada uno, con su personalidad y las motivaciones orientadas hacia la satisfacción de las necesidades de la comunidad donde se hallan insertos, pero hay una sola verdad que se destaca y es la de que, según encaremos este compromiso, serán los resultados obtenidos.

Las estadísticas declinantes en cuanto al número de socios y su actividad minimizada son realidades altamente preocupantes que nos obligan a reflexionar.

Si es cierto que somos la base de sustento de nuestra organización debemos ser quienes le demos nuevo ímpetu para devolverle su rol de liderazgo en la sociedad y, en consecuencia, comenzar por nuestra casa y analizar nuestros clubes.

Preguntémonos:

¿como es el nuestro?

¿Es fuerte en compañerismo y entretenido en sus reuniones?

¿Es un club destacado en el que nos sentimos orgullosos de pertenecer?

¿Tiene identidad propia?

¿Es famoso por tener una actividad que los destaque del resto?

¿Tiene un cuadro social diverso?

¿Es abierto a nuevas ideas?

¿Es participativo?

Cuántos interrogantes contenidos en un cuestionario simple cuyas respuestas nos darán evidencia de más de una falencia, por lo que debemos mejorar y, aunque parezca verdad de Perogrullo, siempre se puede mejorar.

Y para ello solo debemos tomar las herramientas para hacerlo que ya nos están provistas y a nuestra disposición desde siempre poniendo manos a la obra. ¿Cuáles son ellas?

Las avenidas de servicio, que nos esperan a que las utilicemos porque en ellas y en su buena utilización están la solución y respuestas para nuestras inquietudes, proyectos y anhelos.

Tan sencillo como otorgar y asumir roles.

Y cuando tengamos a nuestro club funcionando a pleno habrá llegado el momento de la segunda etapa: la de su desarrollo con nuestro programa de crecimiento basado en la política de conservar socios como sustento para captar mujeres y jóvenes.

Respecto de ellas valorando su potencial y olvidando posiciones arcaicas de un pasado ya lejano y poco feliz.

Respecto de los jóvenes ofreciéndoles un lugar amigable y respetuoso de todas las opiniones. En resumen, un lugar sin distinción de edad ni sexos que incluya empresarios, profesionales independientes, ex becarios, funcionarios y también jubilados o sea un ámbito acogedor de tantos como quieran acompañarnos y sean bienvenidos para el enriquecimiento de nuestras posibilidades de servicio.

Cuando hayamos logrado captar nuevas voluntades deberíamos invitarlos a concurrir a la reunión semanal, a que participen de un proyecto de servicio, a un evento social o los tantos otros que el club disponga dándoles siempre una bienvenida significativa que jerarquice y amerita sus presencias mostrando la alegría y satisfacción de contarlos presentes.

Vendrán luego las informaciones sobre Rotary y las actividades del club para sus programas y los de La Fundación Rotaria por lo que, como siempre lo sostuvimos, Rotary es sencillo y solo hace falta regresar a sus principios para encontrar el camino que nos lleve al infinito ámbito del servicio.

"Rotary es sencillo y solo hace falta
regresar a sus principios para
encontrar el camino que nos lleve al infinito ámbito del servicio."

Laberinto en El Hoyo, Chubut

El más grande de América del Sur

Entre bosques nativos y vistas fascinantes a los cerros Pirque y Plataforma, de repente, te encontrás con el laberinto más grande de América del Sur. 2.200 metros de senderos y cercos vivos, y nueve entradas te desafían a llegar a su centro. Aunque sólo una de ellas es la correcta.
El laberinto es un símbolo del mundo espiritual, una representación de los caminos alternativos y las encrucijadas de la vida. Visitarlo, transitarlo y atravesarlo también puede ser una invitación al conocimiento personal.

Ubicado en un predio de 8 500 metros cuadrados a 4 kilómetros de El Hoyo, el Laberinto Patagonia es ideal para disfrutar en familia o con amigos de todas las edades. Las cinco hectáreas de parques y bosques nativos, con panorámicas espectaculares permiten pasar el día y recorrer el laberinto hasta finalmente llegar al centro y a la salida.

En el predio también te espera una casa de té con vistas espectaculares y gastronomía sobresaliente, con productos locales, de estación y de la huerta orgánica propia.







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

El ceibo, flor nacional

Lic. María Cristina Pereyra
Universidad Nacional de La Rioja



22 de Noviembre Día del Ceibo
La flor nacional

¡Que nunca Dios me niegue
tu sombra bienhechora,
ceibo de mis islas, señor del Paraná!
Rafael Obligado

Cuando era chica recuerdo que en la escuela primaria las maestras nos hablaban de nuestra flor nacional y los cuadernos se pintaban de rojo, no sé si los nuevos programas o la inmediatez de estos tiempos hacen que ya no se recuerde tanto. Lo cierto es que el 23 de diciembre de 1942 el ceibo fue declarado Flor Nacional por decreto Nº 138474/42 del Poder Ejecutivo Nacional, también es flor nacional en Uruguay.

Su nombre científico es Erythri cristagalli, esta flor fue elegida por miembros de una comisión especial impulsada por el Ministerio de Agricultura presidida por el doctor Ricardo Helman. Tal mérito alcanzó por sus cualidades científicas como la nobleza de su madera, la resistencia al medio y su proliferación que ha contribuido a la formación geológica del delta mesopotámico, además de que no existe en la república una flor que encierre las características botánicas y fitigeográficas que hayan merecido ese reconocimiento por unanimidad en diferentes encuestas y concursos llevados a cabo a tal fin.

El ceibo es un árbol originario de América que crece en zonas húmedas del litoral, crece en las riberas del Paraná y Río de la Plata, sus flores se utilizan para teñir telas y su madera blanda para hacer objetos de poco peso.

Una hermosa leyenda de tradición oral cuenta que la flor nació cuando Anahí fue condenada a morir luego de participar de un cruento combate entre la tribu guaraní y el invasor español. Anahí era una indiecita que cantaba feliz en la selva con una voz tan dulce que hasta los pájaros hacían silencio para escucharla. Un día, el ruido de las armas fue más potente y luego de la lucha Anahí fue apresada y condenada a la hoguera. Los soldados la ataron al troco de un árbol y pusieron hojas y ramas a sus pies y pronto una roja llama comenzó a arder ante; el asombro de los que contemplaban la escena Anahí comenzó a cantar, como una invocación a la selva a la que le entregaba su corazón antes de morir. Su voz estremeció toda la selva esa noche y, cuando despuntó el nuevo día, los soldados se sorprendieron al ver que el cuerpo de Anahí se había convertido en un hermoso manojo de flores rojas, símbolo de la valentía ante el sufrimiento.

Anahí es leyenda que flota en los vientos
y guarda la savia del ceibo en secreto,
la historia que cuenta del rojo misterio…

“el Ceibo recuerda por siempre su duelo
y el rojo le acerca alegría y consuelo”

Marino poeta





Marzo
Siembra de hortalizas

Mantenimiento de herramientas de jardín

El final del verano es el momento justo para poner a punto nuestros elementos de trabajo. para que duren años, debemos seguir estos pasos:

- **limpieza:** eliminar restos de tierra y savia con agua y un cepillo de cerdas duras.
- **desinfección:** pasar un paño con alcohol por las hojas de corte para evitar transmitir enfermedades entre plantas.
- **afilado:** usar una piedra de afilar o lima para recuperar el filo de tijeras, palas y azadas.
- **protección:** aplicar una capa fina de aceite mineral para evitar la oxidación durante los meses de mayor humedad.

Una herramienta bien cuidada hace que el trabajo en la tierra sea más sencillo y placentero.

Rotary
San Martín-Villa Maipú

Con la siembra de hortalizas de estación, vemos el despertar de la huerta de otoño e invierno

El cambio de temporada es el momento ideal para renovar nuestro espacio verde. cuando el calor cede, el suelo se prepara para recibir cultivos que resisten mejor el frío y que, con los cuidados adecuados, nos proveerán de alimentos frescos y sanos en los meses venideros. La clave del éxito reside en entender que la huerta es un sistema vivo donde cada elemento cumple una función.

El suelo y el riego

La base de todo para comenzar, el suelo debe ser ligero y rico en materia orgánica. Es recomendable realizar un laboreo vertical para airear la tierra sin darla vuelta, incorporando compost o humus de lombriz para recuperar los nutrientes consumidos en verano. En cuanto al riego, al bajar las temperaturas y aumentar la humedad ambiental, este debe ser moderado.

Lo ideal es regar durante las horas de sol para evitar que la humedad excesiva durante la noche favorezca la aparición de hongos.

Listado de hortalizas para esta temporada

En este ciclo podemos sembrar:

- **hojas:** acelga, lechuga, espinaca, rúcula y achicoria.
- **raíces:** zanahoria, rabanito, remolacha y ajo.
- **legumbres:** habas y arvejas (fundamentales para el suelo).
- **otras:** puerro, cebolla de verdeo, brócoli y coliflor.

La magia de la asociación de cultivos

Una huerta inteligente no solo agrupa plantas por espacio, sino por cómo se ayudan entre sí. Existen plantas que aportan nutrientes para otras: las leguminosas, como las **habas y arvejas**, tienen la capacidad de fijar nitrógeno en el suelo; por eso, deben sembrarse cerca de hortalizas que consumen mucho de este nutriente, como las de hoja (acelga o lechuga).

Otras asociaciones beneficiosas incluyen:

- **puerro y zanahoria:** se protegen mutuamente de sus respectivas moscas plaga.
- **lechuga y rabanito:** aprovechan distintas profundidades del suelo y tiempos de crecimiento.
- **aromáticas y hortalizas:** plantar menta, romero o salvia cerca de las coles ayuda a despistar a los insectos mediante el aroma.

A tener en cuenta

Es vital respetar la profundidad de siembra: una regla de oro es enterrar la semilla a una profundidad de dos a tres veces su tamaño.

Además, se recomienda el uso de un "mulching" o cobertura de pasto seco sobre los tablones; esto protege a los microorganismos del suelo de las heladas y mantiene la humedad constante.

Control de plagas de forma orgánica

En otoño e invierno, los principales visitantes no deseados son los caracoles y babosas. Para controlarlos, se pueden colocar trampas de cerveza o simplemente barreras de ceniza alrededor de los cultivos. Para los pulgones, que suelen aparecer en los brotes tiernos, un rociado con agua jabonosa o una infusión de ajo constituyen un remedio eficaz y respetuoso con el medio ambiente. La presencia de flores como las caléndulas también funciona como "planta trampa", atrayendo a los insectos beneficiosos que limpian la huerta de forma natural.

Regresar a estos principios básicos nos permite encontrar el camino hacia una cosecha abundante y sustentable. ¡Manos a la tierra!

Marzo

Siembra de flores



Con las flores de marzo,
podemos obtener el color
que resiste al frío

El jardín de otoño comienza a gestarse ahora. Marzo es el mes ideal para la transición: mientras nos despedimos de las especies que brillaron en el verano, preparamos la tierra para las flores que darán vida a los meses más frescos. La clave de un jardín vibrante durante todo el año es la anticipación, y este es el momento justo para poner manos a la obra.

Preparación del suelo y entorno

Antes de sembrar o trasplantar, el suelo necesita una atención especial. Tras el desgaste del verano, es fundamental incorporar nutrientes orgánicos. Un suelo ideal para flores debe tener un drenaje excelente para evitar que las raíces se pudran con las lluvias otoñales; una mezcla de tierra de jardín con una buena proporción de compost y un toque de arena de obra suele ser la receta ganadora.

Listado de flores para sembrar y plantar e

En este mes, nos enfocamos en especies que toleran el descenso de temperatura:

- **anuales y bianuales:** pensamiento, viola, conejito, aliso y petunia (en zonas sin heladas fuertes).
- **bulbosas de primavera:** es el momento de enterrar narciso, tulipán, jacinto y fresia para que florezcan a fin de invierno.
- **otras bellezas:** caléndula, amapola y espuela de caballero.

Asociaciones y aportes de nutrientes

Al igual que en la huerta, las flores se benefician de sus vecinas: **las caléndulas y los copetes** son aliados imprescindibles. Estas plantas no solo aportan un color naranja y amarillo vibrante, sino que sus raíces segregan sustancias que ahuyentan nemátodos del suelo, protegiendo a las especies más delicadas como los pensamientos.

Sembrar **aliso** cerca de otras flores es una estrategia brillante: su aroma dulce atrae a insectos polinizadores y pequeñas avispas benéficas que controlan naturalmente otras poblaciones de insectos. Además, las flores de leguminosas ornamentales, como el **arvejilla de olor**, ayudan a fijar nitrógeno en el suelo, dejando el terreno más rico para las plantas que vendrán después.

Cuidados y riego

En marzo el riego debe empezar a espaciarse. A diferencia del verano, donde el sol evapora el agua rápidamente, en otoño la humedad permanece más tiempo. Lo ideal es regar temprano por la mañana, directamente en la base, evitando mojar el follaje para prevenir el oídio (un hongo blanco que aparece mucho en esta época por el contraste de temperatura).

A tener en cuenta

Un detalle vital en marzo es la profundidad de los bulbos: la regla general es enterrarlos a una profundidad equivalente a dos o tres veces su tamaño, siempre con el "punto" hacia arriba. Además, es recomendable realizar una limpieza de flores secas en las plantas que aún están activas; esto estimula a la planta a seguir produciendo pimpollos en lugar de gastar energía en formar semillas.

Control de plagas y sanidad

Con la humedad de marzo, las estrellas indeseadas son los caracoles y las babosas, que adoran los brotes tiernos de los pensamientos recién plantados. Pueden utilizarse barreras naturales como cáscaras de huevo trituradas o ceniza. Para los hongos, una mezcla de una parte de leche por nueve de agua pulverizada sobre las hojas funciona como un excelente fungicida preventivo y natural.

Pelopincho y Cachirula

La alegría de la pileta y la amistad



Pocos personajes de nuestra historieta lograron capturar tan fielmente el espíritu del verano argentino, los juegos infantiles y la picardía sana como Pelopincho y Cachirula. Creados por Geoffroy Foladori, quien firmaba Fola en 1957 para la emblemática revista "Billiken", esta dupla se ganó el corazón de varias generaciones con sus travesuras, sus inventos disparatados y esa amistad incondicional que trascendía cada viñeta.

Pelopincho, con su nariz prominente y su eterno guardapolvo, era el cerebro de las operaciones, aunque no siempre con los resultados esperados. Un inventor aficionado, un "científico" casero que transformaba objetos cotidianos en máquinas imposibles, siempre con la mejor de las intenciones. Cachirula, por su parte, era su compañera inseparable, la voz de la razón (o a veces, la que le seguía el juego con entusiasmo), siempre con su pelo corto y su vestido a rayas. Juntos, vivían un verano eterno, con la pileta como escenario principal de sus aventuras.

La genialidad de Pelopincho y Cachirula radicaba en su capacidad de reflejar la infancia.

Sus problemas eran los nuestros: el calor agobiante, la sed insaciable, el deseo de un refresco o un helado, la impaciencia por armar un juego o el desafío de un día de pileta. No había grandes villanos ni mundos fantásticos; su universo era el patio de casa, la vereda, el kiosco y, por supuesto, esa pileta que parecía ser el centro del universo. Cada tira era una pequeña comedia de enredos, un espejo de situaciones que cualquier niño o adulto podía reconocer.

Pero más allá del humor, los personajes de Geoffroy nos enseñaron el valor de la amistad. A pesar de los experimentos fallidos de Pelopincho, las discusiones ocasionales o los enojos pasajeros, la lealtad entre él y Cachirula era inquebrantable. Se apoyaban, se divertían juntos y siempre encontraban la manera de resolver cualquier entuerto, o al menos de aprender algo en el camino. Eran un equipo, un dúo dinámico que nos demostró que la verdadera diversión se encuentra en compartir, en inventar juntos y en reírse de las propias ocurrencias.

Hoy, Pelopincho y Cachirula siguen siendo un entrañable recuerdo para quienes crecimos con sus historietas, y una hermosa oportunidad para presentarles a las nuevas generaciones un pedacito de la nostalgia y la alegría de aquellos veranos inagotables de la historieta argentina.


PELOPINCHO y CACHIRULA
POR FOLA
¡QUIERO ALQUILAR UN LINDO COCHE, POR UNA HORA JUSTITA!
¡BIEN, PERO SI DEMORAS UN SEGUNDO MÁS EN DEVOLVERLO, HAY QUE PAGAR OTRA HORA MÁS!
¡SON MUY ESTRICTOS POR UN SOLO SEGUNDO!
¡SON LOS REGLAMENTOS DE LA CASA, PARA QUE LA GENTE NO SEA DEMORONA!
ALQUILAMOS COCHES $100 LA HORA EXACTA
¡LOS COCHES SON FINOS Y QUEREMOS EVITAR EL DESGASTE! ¡UNA HORA JUSTITA! ¡YA LO SABES!
¡BIEN, SERÉ MUY PUNTUAL!
¡ADIÓS! ¡HASTA DENTRO DE UNA HORA! ¡QUE TENGAS UN LINDO PASEO!
¡MUCHAS GRACIAS! ¡HASTA LA VISTA!
¡QUÉ PASEO PRECIOSO! ¡EL TIEMPO PASÓ VELOZMENTE! ¡FALTA POQUITO PARA LA HORA! ¡TENDRÉ QUE APURARME!
¡HAY UN PASO A NIVEL MÁS ALLÁ! ¡VERÉ SI PUEDO GANARLE AL TREN!
¡AH, CACHITA TENDRÁ QUE PAGAR DOS HORAS! ¡FALTAN TRES SEGUNDOS, DOS SEGUNDOS, UN SE... GUNDO!
FOLA
¡AQUÍ ESTOY! ¡UNA HORA EXACTA! ¡LO QUE SÍ, TRATÉ DE GANARLE AL TREN, PERO EMPATAMOS!



¿Sabías qué...?

Fola (Geoffrey Foladori) era uruguayo y comenzó a publicar a estos personajes en su país antes de llegar a la Argentina. En esas primeras versiones, la compañera de Pelopincho se llamaba Rulita.

Cuando la historieta se nacionalizó y entró en la famosa revista Billiken de la Editorial Atlántida, el nombre se cambió a Cachirula para darle un tono más "porteño" o costumbrista que encajaba mejor con el lenguaje de la época en Argentina.

La confusión en las reediciones

En algunas revistas o libros que recopilaron las tiras años después, se mezclaron versiones originales con las publicadas en Billiken. Por eso, en algunas páginas aparece como *Rulita* y en la mayoría como Cachirula, aunque se trate exactamente del mismo personaje con su característico vestido a rayas.


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

La primera pregunta que se hizo el ser humano

Miguel Sanchiz Buendía
Periodista - Rotary Club Majadahonda - España



La Pregunta Infinita. Las preguntas que cambiaron el mundo. ¿Quién soy yo?

En el sur de la India, a principios del siglo XX, un joven llamado Ramana Maharshi se retiró al monte Arunachala tras una experiencia espiritual profunda. Allí, en silencio y contemplación, formuló una pregunta que no buscaba respuestas intelectuales, sino una transformación interior: ¿Quién soy yo? Esta pregunta, aparentemente simple, es el núcleo de su enseñanza.

No se trata de definirnos por nombre, profesión o historia personal, sino de indagar en la raíz de la conciencia. Ramana no proponía teorías, sino una práctica: observar el pensamiento, seguirlo hasta su origen, y descubrir que el "yo" que creemos ser es solo una construcción mental.

Lo que queda, decía, es el Ser: silencioso, eterno, indivisible. La pregunta "¿Quién soy yo?" no es exclusiva del pensamiento oriental. Ha sido formulada por místicos, filósofos y poetas de todas las culturas. Desde el "Conócete a ti mismo" del templo de Delfos hasta las reflexiones de San Agustín, desde Descartes hasta Simone Weil, la identidad ha sido siempre un misterio que desafía las respuestas fáciles. Pero Ramana Maharshi la convierte en método. No busca que el discípulo acumule conocimientos, sino que se despoje de ellos.

La pregunta no se responde con palabras, sino con experiencia. Es una vía hacia el silencio, hacia la presencia pura, hacia lo que no puede ser nombrado pero que sostiene todo lo que somos.

En tiempos de ruido, de identidades fragmentadas, de máscaras sociales y digitales, esta pregunta adquire una nueva urgancia

¿Somos lo que mostramos? ¿Lo que recordamos? ¿Lo que otros ven? ¿O hay algo más profundo, más estable, más real?

La psicología moderna ha retomado esta inquietud desde otros ángulos: el yo como narrativa, como construcción social, como sistema de creencias. Pero la pregunta sigue intacta, como una llama que no se apaga. Porque más allá de las teorías, hay una intuición compartida: que descubrir quiénes somos es la clave para vivir con autenticidad, con paz, con sentido.

Ramana Maharshi no buscaba seguidores, sino seres libres. Su pregunta no encierra, libera. No define, revela. Y como toda gran pregunta, no se responde una vez, sino cada día, en cada gesto, en cada silencio. Porque preguntarse "¿Quién soy yo?" es el primer paso para dejar de ser lo que no somos… y empezar a ser lo que siempre hemos sido.

La Pregunta Infinita

Las preguntas que cambiaron el mundo. La importancia de la pregunta en la historia de la humanidad. Desde los albores de la civilización, la pregunta ha sido el motor invisible que impulsa el pensamiento, la innovación y el cambio.

Preguntar no es simplemente una acción lingüística: es un acto de curiosidad, de desafío, de búsqueda de sentido. En este primer artículo de nuestra serie sobre las preguntas más famosas formuladas por personajes históricos exploramos cómo el simple gesto de interrogar ha transformado el curso de la humanidad.

La pregunta nace del asombro. Cuando los primeros humanos miraron al cielo y se preguntaron qué eran esos puntos brillantes, iniciaron el camino hacia la astronomía. Cuando se preguntaron por qué enfermaban, comenzaron los rudimentos de la medicina. Cada disciplina científica, filosófica o artística tiene en su origen una pregunta esencial. **Sócrates**, por ejemplo, no dejó escritos, pero su método —la mayéutica— se basaba en preguntar. "¿Qué es la justicia?", "¿Qué significa vivir bien?": sus interrogantes no buscaban respuestas definitivas, sino provocar reflexión. Para él, la pregunta era más importante que la respuesta, porque obligaba al interlocutor a pensar por sí mismo.

Las preguntas también han sido herramientas de rebelión

Galileo Galilei se preguntó si la tierra realmente el centro del universo, desafiando siglos de dogma religioso y científico. Su pregunta no solo cambió la cosmología, sino que marcó el inicio de la ciencia moderna. Martin Luther King Jr. preguntó: "¿Por qué los derechos no son iguales para todos?" y con ello encendió el movimiento por los derechos civiles en Estados Unidos.

Las preguntas incómodas tienen el poder de sacudir estructuras, de poner en evidencia injusticias y de abrir caminos hacia la transformación social.

En el ámbito científico, las preguntas han sido el punto de partida de descubrimientos que cambiaron el mundo. Isaac Newton se preguntó por qué caía la manzana, y de esa pregunta nació la ley de la gravedad. Charles Darwin se preguntó cómo se explicaba la diversidad de especies, y su respuesta fue la teoría de la evolución.

Albert Einstein se preguntó cómo se vería el mundo si uno viajara sobre un rayo de luz. Esa pregunta, aparentemente absurda, lo llevó a formular la teoría de la relatividad, revolucionando nuestra comprensión del tiempo y el espacio. Las preguntas también construyen puentes entre personas. En la política, en la educación, en la vida cotidiana, preguntar es una forma de escuchar, de abrirse al otro, de construir comunidad. Un buen maestro no enseña respuestas, sino que inspira preguntas. Un líder sabio no impone, sino que interroga.

En tiempos de polarización, la pregunta puede ser un acto de humildad: "¿Y si estoy equivocado?", "¿Qué piensa el otro?", "¿Qué no estoy viendo?". Preguntar es reconocer que no lo sabemos todo, que siempre hay algo más por aprender. A lo largo de esta serie, exploraremos preguntas que marcaron épocas: desde "¿Qué es el hombre?" de Pico della Mirandola, hasta "¿Por qué existe algo en lugar de nada?" de Leibniz. Veremos cómo cada pregunta refleja el espíritu de su tiempo, pero también cómo resuena en el nuestro. Porque si algo ha demostrado la historia, es que las preguntas no envejecen. Siguen vivas, esperando nuevas voces que las reformulen, que las desafíen, que las respondan… o que las vuelvan a preguntar.



Fotografías

Concurso Primerísimo Primer Plano



Vito Leonardi

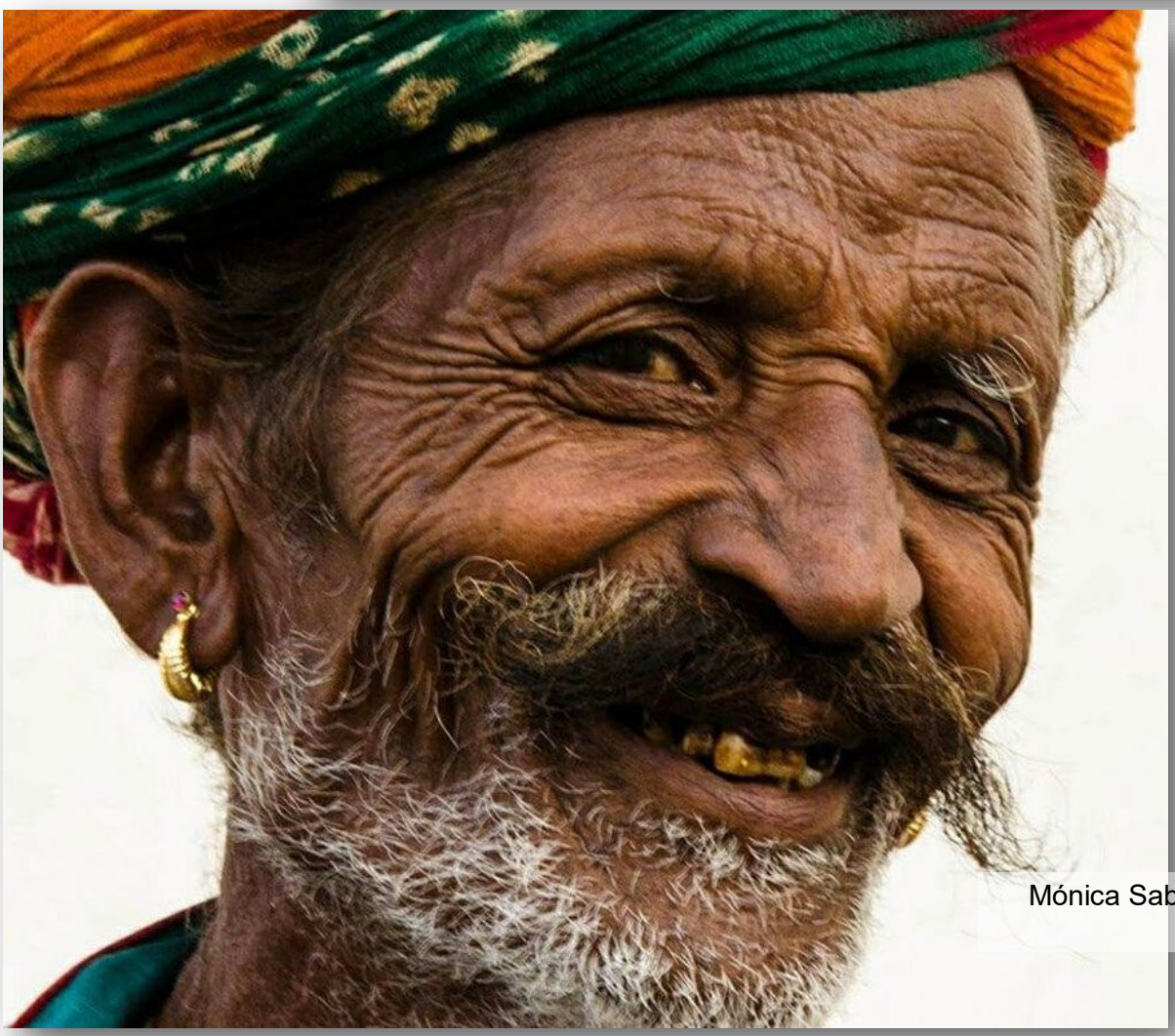


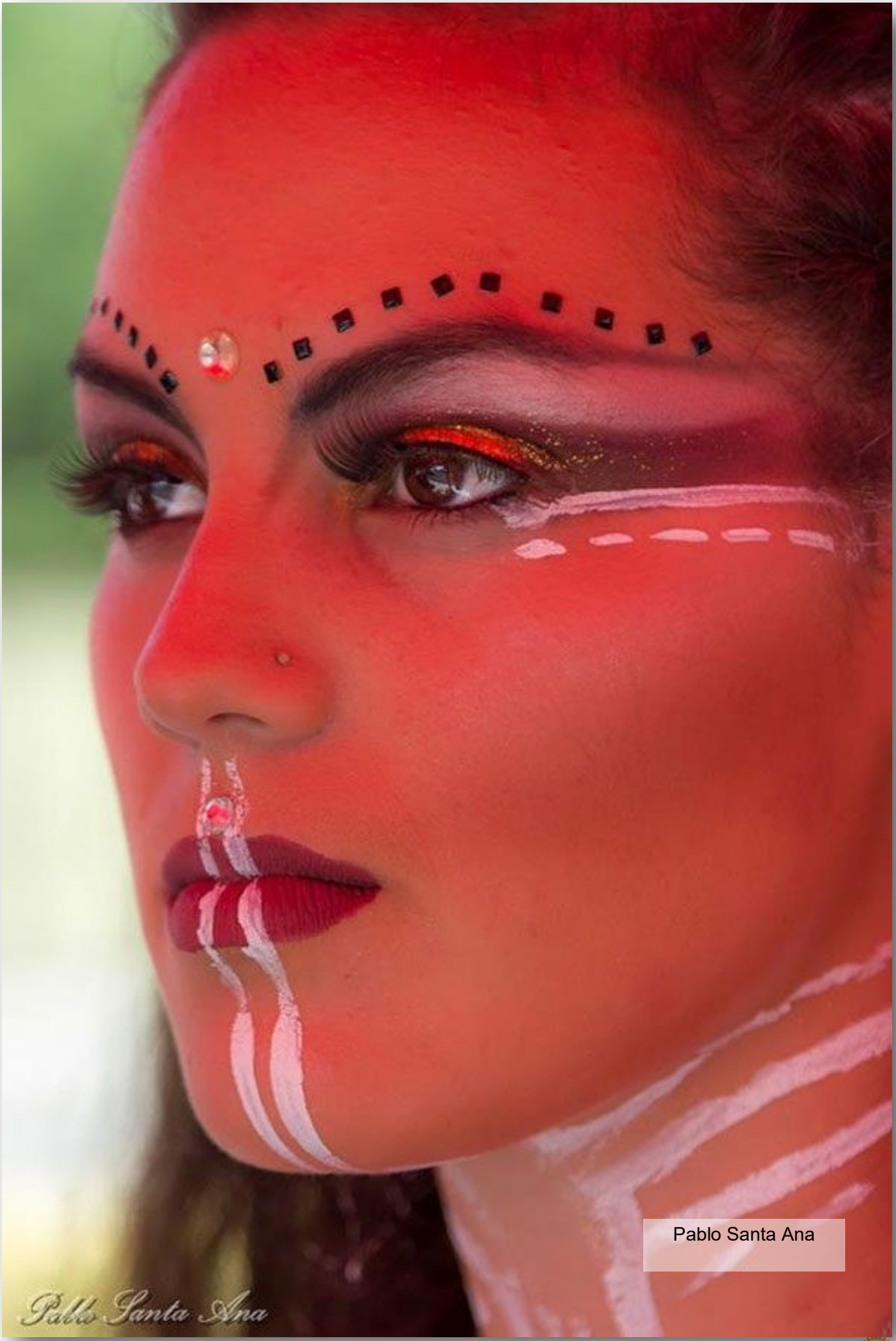
Jorge Alberto



Ariel Petruzzelli

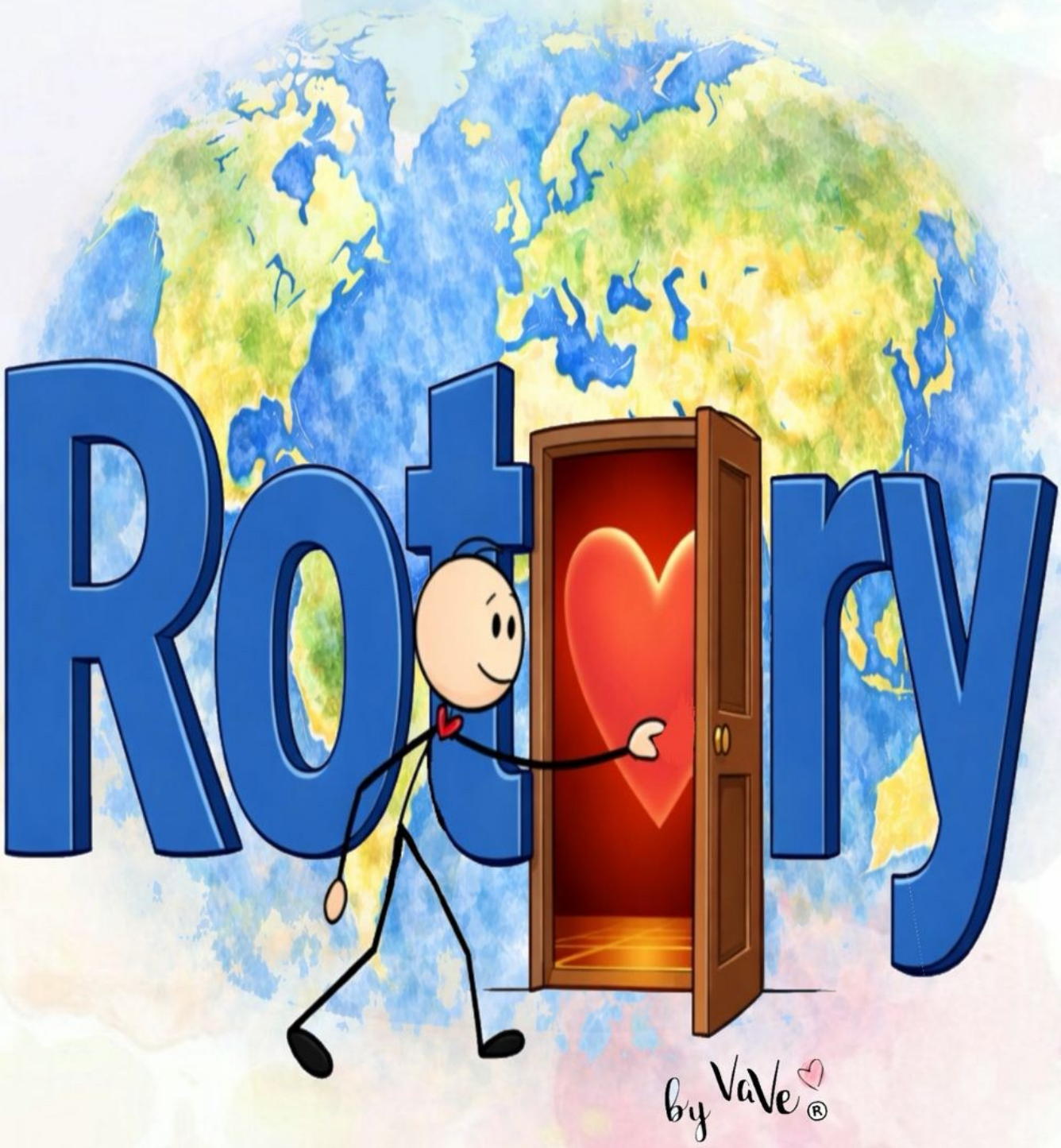

José Kalinski
José Kalinski


Mónica Sabatini


Pablo Santa Ana
Pablo Santa Ana

Rotary...

Primero el corazón.



Rotary, primero el corazón

Vanessa Ortiz de Zárate (VaVe)
RC San Pedro Alcántara - España

Rotary. Primero el corazón.

No es un eslogan.
Es Rotary…

Porque el mundo no cambia solo.
Abrimos una puerta de acción
Y abrirla siempre implica responsabilidad.

Rotary abre puertas al servicio,
a la buena voluntad,
a la capacidad de crear
y al compromiso de impactar de verdad.

Ser Rotary no es ocupar un espacio.
Es implicarse.
Es elegir no mirar a otro lado sino desde dentro
Es ser embajada de esperanza,
y de coherencia.

Porque abrimos puertas en nuestras comunidades
cuando escuchamos,
cuando comprendemos,
cuando empatizamos antes de juzgar.

Cuando permitimos que nuestra rueda siga girando
no por costumbre,
sino para transformar.
Somos corazón y desde ahí debe nacer nuestra meta
de mejorar el mundo.
¿Qué puertas estamos abriendo hoy?
¿De qué van realmente nuestros proyectos?
¿Van de observar o de dejar huella?
¿Van de presenciar …o de transformar?
¿Van de no hacer ruido… o de servicio?
¿Van de palabras o de corazón?
Porque Rotary no va de reuniones sin más .
No va de protocolo .
Va de continuar.
De ocuparse.
De ACCIÓN.

Rotary no es solo una marca reconocida.
Es la imagen del servicio .

Y si hay corazón,
hay servicio.
Y si hay impacto,
Ahí está Rotary.
Esa es la puerta que abre Rotary.
Un corazón que viene a quedarse.
¿La abrimos juntos?

La tierra en préstamo

El pulso del agua



El agua no es un simple recurso que fluye por una tubería; es el pulso mismo de la biósfera y el hilo invisible que teje la historia de nuestras comunidades. Si en febrero reflexionamos sobre nuestro papel como *guardianes de una tierra* que nos ha sido prestada, en marzo la naturaleza nos invita a mirar hacia el espejo de la vida: el agua. Este elemento, que compone la mayor parte de nuestra arquitectura biológica, es también el testimonio más fiel de nuestro compromiso ético con el futuro.

La danza del ciclo y nuestra huella

A menudo olvidamos que el agua que bebemos hoy es la misma que ha circulado por el planeta durante millones de años. No se crea nueva agua; simplemente se transforma, se limpia y se desplaza. Sin embargo, nuestra relación con este ciclo se ha vuelto transaccional y descuidada. La "huella hídrica", ese rastro invisible de los litros necesarios para producir nuestra ropa, nuestra comida y nuestra tecnología, es hoy más profunda que nunca. Ser guardianes de lo efímero implica entender que cada gota contaminada es una oportunidad de vida que le restamos al mañana.

El agua tiene memoria. Los ecosistemas acuáticos —ríos, humedales y acuíferos— guardan el registro de nuestras decisiones urbanas e industriales. Cuando un río se seca o se degrada, no solo perdemos un paisaje; perdemos la capacidad de resiliencia frente a un clima que se vuelve cada vez más impredecible. La gestión del agua es un desafío técnico de ingeniería y, también, es un imperativo moral que nos obliga a repensar cómo habitamos el territorio.

Arquitectos de la pureza

La buena noticia es que el cambio de rumbo está en nuestras manos. Como miembros de comunidades activas y conscientes, tenemos la capacidad de convertirnos en arquitectos de la pureza. Esto comienza con una observación atenta de nuestro entorno inmediato: desde la reparación de una fuga doméstica hasta el apoyo a políticas locales que protejan las cuencas hidrográficas. La restauración de la salud de nuestras aguas es el proyecto de infraestructura más importante de nuestra generación.

Iniciativas como las que promueve Rotary en todo el mundo demuestran que la acción local es el motor de la seguridad hídrica global.

Al proteger un manantial o educar sobre el saneamiento, estamos escribiendo una nueva memoria para el agua. Estamos asegurando que las generaciones que nos sucedan no reciban un desierto, sino un flujo constante de posibilidades.

"Cada gota contaminada es una oportunidad de vida que le restamos al mañana."

Un compromiso fluido

Este marzo, mientras el equinoccio marca un nuevo tiempo de siembra y renovación, el agua nos convoca a la coherencia. No basta con admirar la belleza de un arroyo; debemos ser los centinelas de su integridad. La ecología no es una disciplina lejana, sino una práctica cotidiana que fluye en cada vaso de agua que servimos y en cada decisión que tomamos para no malgastarla.

Cuidar el agua es, en última instancia, un acto de amor propio y de generosidad hacia quienes aún no han nacido. Somos agua en movimiento, y nuestra misión es garantizar que ese movimiento nunca se detenga por nuestra negligencia.

Estamos convencidos de los beneficios que traerán estas acciones; por ello, esperamos que este artículo sea un llamado a la reflexión, un recordatorio de que cada gota cuenta y de que el futuro, al igual que el agua, siempre encuentra su camino si sabemos guiarlo con respeto y sabiduría.

Rotary Cadre

¿Por qué es importante celebrar las profesiones?

Alberto Palombo
Coordinador Técnico del Cadre de la Fundación Rotaria (Medio Ambiente) 2022-26
Rotary Club de Brasilia International, Distrito 4530-Brasil



"Dicho sin eufemismos:
el Cadre está para impedir que
la buena voluntad se convierta en
desperdicio. Y para recordarnos que
el impacto positivo no es un estado
emocional: es un resultado."

Por qué es importante celebrar las profesiones en el Cadre para generar impacto positivo: porque la sonrisa final —la de la comunidad— no la fabrica una sola mano.

Cuando es el día del odontólogo y, como ocurre con casi todas las efemérides, la tentación es fácil: un mensaje breve, una frase amable, una foto genérica y el asunto queda resuelto. Pero hay celebraciones que merecen algo más que cortesía. Celebrar una profesión, si uno se toma en serio el oficio y la vida, no es solo decir “felicidades”: es reconocer un método, un rigor, una ética de resultados. Y en Rotary —sobre todo en el Cadre— ese reconocimiento debería tener consecuencias prácticas.

Lo digo con la autoridad humilde de quien acaba de salir del sillón odontológico con una mezcla de alivio y asombro. Fui hace pocos días y salí, literalmente, con una nueva sonrisa. No me refiero solo al detalle estético, sino al proceso: el tratamiento fue tan distinto a lo que recordaba, que sentí estar presenciando una pequeña revolución silenciosa.

Mi dentista no sacó esos moldes antiguos que parecían esculturas de yeso destinadas a una vitrina. No hubo esa sensación de “fabricar” algo a mano a fuerza de sesiones interminables. En cambio, abrió una laptop y empezó a “leer” mi boca como un topógrafo lee un terreno: apareció un mapa digital del arco dental, limpio, tridimensional, casi ofensivamente claro. Luego vino la parte teatral —y a la vez estrictamente técnica—: me mostró simulaciones con alternativas, como quien enseña rutas posibles antes de elegir la mejor. Finalmente, envió el archivo digital al laboratorio como quien manda una partitura.

Tres días después, el laboratorio devolvió implantes con una precisión que parecía de ciencia ficción.

Y yo no pude evitar la comparación. Quince años atrás, cuando me hice una prótesis, fueron seis sesiones para lograr un molde físico decente; luego vinieron tres o cuatro sesiones de ajustes, esa negociación lenta entre boca y material.

Esta vez, en tres sesiones, terminé con dientes nuevos e infalibles desde el punto de vista estético y funcional. Cuando le pregunté cómo hacía su trabajo, me habló de “topografía digital” y, con la naturalidad de quien menciona el clima, añadió que parte del proceso estaba asistido por inteligencia artificial para incorporar variables como armonización facial.

Salí pensando en dos cosas. Primero: qué rápido progresa una profesión cuando la innovación deja de ser un lujo y se vuelve un hábito. Segundo: qué lento progresa una organización cuando la innovación se interpreta como sospecha.

Porque si hay una lección que la odontología moderna nos impone sin levantar la voz es esta: o innovas, o te quedas atrás. Nadie aceptaría hoy que le restauren una pieza dental con herramientas de otra época si existen métodos mejores, más precisos y más seguros. Y sin embargo, en proyectos humanitarios —donde hay confianza pública, recursos compartidos y comunidades esperando— a veces toleramos lo que jamás toleraríamos en un consultorio: diagnósticos débiles, objetivos vagos, presupuestos que no cuentan una historia técnica y “resultados” confundidos con entregas.

Aquí es donde el Cadre deja de ser un título y se convierte en una necesidad. El Cadre existe para aportar pericia a los proyectos y, además, para custodiar recursos con seriedad: revisar factibilidad, sostenibilidad, finanzas, gestión; observar en campo cuando corresponde; entrevistar actores; detectar puntos críticos; devolver recomendaciones concretas. Dicho sin eufemismos: el Cadre está para impedir que la buena voluntad se convierta en desperdicio. Y para recordarnos que el impacto positivo no es un estado emocional: es un resultado.

Por eso es importante celebrar las profesiones dentro del Cadre. Porque el Cadre, si quiere ser algo más que una lista de nombres, debe recordar cuál es su materia prima: no son los aplausos, sino las competencias. La diversidad profesional no es un adorno para discursos; es una condición de supervivencia. Rotary trabaja en salud, educación, agua, economía local, paz, medioambiente… ¿de verdad creemos que podemos hacerlo con excelencia si no traemos lo mejor de nuestras ocupaciones? ¿O si lo traemos, pero lo guardamos en el bolsillo para no incomodar?

En Brasil —y lo uso solo como síntoma— la proporción de Cadres frente a distritos y membresía ha sido históricamente pequeña.

El problema no es “Brasil”: el problema es global en Rotary. Si el Cadre es escaso, lejano o invisible para los clubes, lo que aumenta no es el impacto: aumenta el ensayo y error. Y el ensayo y error, en proyectos humanitarios, se paga con tiempo, con credibilidad… y con oportunidades perdidas para la comunidad.

De allí que “celebrar profesiones” no debería ser un ritual sentimental, sino un recordatorio estratégico: las profesiones son la puerta de entrada al impacto, porque son el lenguaje del método. Un odontólogo entiende de protocolos, de precisión, de materiales, de control de calidad. Un ingeniero entiende de sistemas, riesgos, mantenimiento. Un auditor entiende de trazabilidad y controles. Un educador entiende de aprendizaje real y medición. Un médico entiende de seguridad, evidencia y seguimiento. Cada cual trae un mapa del mundo. Y la suma de esos mapas es lo único que puede convertir un proyecto en algo durable.

Entonces, ¿dónde entra la provocación? En la innovación. Hoy hay rotarios con habilidades avanzadas que ofrecen herramientas —por ejemplo, agentes de inteligencia artificial— para apoyar el diseño de subvenciones y verificar consistencia con directrices y criterios. Bien usada, esta innovación puede elevar la calidad de manera inmediata: detectar incoherencias entre objetivos e indicadores, revisar consistencia presupuestaria, sugerir riesgos típicos por área de enfoque, fortalecer el estándar mínimo de monitoreo y evaluación. En un mundo que se mueve a ritmo vertiginoso, eso no es capricho: es adaptación.

Y, sin embargo, en algunos espacios aparece la frase-candado: “No se puede, porque no está avalado por LFR”. Es una frase cómoda. Evita pensar. Pero la pregunta correcta no es si algo nace “avalado”, sino bajo qué condiciones se prueba, se gobierna y se asegura para que sea útil, seguro y alineado. Innovación responsable no es anarquía: es pilotaje controlado, criterios de calidad, trazabilidad a políticas, límites de uso, protección de datos y una regla clara: la IA asiste; el juicio humano decide.

Celebrar profesiones dentro del Cadre, entonces, es más que cortesía anual. Es una declaración de principios: en Rotary somos voluntarios, sí; pero en el Cadre somos, además, profesionales. Y cuando cada quien aporta un poco de su excelencia —no su tiempo libre, sino su mejor práctica— el resultado deja de ser un informe y se vuelve una transformación.

Así, un día celebraremos a los odontólogos: los que hacen sonreír con ciencia, precisión y actualización constante; del mismo modo celebraremos su ocasión: enfermeras, ingenieros, educadores, agrónomos, tecnólogos, mediadores, auditores. Cada uno pone un poco. Pero al final, cuando entendemos por qué estamos aquí y qué venimos a aportar, la sonrisa que aparece —la de la comunidad— no es solo dental: es la evidencia visible de un impacto positivo hecho con oficio, con rigor y con futuro.

Dulcinea

Omar Argañaraz

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



"He sido débil y he fracasado en mi lucha, pero eso no significa que sea falso aquello por lo que luché."

Entre las muchas cuestiones interesantes en el universo de *El ingenioso hidalgo don Quijote de la Mancha*, se encuentra el sentido de Dulcinea en la vida del caballero. Por amor de Dulcinea afronta don Quijote numerosos peligros y para ser digno de la muchacha recorre gran parte del camino de sus aventuras. Sin embargo, esa mujer —física y espiritualmente perfecta— es una construcción del caballero andante: no habita en el tiempo y en el espacio de los comunes mortales.

Con ese marco, resulta conmovedora la escena en que don Quijote es vencido por otro caballero andante (en verdad, un vecino disfrazado de caballero que procura ayudar al loco hidalgo retirándolo de sus aventuras/desventuras y haciéndolo volver a su casa). El viejo hidalgo está tendido en el polvo. El vencedor le apoya la punta de la lanza a la altura de los ojos y le exige declarar que Dulcinea no es la mujer más hermosa. Don Quijote responde: “Dulcinea del Toboso es la más hermosa mujer del mundo, y yo el más desdichado caballero de la tierra, y no es bien que mi flaqueza defraude esta verdad. Aprieta, caballero, la lanza y quítame la vida, pues me has quitado la honra”.

La respuesta del viejo caballero me impresionó de tal modo que lleva ya casi cincuenta años en mi memoria y la recordé ante distintas situaciones de la vida social y personal. Según las normas por las que se rige, don Quijote sabe que habiendo sido vencido ya no alcanzará el amor de Dulcinea. Sin embargo, se mantiene fiel al sentido de su vida, fiel a la verdad que íntimamente ha sostenido. En otras palabras, nos dice: he sido débil y he fracasado en mi lucha, pero eso no significa que sea falso aquello por lo que luché. Podré morir, es cierto, sin embargo quedará intacta esa verdad que he construido.

Si bien es triste no haber vencido, más triste sería olvidarse o resignarse, negando así aquello que fue motivo de nuestro amor y nuestra lucha. (Hace poco, un antiguo compañero, hoy diputado de una provincia, me dijo que Dulcinea no es la mujer más hermosa. Acaso no lo dijo exactamente así, pero... escuché eso claramente. Duele).

Equilibrio en movimiento

El arte de fluir con el cambio



El equilibrio no es un punto de llegada, sino un ajuste perpetuo. Si en nuestra reflexión anterior de Horizonte descubrimos que la flexibilidad es el secreto de la verdadera resistencia, ahora nos toca comprender que esa resistencia no tiene como fin mantenernos estáticos, sino permitirnos evolucionar sin perder nuestra esencia. La naturaleza nos ofrece el ejemplo más depurado en el curso de un río: el agua no lucha contra la roca que bloquea su camino; simplemente encuentra una nueva vía, rodea el obstáculo y, en ese proceso, moldea el paisaje y se fortalece a sí misma. Esa es la transición necesaria entre resistir y transformar. A menudo confundimos la firmeza con la rigidez, creyendo que cambiar de opinión o de rumbo es una señal de debilidad, cuando en realidad es la prueba máxima de una inteligencia vital que comprende que el entorno es un flujo constante de variables impredecibles.

Vivir en equilibrio en movimiento implica aceptar que la estabilidad absoluta es una ilusión.

En el ámbito social y personal, nos aferramos a estructuras, certezas y rutinas con la esperanza de que nos brinden seguridad, pero esa seguridad suele ser el prólogo de la fragilidad. Lo que es rígido se rompe ante el primer impacto inesperado. En cambio, quien cultiva una mentalidad elástica descubre que la verdadera fuerza reside en la capacidad de integrar lo nuevo sin desintegrarse. Esto requiere una vigilancia consciente y una humildad profunda: la humildad de reconocer que nuestras verdades son herramientas para navegar la realidad, no cárceles que nos impiden ver otros horizontes. La flexibilidad, entonces, deja de ser una estrategia de supervivencia para convertirse en una forma de libertad. Nos permite movernos entre la tensión y la relajación con la gracia de un funambulista que, lejos de estar quieto, realiza microajustes constantes para no caer.

Esta dinámica nos invita a repensar nuestra relación con el error y el fracaso. Si el equilibrio es movimiento, entonces un traspié no es una caída definitiva, sino un cambio de ritmo.



La resistencia elástica nos enseña que podemos doblarnos hasta tocar el suelo y, aun así, conservar la memoria de nuestra forma original para impulsarnos de nuevo.

En las organizaciones, en las familias y en el diálogo interno, esta flexibilidad se traduce en la apertura al disenso y en la curiosidad por lo desconocido. Al dejar de ver el cambio como una amenaza y empezar a verlo como la materia prima de nuestra evolución, dejamos de gastar energía en defensas inútiles. El secreto de marzo, tras haber aprendido a resistir en febrero, es aprender a bailar con la incertidumbre. Al final del día, la paz no se encuentra en la ausencia de tormentas, sino en la confianza de que nuestras raíces son lo suficientemente profundas y nuestras ramas lo suficientemente flexibles como para que el viento, por fuerte que sople, solo consiga hacernos cantar una melodía nueva.

Cuento para niños

El misterio de la Caverna de Brujas



Martina y Tomás eran dos hermanos inseparables, tan parecidos en su curiosidad como diferentes en su forma de expresarla. Martina, con sus nueve años, era la estratega, la que susurraba planes atrevidos. Tomás, de once, el impulsivo, siempre listo para la acción sin pensar demasiado. Este verano, sus padres habían decidido llevarlos a Mendoza, con la promesa de visitar una famosa cueva: la **Caverna de las Brujas.**

—¿De verdad vivieron brujas aquí? —preguntó Martina, sus ojos brillando bajo la luz de su linterna, mientras seguían al guía por estrechos pasadizos.

—Claro que no, Martina —respondió el guía con una sonrisa—. Es solo un nombre. Aquí lo que hubo fue mucha agua y paciencia de la naturaleza para formar estas estalactitas y estalagmitas. ¿Ven? Parecen dientes de gigantes.

Tomás, sin escuchar del todo, ya estaba explorando con la mirada cada recoveco. En un momento en que el guía se detuvo para explicar las formaciones rocosas, Tomás vio algo que le llamó la atención: una pequeña abertura, casi imperceptible, detrás de una columna de roca. Era demasiado pequeña para un adulto, pero perfecta para ellos.

Martina, que siempre estaba un paso adelante, notó la dirección de la mirada de Tomás. Un segundo después, el plan se formó en su mente.

—Tomás, ¿no crees que hay algo brillante ahí dentro? —dijo, señalando disimuladamente con la cabeza.

El guía seguía inmerso en su explicación sobre la erosión calcárea. Aprovechando la distracción general, los dos hermanos se deslizaron hacia la abertura.

—Espera, Martina, ¿y si es peligroso? —susurró Tomás, por primera vez con un atisbo de duda.

—No seas miedoso. Seguro hay algo increíble. ¿No querías una aventura de verdad?

Con el corazón latiendo a mil, Martina fue la primera en pasar. La linterna de Tomás iluminó un pasadizo tan estrecho que apenas podían gatear. El aire era más fresco y húmedo. Pronto llegaron a una pequeña cavidad donde la luz de sus linternas reveló un espectáculo asombroso.

No había oro ni joyas, pero sí algo mucho más mágico: la roca estaba cubierta de miles de pequeños cristales, brillando con una luz azulada y violeta. Parecía que habían entrado en un cielo estrellado subterráneo. En el centro de la cavidad, una pequeña cascada de agua cristalina caía sobre una formación rocosa que resonaba como un suave tañido de campanas.

—¡Es... es hermoso! —exclamó Martina, olvidando todo rastro de travesura.

Tomás, que siempre se creía el más valiente, estaba mudo de asombro. La belleza de la cueva era tan abrumadora que se sentía pequeño, pero a la vez, parte de algo gigantesco.

Mientras observaban, una sombra se movió en el reflejo del agua. No era una bruja, sino un pequeño murciélago que colgaba del techo, dormido. Y justo debajo de él, en un pequeño nicho natural, había una antigua caja de madera, casi fundida con la roca.

Con cuidado, Tomás la abrió. Dentro, encontraron un viejo mapa dibujado a mano de la caverna, con anotaciones en un lenguaje que no entendían, y una pequeña brújula de latón. Pero lo más intrigante era una nota, escrita en un papel amarillento, que decía: "El verdadero tesoro no es lo que encuentres, sino el asombro que sientas al buscarlo".

Los hermanos se miraron. Habían desobedecido, se habían escabullido, pero no para encontrar un tesoro material, sino para descubrir una maravilla que nadie más parecía haber visto. Sintieron una punzada de culpa por haberse separado del grupo, pero una alegría inmensa por la aventura.

Con el eco de la voz del guía cada vez más cerca, decidieron dejar el mapa y la brújula en su lugar. La nota se la guardó Martina, como un secreto. Regresaron gateando, justo a tiempo para reincorporarse al grupo como si nada hubiera pasado.

Cuando salieron de la caverna, el sol de Mendoza los recibió con su calor. Tomás y Martina intercambiaron una mirada cómplice. No tenían oro, pero llevaban consigo un secreto mucho más valioso: la emoción de la exploración y la lección de que las mayores riquezas están en la belleza oculta y en el asombro que nos regala el mundo.

Sopa de letras: creamos un juego aplicando la lectura de este cuento para que los niños de 9 a 11 años, puedan completarlo. Este pasatiempo clásico es mucho más que un simple entretenimiento, es la estimulación cognitiva que ayuda a mejorar la memoria visual y la atención a los detalles.



Tras la huella de Martina y Tomás
¿qué tanto recordás de la aventura en Mendoza? encontrá estas 10 palabras clave escondidas en la grilla (pueden estar en horizontal, vertical o diagonal):

Mendoza (provincia donde ocurre la historia)
Caverna (el escenario subterráneo)
Estalactita (formación que cuelga del techo)
Cristales (lo que brillaba con luz azulada)
Brújula (el objeto de latón hallado en la caja)
Murciélago (el pequeño habitante alado)
Mapa (el dibujo antiguo que dejaron en su lugar)
Asombro (el verdadero tesoro según la nota)
Linterna (herramienta indispensable para explorar)
Aventura (lo que Martina y Tomás buscaban)

solución

horizontales:
Mendoza: fila 1 (columnas 1 a 7), caverna: fila 2 (columnas 1 a 7),
murciélago: fila 3 (columnas 1 a 10), estalactita: fila 4 (columnas 1 a 11),
linterna: fila 5 (columnas 1 a 8), cristales: fila 6 (columnas 1 a 9),
asombro: fila 8 (columnas 1 a 7), brújula: fila 9 (columnas 4 a 10),
mapa: fila 10 (columnas 3 a 6).
verticales:
aventura: columna 12 (se lee de arriba hacia abajo, desde la fila 1 a la 8).



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



Compromiso responsable

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

Podríamos decir que el compromiso es un acuerdo, para un beneficio, este puede ser material o espiritual, el club, la política, el gremialismo, los deportes, los hobbys y la comunidad se mueven a través de los compromisos, que nos permiten encontrar un sentido a la vida y es a lo largo de ella que adquirimos compromisos que fortalecen nuestra responsabilidad y madurez. Según Viktor E. Frankl, la persona que haya encontrado sentido a su vida esta preparada para sufrir, para ofrecer sacrificios, incluso dar la vida por aquello que defiende y por lo cual lucha. El compromiso sirve para combatir el sentimiento tormentoso de subsistir, en un mundo difícil, para combatir la angustia y la soledad, comienza el compromiso con uno mismo, estudiaré, trabajaré, me casaré, y después se traslada a la sociedad.

La responsabilidad sería ese compromiso y la obligación, la carga, la "mochila" de los individuos o grupos de una sociedad entre sí y para con la comunidad en su conjunto.

Un ejemplo fuerte sería la vocación responsable del compromiso vivida con plenitud al máximo, constituye tu ser interior y alimenta la "fiamma sagrada" es un motor de cultura y de progreso; recordemos tantos científicos, pintores, músicos, poetas muchas veces muertos de hambre en vida (fueron reconocidos después de muertos), ¡pero no podían no ser fieles a su compromiso a su "fiamma" que le quemaba por dentro…! El proceso está estrictamente unido a tu plenitud como ser humano, se da si lo realizás, te lo reconozcan o no, hasta podés sacrificarte y sufrir físicamente como algunos conquistadores, santos, Cristo mismo.

La crisis latinoamericana de nuestros días, por su gravedad es una de las mas dramáticas de toda la historia, por lo que hay que pensar fórmulas nuevas para recuperar la situación o al menos que no se agudice más; es una crisis ambiental, social y económica, no hay prevención al respecto, vemos cambios climáticos, economías que se derrumban y crisis de todo tipo.

Los nuevos modelos de crecimiento y desarrollo (que esto es lo que nos ocupa) no pueden depender únicamente de la voluntad de los gobernantes, es necesario que todos y cada una de las personas cambiemos de actitud volviéndonos ciudadanos responsables comprometidos socialmente.

O sea, volvernos críticos, buscando soluciones, no justificaciones, es adoptar una posición mas activa, comprometerse responsablemente y cumplir, no delegar; es claro: el tema es de todos y si sale mal, la pagan nuestros hijos.

Es desarrollar un poco más de sensibilidad comunitaria, es triste ver que los conflictos armados ya no nos causan escozor, el hambre, los narcos, la demagogia, las dictaduras ya no asustan, mientras no las tengamos cerca no hay peligro.

Dentro del compromiso responsable, la fidelidad dejó de ser una virtud convirtiéndose en una debilidad humana, la honradez paso a ser una falta de viveza, la coherencia y el respeto como algo antiguo y muy estructurado, prevaleciendo el desenfreno de pasiones, emociones, exitismo y materialismo puro.

La responsabilidad es cumplir un deber, es una obligación ya sea moral o legal de cumplir con lo que se ha prometido. La responsabilidad tiene un efecto directo fundamental en la confianza, confiamos en personas que son responsables, poniendo nuestra fe y lealtad en aquellas personas que cumplen lo prometido, la responsabilidad es madurez, implica un esfuerzo que a veces no es simple; es un valor que cuanto más hay nos permite vivir mejor, es una correspondencia de valores: yo cumplo porque la otra persona cumple. Lo ideal es que nuestros actos correspondan a nuestras promesas, si prometemos hacer tales cosas y no las hacemos, entonces no hay responsabilidad. Se complementa esto con la buena educación impartida y no ser permisivos, enseñar con el ejemplo permanente, sirve más que mil palabras.

Vivir en compromiso responsable no es algo fácil, como tampoco es fácil y simple corregir y ayudar a un irresponsable, pero es nuestro compromiso como personas y ciudadanos, es un continuo acto de aprendizaje y de madurez para poder vivir mejor.

Salud mental

Melancolía

Marcela Elizabeth Maldonado
Estudiante de Psicología - UBA y Coaching Ontológico

Los seres hablantes, como hemos referido en otras producciones literarias, somos producto de la relación con otros, a partir de las primeras relaciones interpersonales significativas.

Somos hablados por otros. Otros nos ponen voz, nos marcan un cuerpo y una forma de posicionarnos en el mundo desde nuestra singularidad. Que podamos ver el mundo como lo vemos es porque somos parte de muchos, somos muchas historias caminando y nuestras emociones son aquel cuento que más se acopla para responder en ese momento al estímulo que proviene del exterior.

Vamos a llamar objetos a esos "otros" que conforman mi *Yo*, por lo que podemos decir que mi *Yo* es aquel guardián que se encuentra mediatizando en la frontera entre su interior (consciente, preconsciente e inconsciente) y el exterior, un mundo que impone exigencias y que demanda siempre una respuesta.

A la vez, podemos pensar a este *Yo* como un rompecabezas, formado por varios objetos (otros) en los que deposita o depositó cierto afecto (libido o energía).

"El duelo normal vence la pérdida del objeto y mientras persiste absorbe de igual modo todas las energías del *Yo* (...) La melancolía puede surgir en una gama más vasta de ocasiones que el duelo, que por regla general sólo es desencadenado por la pérdida real, la muerte del objeto. En la melancolía se urde una multitud de batallas parciales por el objeto; en ellas se enfrentan el odio y el amor, el primero pugna por desatar la libido del objeto, y el otro por salvar del asalto esa posición libidinal (...) La melancolía, como hemos llegado a saber, contiene algo más que el duelo normal". (Freud, S., 1917)

La célebre frase de Sigmund Freud "La sombra del objeto cae sobre el Yo", hace referencia a una posición particular del ser hablante, el sujeto. Un estado en que es tomado por una sombra que viene de su propio interior, de la idea de lo que el sujeto se hizo de ese objeto y del afecto que depositó en él (libido), de las esperanzas, de los sueños u objetivos.

El *Yo* no solo no podrá amar sino que además perdió su condición de ser amado, vive ahora en la oscuridad consigo mismo, un empobrecimiento de este *Yo*.

Podemos pensar como una salida posible, que ese sujeto reconstruya los lazos que lo aferraban a la vida, que vuelva a enriquecerse generando acciones productivas para sí mismo y nuevamente **se re-presente** como un ser único y singular, con una ilusión de completud que le permitirá moverse por este mundo.

Del lado de la logoterapia y de la mano de Viktor Frankl, consideramos "Si no está en tus manos cambiar la situación que te produce dolor siempre podrás escoger la actitud con la que afrontes este sufrimiento" y podemos agregar que no es sin pedir ayuda que esto se puede lograr. Es observar alrededor para buscar una mirada que me reconstruya nuevamente, me permita estar en un presente y dejar el refugio del pasado. Esto no es fácil, es verdad. Nada es sin un poco de esfuerzo y, seguramente el esfuerzo mayor es hacerse un camino al futuro para poder transitar.

Frankl, psiquiatra y escritor, preguntaba a sus pacientes aquejados de múltiples padecimientos: "¿Por qué no se suicida usted?" Y muchas veces, de las respuestas extrae una orientación para la psicoterapia a aplicar: a este, lo que lo ata a la vida son los hijos; al otro un talento, una habilidad sin explotar; a un tercero, quizás, solo unos cuantos recuerdos que merece la pena rescatar del olvido. Tejer estas tenues hebras de vidas rotas en una urdimbre firme, coherente, significativa y responsable.

(Frankl, V., *El hombre en busca de sentido,* 1946)

Asistencia telefónica gratuita a personas en crisis o con riesgo de suicidio

(011) 5275-1135 o
0800 345 1435
(desde todo el país)





Melancolía: una actitud para enfrentar el sufrimiento

“Yo siento que me hice del roce de tanta gente: de la monjita, de la amiga de buen gusto, del tío abuelo casi emparedado, del chico de los pájaros, del beso, de la caricia, del insulto, del amigo que nos advirtió, del que callado apretó los dientes y sentimos la mordedura...

Todos, todos. Somos lo que nos han hecho, lentamente, al correr tantos años.

Cuando estamos definitivamente seguros de ser nosotros, nos morimos”. *María Teresa de León*

Italia en nuestra mesa
Saltimbocca y Fainá

Saltimbocca
del Trastevere a las mesas del Plata

La historia de este plato es la de un viaje sin retorno que supo conservar su esencia. El Saltimbocca alla romana —cuyo nombre literalmente significa "salta en la boca"— es un emblema de la cocina de Lazio. Se dice que nació en Brescia pero que Roma lo adoptó y perfeccionó en el siglo XIX, convirtiéndolo en el plato rápido por excelencia de las hosterías del Trastevere. La clave siempre fue la sencillez: carne tierna, el aroma punzante de la salvia y la riqueza del jamón crudo.

Al llegar al Río de la Plata con las grandes oleadas migratorias, el *Saltimbocca* vivió su propia transformación. En Italia se utilizaba tradicionalmente carne de ternera joven (*vitello*), muy delicada y costosa. En nuestras tierras, los inmigrantes se encontraron con una abundancia de carne vacuna de pastoreo, más sabrosa y firme.

Aquí es donde la receta se adaptó: el uso de cortes como la nalga o la bola de lomo —los mismos de nuestra amada milanesa— permitió que este plato elegante se volviera más contundente y accesible. Mientras que en Italia es un plato de precisión casi minimalista, en el Río de la Plata a veces se lo acompaña con puré o papas noisette, convirtiéndolo en un almuerzo dominical que celebra la herencia familiar.

Ingredientes (para dos personas)

500 gramos de cuadril, nalga, bola de lomo o lomo cortado fino
100 gramos de jamón crudo (lo menos salado posible)
Hojas de salvia fresca
Media taza de harina
Un vaso de vino fortificado (estilo marsala, oporto o jerez)
Una cucharada de manteca y un chorrito de aceite de oliva
Sal y pimienta al gusto

Preparación paso a paso

Limpiar bien la carne y golpear para romper la fibra. Salpimentar cada filet. Disponer sobre cada uno una feta de jamón y sobre ella un par de hojas de salvia. Con un escarbadientes, sujetar la salvia y el jamón con la carne para que no se separen. Enharinar ligeramente ambos lados.

En una sartén a fuego fuerte con manteca y aceite, dorar la carne un minuto del lado sin jamón y solo medio minuto del lado del jamón para evitar que se seque. Retirar la carne y, en la misma sartén, volcar el vino. Desglasar el fondo revolviendo para lograr una salsa brillante y verter sobre la carne antes de servir.



Fainá
La metamorfosis del oro de Génova

Si hay un plato que simboliza la transculturación en el Río de la Plata, es la fainá. En Italia, específicamente en Liguria, se la conoce como *farinata*. Su origen es legendario: se cuenta que tras la batalla de Meloria en 1284, unas naves genovesas sufrieron una tormenta que mojó los sacos de harina de garbanzos y los barriles de aceite. Al secarse la mezcla al sol, los marineros descubrieron una especie de galleta deliciosa. En Génova, la *farinata* es un plato que se come solo, como un snack callejero o acompañamiento sutil.

Sin embargo, al cruzar el océano, la fainá experimentó un cambio radical de identidad. En las pizzerías de Buenos Aires y Montevideo, la transculturación la llevó a unirse inseparablemente a la pizza, creando el famoso "moscato, pizza y fainá". Lo que en Italia era un plato independiente, aquí se convirtió en la "tapa" de la porción de muzzarella. Además, la receta rioplatense suele ser un poco más gruesa y húmeda que la original italiana, que es más fina y crocante. Esta adaptación responde al gusto local por las comidas de mayor volumen y a la calidad de los garbanzos que comenzaron a cultivarse en la región para satisfacer la demanda de los "tanos" nostálgicos.

Ingredientes

300 gramos de harina de garbanzos
900 ml de agua
50 ml de aceite de oliva (o girasol, según la adaptación local)
1 cucharadita de sal y pimienta blanca
Abundante orégano y, si se desea, un toque de queso rallado (adaptación rioplatense)

Preparación paso a paso

En un bol grande, colocar la harina de garbanzos y agregar el agua poco a poco, batiendo constantemente para que no queden grumos. Es fundamental dejar reposar esta mezcla al menos cuatro horas (o toda la noche) para que la harina se hidrate bien y la fainá sea digerible. Retirar la espuma que se forme en la superficie. Agregar el aceite y la sal. Precalentar una asadera metálica (preferentemente redonda) con un poco de aceite hasta que esté muy caliente.

Verter la mezcla y cocinar en horno fuerte hasta que los bordes estén dorados y la superficie tome un color tostado. Se sirve tradicionalmente sobre la porción de pizza o sola con mucha pimienta negra recién molida.







ROTARY CLUB DE SAN MARTÍN-VILLA MAIPÚ
D4905 - Argentina

Rotary
San Martín-Villa Maipú

@rotarysmvm
@rotary_sanmartin.villamaipu
rotarysanmartinvillamaipu@gmail.com