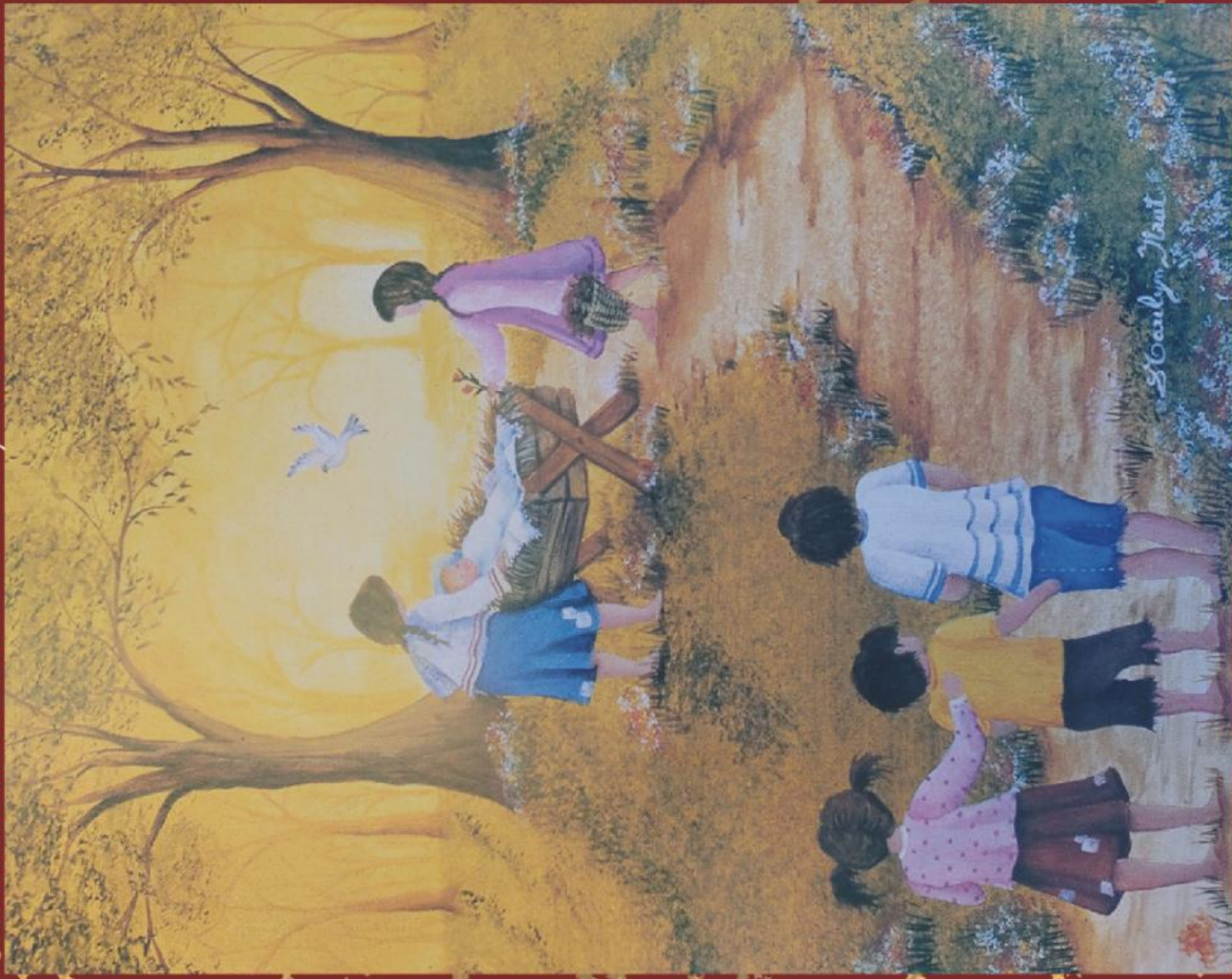


# CUATRO BARRIOS

Diciembre de 2023, Año 29 n°343



"Mcluya, ha nacido el niño" ACRÍLICO SOBRE LIENZO DE MARILYN ITRAT



# NOCHEBUENA

En la primera Nochebuena de la historia, no todo al principio fue "bueno". La primera Nochebuena también encerró un misterio de tristeza, porque el amor no había sido acogido; daría la sensación de que la vida era descartada; que no hubo miramientos para una mujer en trabajo de parto que no tenía lugar donde tener a su hijo. Así sucedió cuando a José y a María le cerraron las puertas de la posada y tuvieron que poner al Niño en un pesebre. Jesús nace rechazado por algunos y en la indiferencia de la mayoría. Así también puede suceder en esta Nochebuena cuando nos ponemos como protagonistas a nosotros y no a Él; cuando las luces arrinconan el esplendor de Dios; cuando permanecemos insensibles ante quien está marginado. El papa Francisco decía que "esta mundanidad ha secuestrado la Navidad. ¡Es necesario liberarla!". Para muchos, esta Nochebuena tendrá poco o nada de "buena", porque corre el riesgo de que la nostalgia, la tristeza de las ausencias o la indiferencia corran del centro de atención la esperanza que nos trae el nacimiento del Salvador.

Por eso te invito a que en un momento de reflexión, en esta Nochebuena, traigas a tu mente y a tu corazón el recuerdo de aquellos para quienes no será Nochebuena del que está en el hospital; del que vive en situación de calle; del que está privado de su libertad; del que está lejos o del que está solo; de aquellos que no van a tener con qué festejar, y de muchos otros tantos que no encuentran motivos para festejar. A ese dejo de tristeza, se le debe añadir un grito de esperanza. Porque la Navidad es también misterio de esperanza. Porque, a pesar de muchas oscuridades, la luz de Dios rompe las tinieblas; porque un Dios enamorado del hombre, se hace uno de nosotros y nos abraza con su ternura. Dios viene a nuestra vida para darnos de su vida. Volviendo a poner a Dios como centro y motivo de esta fiesta, renace en nuestros corazones la alegría que viene de la esperanza. Entonces, sí será Nochebuena en tu vida y en la de tu familia, como lo fue al final de la historia de la primera Nochebuena.

FUENTE . MONS. JORGE LOZANO




**CARLOS FAETANI**  
**TECHISTA**  
 CONSTRUCCIÓN - REPARACIÓN  
 **11-5004-0676**



**STRIKER** CONSTRUCCIONES

*más de 40 años  
 trabajando en la zona*  
**Elija experiencia, seguridad y seriedad.**

 **11 3408 4791** [emmast83@hotmail.com](mailto:emmast83@hotmail.com)

**SERVICIO TÉCNICO**

**MALVINAS**  
 de Losardo Luis

REFRIGERACIÓN  
 MICROONDAS  
 AIRE ACONDICIONADO  
 LAVARROPAS Y SECARROPAS  
 HELADERAS COMERCIALES Y FAMILIARES  
 TODAS LAS MARCAS

**SERVICIO TÉCNICO A DOMICILIO** **15-5495-1582**



 **CATS&DOGS**  
 ALIMENTOS PARA PERROS Y GATOS

**CONSULTAS Y PEDIDOS**  
 4666-8503 // 4666-8874  
 **11 5039-0539**

**ENTREGAMOS A DOMICILIO**  
 Sin cargo y en 24 hs  
 recibís tu pedido.

 [mandres@catsydogs.com.ar](mailto:mandres@catsydogs.com.ar)  
 ENTRE RIOS 713-Bella Vista



 **VETERINARIA**  
 Lun a Sáb: 9 a 18 hs  
**CONTACTO**  
**11-3379-2992**  
**7531-7741**

Av. MAIPÚ 2992  
 ESQ. GODOY CRUZ. Los  
 POLVORINES

**PELUQUERÍA  
 BAÑOS**

 **Bruna**  
 Peluquería - Baños

**HANNA**  
 ✓ **PELUQUERÍA CANINA**  
 ✓ **GUARDERÍA CANINA**



**11 5599 2685**  
**Amplias referencias**



**MP**  
 PISCINAS

 **EXPERIENCIA**

 **RESPONSABILIDAD**

**LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO DE PISCINAS**  
**RECUPERACIÓN Y ACLARAMIENTO DE AGUAS**

**MANTENIMIENTO DE PARQUES**

 [PAJONPATRICIO@GMAIL.COM](mailto:PAJONPATRICIO@GMAIL.COM)  
 **1132904778**

**• PINTURA • REPARACIÓN • CALIDAD DE MANTENIMIENTO Y LIMPIEZA**



# MALVINAIRE

Aires Acondicionados

SPLITS  
INSTALACION  
REPARACION

Calefacción

CALDERAS  
RADIADORES  
PISOS RADIANTES

Godoy Cruz 2774, Malvinas Argentinas

## 5971-2986

SERVICIO TÉCNICO EXCLUSIVO EN ZONA NORTE

# PEISA SURREY



SILLAS & SILLONES



COLCHONETAS



**TAPICERÍA**  
CHICHILLO & HIJO

Telas Originales

SUCRE Y JOHN KENNEDY  
VILLA DE MAYO

tapiceriachichillo@hotmail.com



15 6106-4224



15 6981-7001



AUTOS NACIONALES E  
IMPORTADOS



**LUBRICENTRO MARIO**

**BATERÍAS**

EL MEJOR SERVICIO  
SANABRIA ESQ. AVDA. PTE. PERÓN (EX MAIPÚ) - VILLA DE MAYO

CONTACTO  
11-5284-4355  
15-5894-9002

## Cerrajería

EL CALLAO

TRABAJOS A  
DOMICILIO

SOLUCIÓN RÁPIDA  
E INTELIGENTE

*Cerca tuyo*

02320-485976

15-4998-0369

Mail: cerrajerielcallao@hotmail.com



LLAVES  
CODIFICADAS  
PARA AUTOS



PTE. PERÓN 3300. LOS POLVORINES  
COMCO. LOC. 43 Y 44



# Verano 23'24' Felices Fiestas



**VENTA**



Los Tilos, Villa de Mayo

Lote: 1300m2 | cubiertos: 300m2

PB:

Living y comedor, Escritorio, Toilete,  
Cocina, Lavadero, Dependencia.

PA:

Gran hall distribución, 5 dormitorios  
2 baños completos

Exterior:

Galería, Parrilla, Pileta, Baño pileta  
Cochera cubierta.

Calefacción central, riego por aspersión.

**LOS TILOS**



“Les deseo una maravillosa Nochebuena  
y una Muy Feliz Navidad!!!” Pirin

**Tobalina**  
PROPIEDADES  
Venta - Tasaciones

☎ 4660-3565

☎ 15-54161220

✉ pirintobalina@hotmail.com

📷 tobalinapropiedades

C.U.B.A - NOGALES - TILOS - PRADERAS



**MV ABERTURAS**  
**.ALUMINIO**  
**.MOSQUITEROS**  
**.REJAS**  
**4660-5065**

SOMOS  
FABRICANTES

**1166106813**

mvaberturas@hotmail.com Av. EVA PERÓN 4930 - V. DE MAYO Bs. As.

**MV PORTONES**  
**. AUTOMÁTICOS**  
**. CORTINAS METÁLICAS**  
**. SERVICE**

SOMOS  
FABRICANTES

**4660-5237**

**15 5715 7545**

**Gonzalo Martínez**  
 • Técnico Electricista •  
**Instalaciones Eléctricas**  
 Certificados - Adecuaciones - Mantenimientos  
 @ilumina.montajes.eletricos 15-5806-0709  
*Ilumina*  
 Iluminación Montajes Eléctricos

**MANTENIMIENTO DE PARQUES**  
 Limpieza de canteros  
 Podas de todo tipo  
**MANTENIMIENTO DE PILETAS**  
**Eduardo Rodríguez**  
**11-6442-4865**

**AGME**  
**DIGITAL**  
 ENVÍOS A TODO EL PAÍS  
 COMPRANDO DESDE LA PÁGINA WEB  
 www.agmedigital.com.ar  
 1565261800 LOCAL  
 1521544723 TIENDA ONLINE  
 LUNES A VIERNES 8 A 13 Y DE 14 A 17:30 SÁBADOS 8 A 13HS  
 agmenatatorios@hotmail.com  
 RUTA 202 N° 2337 Los Polvorines

**PATRONO**  
**FUMIGACIONES**  
 FUMIGUE EL "PINCHE"  
 DEL PASTO !!YA!!

\*CONTROL DE PLAGAS  
 \*DESRATIZACIONES  
 \*TALADRO DE LA MADERA  
 \*POLILLAS  
 \*PARQUES Y JARDINES

**11-6987-6566**

**Gustavo Patrono**

administracion@patronofumigaciones.com.ar  
 servicios@patronofumigaciones.com.ar



AUSPICIANTE con REFERENCIAS hacen la DIFERENCIA

# C.I.F. FUMIGACIONES

COMPAÑIA INTEGRAL DE FUMIGACIONES  
JUAN MUZIO SOCIO GERENTE



\*DESRATIZACIÓN \*CONTROL DE MOSQUITOS  
\*CONTROL DE HORMIGAS CARPINTERAS  
\*CONTROL DE CUCARACHA  
\*PALOMA \*MURCIELAGOS  
\*ESPACIOS VERDES

**4668-0734 / 15-4991-1714**

## EDITORIAL "RAYMI"

### DIRECTORA PROPIETARIA

- Maria Claudia Possidoni

### COMMUNITY MANAGER:

- Maria Victoria Toledo

### - ASESOR EN SISTEMAS:

Gonzalo Javier Toledo

### CONTACTO:-

claudiacuatrobarrios@gmail.com

 **15 4197-1522**

### ESTAMOS EN:

*CUATRO BARRIOS ONLY ONLINE:*

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

 **@RevistaCuatroBarrios-**

 **Cuatrobarrios**

*A todos los que comparten su ARTE para que nuestras TAPAS sean una verdadera Galería. y a los que colaboran con los textos.*

Muchas gracias, **Ed. RAYMI.**



## Marilyn Itrat

• VENTA DE CUADROS •  
Abstractos, Figurativos y Naif

Contacto

**11 5818 6823**

Nº Pág. **INDICE**

2___ - NOCHEBUENA	Mons. Jorge Lozano -
8___ - EDITORIAL.	
12___ - ¿POR QUÉ PRACTICAR TAEKWONDO?	Nicolás Rivero -
	- Il Dan Internacional -
14___ FARMACIAS DE TURNO.	
18___ - 5' EN LA COCINA: "DIP NAVIDEÑO".	
22___ - ¿Y EN CASA? ¿COMO ANDAMOS?.	CLR. LILIANA FENGER
25___ - "BLUE LIGHT CUT."	ANA MARIA GONZALEZ
	- SALUD VISUAL -
28___ - "PERCEPCIÓN DEL RIESGO".	MARIANO DURLACH.

## NOTA DEL EDITOR

*Llega diciembre con gran diversidad de realidades.*

*Cerramos el año '23, terminan los chicos las clases, nos preparamos para las Fiestas, y la frutilla del postre... un nuevo presidente comienza a dar sus primeros pasos.*

*Tiempo de reflexión que nos invita a abrirnos a lo que llega.*

*Renovemos una vez más la novedad del Amor, el gran Amor como centro y sentido de todo, para todos y en todo, que se regala en un simple pesebre.*

*Que ese Amor nos transforme en mejores personas, sumando fuerzas que impulsen hacia la reconstrucción en valores toda meta, mirando al otro y sintiendo sus historias como propias, compartiendo horizontes que nos reúnan, proyectando crecer y crear oportunidades para todos, cuidándonos, eligiendo solo lo importante como base de cualquier objetivo.*

*Y entonces, el 24 a la noche, podremos decir...*

*"Feliz Nochebuena, Feliz Navidad"*

Claudia







@julyart\_deco

## TIENDA DE REGALOS

- ☆ Atrapasueños personalizados ☆ Arcoiris
- ☆ Combo Nacimiento ☆ Deco Infantil
- ☆ Cajas Infantiles ☆ Cajas Personalizadas

Catálogo por Whatsapp 11 5663-4118

# FOREVER

## Nails & Beauty

**Nuestros servicios**

- manos ✓
- semipermanente ✓
- esculpidas ✓
- capping ✓
- belleza de pies ✓
- pestañas ✓
- cejas ✓
- pedicura ✓
- deplación definitiva ✓

1140967635  
Talcahuano 3379  
Los Polvorines

foreverbeauty\_ok

# Romanella

Estética y masajes

Masaje descontracturante  
Elongación tallandesa  
Deplación laser

Av. Pte. Perón 9931 "A"  
Timbre 1 o 2.  
Los Polvorines

1166715153

@esteticoymasajesromanella

## Tu toalla hace la diferencia

Seguimos juntando toallas/toallones para los chicos internados en el Hospital de Trauma de Malvinas Argentinas

Si quieres ayudar contáctanos!

+54 9 11 3603-7869 Ana  
+54 9 11 3019-2325 Mary  
+54 9 11 4530-1052 Cori  
+54 9 11 6941-0576 Dani

# Compras · Buffet · Aire libre

# Feria de Navidad

## SCHOENSTATT 2023

★ Entrada libre

Se suspende por lluvia

Inflable para chicos

# 2 Sab. DIC

de 11 a 19.30hs

A beneficio del Santuario de Ntra. Sra. de Schoenstatt Elfein 2431 (esq. Alto Perú) · San Isidro

SCHOENSTATT ARGENTINA | FUERABO SAN ISIDRO





**DENTALPOINT®**  
ESTÉTICA & INTEGRAL



SONRISAS QUE MARCAN TUS MEJORES MOMENTOS



Dra. Fabiana P. Capurro  
Directora  
Odontóloga Especialista en Ortodoncia  
Especialista en Implantología Oral  
Master Quirúrgico en Implantología Oral  
Membership of Internacional Team  
for Implantology ( USA )



Paunero 1371 - 3° piso  
San Miguel - Pcia. de Bs. As.  
Tel.: 4664 9308 / 5432 7718  
info@dentalpoint.com.ar  
www.dentalpoint.com.ar

**CERCA SUYO**  
CUIDANDO SU SONRISA

**FELICES FIESTAS**

*Calzados*  
**Di Capri**

WWW.DICAPRICALZADOS.COM.AR

PTE PERON 3355 LOS POLVORINES  
PAUNERO 1426 SAN MIGUEL



1134342233



@dicapricalzados




Dicapri

**3 CUOTAS  
SIN INTERÉS**








 Colegio  
Árbol del Norte

 Ciclo 2024  
115 317 8493

 Mario Bravo 381  
Grand Bourg



AUSPICIANTE con REFERENCIAS hacen la DIFERENCIA

# ¿Por qué Practicar Taekwondo?

¿Alguna vez pensaste en la importancia del deporte en tu vida o en la vida de tus hijos? Los beneficios del Taekwon-Do son múltiples e invaluable en niños, jóvenes e incluso adultos y apropiados a todos los géneros y edades, sobre todo en esta era de la informática donde constantemente somos inmersos a la vida sedentaria.

Acá comparto 9 Beneficios indispensables en tu vida, que el Taekwondo puede proporcionarte y harán un antes y un después en tu día a día.

- **Desarrollo físico:** El Taekwondo ITF es una disciplina físicamente exigente que ayuda a desarrollar fuerza, flexibilidad, resistencia y coordinación.

Los entrenamientos regulares pueden mejorar la salud cardiovascular y fortalecer el cuerpo en general.

- **Desarrollo mental:** La práctica del Taekwondo no solo se trata de la fuerza física, sino también del desarrollo mental. Se enfoca en la disciplina, la concentración y el control emocional. Los practicantes aprenden a establecer metas, a ser perseverantes y a mantener la calma en situaciones desafiantes.

- **Desarrollo emocional:** A través de la práctica del Taekwondo, los individuos pueden aprender a controlar y



**UR**  
AMOBILIARIOS

Fabricación y diseño de muebles a medida

1166313294

URamoblamiento  
uramoblamientos  
eur\_amoblamientos



**AIRE ACONDICIONADO**

HYUNDAI ELECTRA CLIMA SAMSUNG LG BSH

**SERVICE TODAS LAS MARCAS**

**INSTALACIÓN**

**SPLIT Y MULTISPLIT**

**REPARACIÓN**

AUTORIZADO INSTALACIÓN EQUIPOS INVERTER Y EQUIPOS CON GAS ECOLÓGICO R410 A

e-mail: [fgpadilla@hotmail.com](mailto:fgpadilla@hotmail.com)

15 6023-2437

4660-1248

Federico Padilla

E.de Luca 2624. Villa de Mayo



**TOLDOS**  
**CASA**  
**RAMIREZ**

-Todo Tipo y Sistema-

4663-7079

15 4176-7081

@toldoscasaramirez



canalizar sus emociones de manera positiva.

Se fomenta el respeto hacia los demás, la autoconfianza y la autoestima.

- **Defensa personal:** El Taekwondo ITF incluye técnicas de defensa personal que pueden ser útiles en situaciones de emergencia. Los practicantes aprenden a reaccionar de manera efectiva y a defenderse cuando sea necesario.

- **Competición:** Para aquellos a quienes les gusta la competición, el Taekwondo ITF ofrece la oportunidad de participar en torneos locales, nacionales e internacionales. La competición puede ser una excelente manera de mejorar habilidades, establecer metas y experimentar un sentido de logro.

- **Cultura y tradición:** El Taekwondo ITF tiene profundas raíces en la cultura y la tradición coreanas. A través de la práctica, los estudiantes pueden aprender sobre la historia y los valores asociados con esta forma de arte marcial.



## FARMACIA Buffarini

APLICACIONES - RECETAS MAGISTRALES - OBRAS SOCIALES - PERFUMERÍA

**DESCUENTO A TODO PUBLICO**  
 ENVIOS A DOMICILIO SIN CARGO  
 Tarjetas de crédito

AV. MAIPÚ 3030 LOS POLVORINES  
 40074928

### FARMACIAS DE TURNO EN DICIEMBRE '23



DIETSCH, R8 y 197: 10, 20 y 30.- // BUFFARINI, Av. Pte. Perón 3030 (ex Maipú): 5, 15 y 25.- // JATIVA, Rivadavia 2017: 6, 16 y 26.- // SAOS, L. Suarez 2939: 7, 17 y 27.- // OCAMPO, Perón 3387 y 25 de Mayo: 2, 12 y 22.- // RIVADAVIA (ex PECCI), Rivadavia 2690: 1, 11, 21 y 31.- // EMERIC, Baroni 1859: 3, 13 y 23.- // BORRINO, Ing. Huergo 3595: 8, 18 y 28.- // EBERBACH, Av. Pte. Perón 897: 9, 19 y 29.- // DEL SOL, Derqui y Peña (Sourdeaux): 8, 18 y 28.- // DEL AGUILA, San Martín 2558: 4, 14 y 24.-



## HOSPITAL VETERINARIO SOURDEAUX

**CONSULTAS A DOMICILIO**  
 Radiología - Ecografía - Oftalmología  
 Cardiología - Traumatología - Cirugía

LUNES A VIERNES DE 9 A 18HS Y SÁBADOS,  
 DOMINGOS Y FERIADOS DE 9 A 13HS

ESPINOSA 1760 - A. SOURDEAUX  
 HOSPITALVETSOURDEAUX@GMAIL.COM  
**4748-9159**



## AUSPICIANTES con REFERENCIAS hacen la DIFERENCIA

- **Acondicionamiento físico y pérdida de peso:** Dado que el Taekwondo es una actividad física intensa, puede ser una excelente manera de mantenerse en forma y perder peso. Los entrenamientos regulares ayudan a mejorar la salud cardiovascular y a quemar calorías.
- **Comunidad y camaradería:** La práctica del Taekwondo ITF se realiza generalmente en grupos o clases. Esto brinda la oportunidad de conocer a personas con intereses similares, fomentando un sentido de comunidad y camaradería.
- **Enseñanzas éticas:** El Taekwondo ITF promueve principios éticos como el respeto, la cortesía, la integridad y la perseverancia. Estas enseñanzas pueden tener un impacto positivo en la vida diaria de los practicantes.

**Nicolás Rivero**

**II Dan Internacional de Taekwondo.**

**Asociación Buenos Aires Taekwon-Do**

## Asociación Buenos Aires Taekwon-Do



*Nicolás Rivero*  
*II Dan Internacional*

WhatsApp 11-3392-9140

*"Experimenta el poder del Taekwondo.  
Contacta con nosotros y comienza tu camino  
hacia la transformación. Taekwondo: donde el  
dominio mental, físico, emocional y energético  
se fusionan en un solo ser"*

**Entrenamiento Grupal**  
**Martes y Jueves 18 hs**  
**Los Polvorines.**

**Entrenamiento individual a domicilio**



# GALLETITAS DECORADAS



AGREGA LAS GALLETITAS DECORADAS  
A TUS EVENTOS.  
COMO SOUVENIR O PARA  
COMPLETAR LA MESA DULCE  
PEDÍ TU PRESUPUESTO!

np\_natipina



1164528109

WWW.SUDARESUSHI.COM.AR

COMPRA MÍNIMA \$4500



DELIVERY

15-5732-4756  
4660-1977

MARTES A DOMINGO DE 18 A 23HS

ING. HUERGO 3394. LOS POLVORINES



**Sudare**  
sushi bar

CONSULTE  
PROMOS  
DEL MES

En efectivo y a la carta

sudaresushipolvorines

## LO NUEVO



## PERNIL Y PIZZA PARTY

- ✓ RECEPCIÓN EMPANADAS
- ✓ PERNIL O PIZZA
- ✓ SERVICIO DE VAJILLA  
DE PRESENTACIÓN
- ✓ CAMARERO, COCINA, SERVILLETAS
- OPCIÓN CON BEBIDA Y HELADO

## LO MEJOR PARA TUS EVENTOS

### PERNIL DE CERDO

(CON PANES Y SALSAS)  
PARA 10 PERSONAS  
PARA 15 PERSONAS  
PARA 30 PERSONAS

### CORTE DE TERNERA

PARA 10 PERSONAS  
PARA 20 PERSONAS



**LA TRADICIÓN**  
Food & Catering

**PEDIDOS:  
LUNES A SÁBADO  
(DOMINGO CERRADO)**

# 11 60467240



LATRADICION\_CATERING



NIZA

**PIZZAS Y EMPANADAS  
AL HORNO DE BARRO**

**¿QUÉ ES LO QUE NOS DIFERENCIA?**

- Masa elaborada con la técnica de pie francés o pâte fermentée.
- Horneadas al horno de barro a 500 ° C para un sabor auténtico y genuino.
- Salsa de tomate natural y sin conservantes.
- Ingredientes frescos y de primera calidad.

**PEDIDOS AL WP 1144560780**

**Perito Moreno 1753, Los Polvorines**



**COMPRA y COLABORA con  
los HOSPITALES de Malvinas Argentinas**

**\$1.500.- KL.**

**MIEL**

**\$800.- ½ KL.**

**Contacto:**

**Chiche Barclay 4663-7843**



*Para estas Fiestas*

**PAN DULCE, CANASTA NAVIDEÑA,  
BUDINES Y MUCHO MÁS!**

**PEDIDOS AL 11 3826-2349**

**AV. PRES. JUAN DOMINGO PERÓN 3283. LOS POLVORINES**





Desde 1998

**Bahia**  
ELABORACION ARTESANAL

# Pizzas y Empanadas

ELABORACIÓN PROPIA A LA VISTA




Delivery

**6084-1275**  
**15-6815-4058**

ING. HUERGO 3348 - LOS POLVORINES

VENTA DE HIELO




ESCANEA EL CODIGO QR CON LA CAMARA DE TU CELULAR Y REALIZA TU PEDIDO RÁPIDO Y FÁCIL

También podés hacer tu pedido ingresando en

**11 2157 8499** [www.pedifacil.app/eljardin](http://www.pedifacil.app/eljardin)

## MERENDERO "LOS PEKES"

Malabia 2241 e/ Tacuari y Esteban de Luca.

**NECESITAMOS: - FRUTAS - GALLETITAS - TE CEREALES - MATE COCIDO - CHOCOLATADA SOBRES DE JUGO - LECHE EN POLVO**

**"ROPERITO SOLIDARIO", RECIBIMOS ROPA PARA CHICOS**

contacto: Daniel 11 6578-2642

Vení y conocenos! estamos los Martes y vienes de 16 hs a 18 hs.





## 5' EN LA COCINA:

### *“Dip Navideño de queso crema con frutos y panceta”.*

#### Ingredientes:

- Queso crema de 227gr,
- 100gr pistacho,
- 100gr nueces,
- 50gr arándano rojo,
- 100gr panceta crocante y...
- 1 chorrito de miel.

#### Preparación:

Todo en trocitos, agregá un poco al queso con la miel, mezclá muy bien y dale forma de salchichón con papel film. Mete al freezer 15min y cubrí con los frutos y la panceta. Lo podés acompañar con grisines, tostaditas o lo que más te guste!

Fuente: cookasmarvic







**VAJILLA  
MESAS  
SILLAS  
MANTELES**

**Pigalle**  
**ALQUILE**  
SIN MOVERSE DE SU CASA

REPROGRAMANDO  
**15-6452-8109**

**TP TODO  
PAGO**



LUN A SAB. 8:30 A 20:00HS



Info y Wpp: (011) 3841-5233

Eva Peron 2924. Villa de Mayo



BERNA.COFFEE







**MASAKI**  
SUSHI

PONELE  
**SUSHI**  
A TU VIDA



 [masaki-sushi.callbell.shop](https://masaki-sushi.callbell.shop)  
 **11-2315-0476**

 [masaki.sushiok](https://masaki.sushiok)  [Masaki Sushi](https://Masaki Sushi)  
 **Talcahuano 3272 - Los Polvorines**



# EL CENTRO DEL INFLABLE

Nº1 en CALIDAD - SERVICIO - LIMPIEZA

**Toro Mecánico**

**Alquiler y Ventas**

**011-4455-1918 / 15-4140-1113**

**[www.elcentrodelinflable.com](http://www.elcentrodelinflable.com)**



**EL TRIGUENO**  
RAMOS GENERALES  
LEÑA - CARBON - FARDO - AVENA - VIRUTA - PLETES GI  
Tel: 4007

LEÑA SELECCIONADA  
CARBÓN ESPECIAL  
INICIADOR DE FUEGO  
BRASERO  
PARRILLA HOGAR  
SET PARRILLERO  
MIEL DE CAMPO  
Y MUCHO MÁS

**4007-5694**  
AV. GRAL LEMOS 2721  
VILLA DE MAYO









## ¿Y POR CASA? ¿CÓMO ANDAMOS?

Llegan las fiestas de fin de año y todos tenemos preocupaciones propias de la época, que en realidad son las de todo el año, más de años anteriores; es decir venimos acumulando cuestiones sin resolver, que en general las dejamos siempre para más adelante o esperamos que un "no se que" nos lo resuelva milagrosamente.

La inminente reunión familiar se convierte en algunos casos, en un padecimiento agobiante que puede causar estados de estrés, ansiedad o mucha angustia.

Las familias han ido cambiando su conformación, de acuerdo a la evolución del enfoque centrado en la persona, donde lo que importa es poder hacer uso de nuestros derechos y libertad de Ser como queremos Ser.

El Ser, toma protagonismo y nos pone a prueba, tanto en el seno familiar, como en el ámbito social, se desestructura el formato de familia tradicional y las variantes y nuevos matices culturales nos convocan a ampliar el concepto de familia.

Tomando como tradicional la familia formada por mamá, papá e hijos de la pareja, podemos ver hoy, para muchas personas, las dificultades de



**LA MORENA**  
Regalaría y Deco

**REGALOS**

**DECORACIÓN**

**SAHUMERIOS  
ACCESORIOS  
DE MODA**

☎ 1526238480

R. KENNEDY Y SUCRE. VILLA DE MAYO



**TDdV**

**Doctora en Filosofía**  
Teresa Driollet de Vedoya

Te propone un espacio de reflexión y aprendizaje

*"No hay hombre posible, sin retiro,  
sin regocimiento y sin soledad"*

**CLASES, CURSOS, GRUPALES Y TALLERES**

Acordar lugares y horarios

11-6134-7753 Bella Vista. San Miguel



**Consultoría Psicológica  
Counseling E.C.P.**

Espacio de escucha y acompañamiento en situaciones de crisis, conflictos, frustración, ansiedad, estrés, miedos, pérdidas, facilitando el cambio, la toma de decisiones, la resolución de problemas, el desarrollo personal y despliegue de potencialidades.

CLR LILIANA FENGLER

CONSULTAS AL ☎ 1134680095

VIRTUALES O PRESENCIALES



## AUSPICIANTES con REFERENCIAS hacen la DIFERENCIA

empatizar con seres queridos que han adoptado un nuevo formato de familia como las ensambladas, monoparentales, homoparentales, extendidas, sin hijos y otras.

Es frecuente escuchar que una crisis o cambio en el curso de nuestras vidas puede significar una oportunidad de crecimiento, pero la realidad es que no es tan fácil en la práctica, y muy útil saber que podemos contar con acompañamiento profesional en el caso de necesitarlo.

Muchas veces creemos que nuestro bienestar y nuestras relaciones, dependen de otros, o que nuestro entorno, hace todo mal para nuestro gusto y anclamos en esta idea sin entrar en detalles. Poder entrar en detalles y observarnos como un integrante mas de nuestra familia, perdonándonos si fuera necesario, revisando nuestro modo de ser en nuestras relaciones, reconociendo nuestras limitaciones y aceptándonos tal cual somos podría ser de gran ayuda para aceptar a los demás.

***¡Tanto las familias como las relaciones,  
se construyen!***

*¿qué les parece? ¿empezamos por casa?  
¡Felices y armoniosas Fiestas!*

**Clr Liliana Fengler**

Fuente: Dora Davison. Familias ensambladas  
María Elena López. Inteligencia Familiar



# Centro de estética

CENTRO MÉDICO RIVADAVIA

TRATAMIENTOS CORPORALES

TRATAMIENTOS FACIALES Y CAPILARES

PLASMA RICO EN PLAQUETAS

DEPILACIÓN DEFINITIVA

ORIENTACIÓN NUTRICIONAL

MASAJES

📞 Turnos al 116796-4757

📱 Seguin en @Cmr\_estetica

📍 Rivadavia 2236, Los Polvorines







# Clases de **CANTO**




ENTRENAMIENTO EN TECNICA VOCAL  
Y REHABILITACIÓN VOCAL PARA LA  
VOZ DEL DOCENTE, ACTORES,  
PROFESORES, ETC

Muestras en Vivo en Teatro y Grabaciones en Estudio  
Coach Vocal para Eventos y de Estudio

11 3119 2309 

@andrea\_antoniow 

ANDREA ANTONIOW. COACH VOCAL 



**SHOWS MÚSICA EN VIVO**  
EVENTOS SOCIALES Y CORPORATIVOS  
JAZZ Y BOSSA NOVA TANGO Y FOLKLORE  
MUSICA LATINA MUSICA RETRO GÉNEROS VARIADOS  
CONTRATACIONES AL  
**1131192309**






**FARMACIA**


Tarjetas de Crédito y Descuentos por pago en efectivo  
PAMI - OSDE - MEDICUS - SWISS MEDICAL Y OTRAS

**4463-8179** ATENCIÓN PROFESIONAL

Av. Pte. Perón 897 (ex. Av. Maipú esq. Marañón) Villa de Mayo




OPTICA  
**"Amanecer"**

Salud visual  
OPTICA ESPECIALIZADA  
LENSES DE CONTACTO  
MULTIFOCAL

AV. PTE. PERÓN 842 (EX. MAIPU)  
VILLA DE MAYO

**1553070140**  
**1526237852**

**Alejandra Rosica**  
TÉCNICA SUPERIOR EN PODOLOGÍA  
M.N. 4801 M.P. 2213/77



SALUD PARA  
TUS PIES

TURNOS Y CONSULTAS  
**1162086902**

**Viviana**

Servicios de  
COSMETOLOGÍA  
PELUQUERÍA UNISEX  
MANOS Y PEDICURÍA  
MAQUILLAJE SOCIAL



Atención a domicilio

¡Pedí tu cita!

**15 3259-8050**

## Blue light CUT

*Lo más novedoso y eficaz para la prevención de los defectos de la luz azul nociva.*

*¿Qué es la luz nociva? Es aquella irradiada por dispositivos de luz led como teléfono celulares, Tablet, pantallas, sistemas de videos, juegos, etc.*

*EL PROBLEMA: la exposición prolongada a estas ondas de luz azul puede causar a corto plazo fatiga visual, visión borrosa, sequedad en los ojos e insomnio por lo que a largo plazo puede causar daños permanentes en la retina*

*LA TECNOLOGIA: los lentes blue light CUT están compuestos por un monómero que bloquea la luz [HEV]*



## AUSPICIANTE con REFERENCIAS hacen la DIFERENCIA

*azul y las partículas de corte que están incorporadas en la masa del lente haciendo que nunca disminuya su propiedad filtrante, como puede pasar en los lentes sin este tratamiento*

**BLUE LIGHT CUT:** corta los violetas y los azules del espectro visible más perjudiciales para la retina, pero a la vez permite la entrada de luz azul-turquesa esencial, que ayuda al bienestar general, regula el ciclo del sueño, desempeño cognitivo y el reflejo pupilar.

*Es la única tecnología que alcanza a filtrar hasta los rayos 420N.M del espectro visible sin alterar la percepción del color. Esta es la razón por la cual aseguramos que es la mejor lente para prevenir los efectos de UV.*

*También brinda protección en anteojos progresivos, a diferente distancias de lejos, intermedio, cerca.*

**Ana Maria Gonzalez - Salud Visual**  
**Optica “Amanecer”**



**El Rapido 2**  
**MARIO OLIVO**  
**DESTAPACIONES**  
COCINAS - LAVADEROS - CLOACALES - PLUVIALES  
**FUMIGACIONES**  
VIVIENDAS - FABRICAS - COMERCIOS  
**15-4082-7799**  
**11-6384-5306**



**VIDRIERÍA**  
Darío Cristal

- VIDRIOS
- ESPEJOS
- POLICARBONATOS
- TECHOS DE VIDRIOS
- MAMPARAS DE VIDRIO TEMPLADO
- CUADROS
- CARMELEROS
- PECERAS

**15 4403 6991**  
SAN MARTÍN 1297 ESQ. SAN IGNACIO, LOS POLVORINES  
ruben@barrios.com



**ELECTRICISTA**  
**MARIN**  
\*AL ARMAS\*  
Instalaciones  
Domiciliarias - Industriales  
**15-4498-6158**



Crear redes, dándonos una mano  
y así TODOS GANAN!



ESPACIO LIBRE Y GRATUITO

Si conoces o necesitas cubrir un  
puesto de trabajo en tu empresa, un  
ayudante para tu oficio, un socio o  
inversor para tu proyecto, etc...

Este espacio es para vos.

## Pastillas de cloro

5 pastillas triple  
acción (1 kg)



Comuníquese al



11 4025-2798

A un precio de  
**¡\$5.000!**

Con la compra de 5  
kg o más envío  
gratis

Mantene limpia tu pileta  
todo el año



**Envíos a domicilio**



**FLETES JULIO**

SE HACEN TODO TIPO DE VIAJES

**RÁPIDO Y SEGURO**

- VIAJES LOCALES
- A LA COSTA
- REPARTOS

**1159816915**

CAMIONETA SPRINTER

MEJOR PRECIO ASEGURADO

**JORGE MARIANI**

**CORTINERO CERRAJERO**

**15-6175-2673**

**URGENCIAS**

SERVI HOUSE

- Carpintería metálica y en mac.
- Mosquitero.
- Soldadura.
- Reparaciones.
- Motorización de cortinas.

PUERTAS BLINDADAS

ANOS DE SERVICIO EN LA ZONA

**ATMOSFÉRICO**

**"El Gringo"**

de Carlos Ledesma

- DESAGOTE DE POZOS
- CÁMARAS
- DESTAPACIONES DE CAÑERÍAS

Contactanos

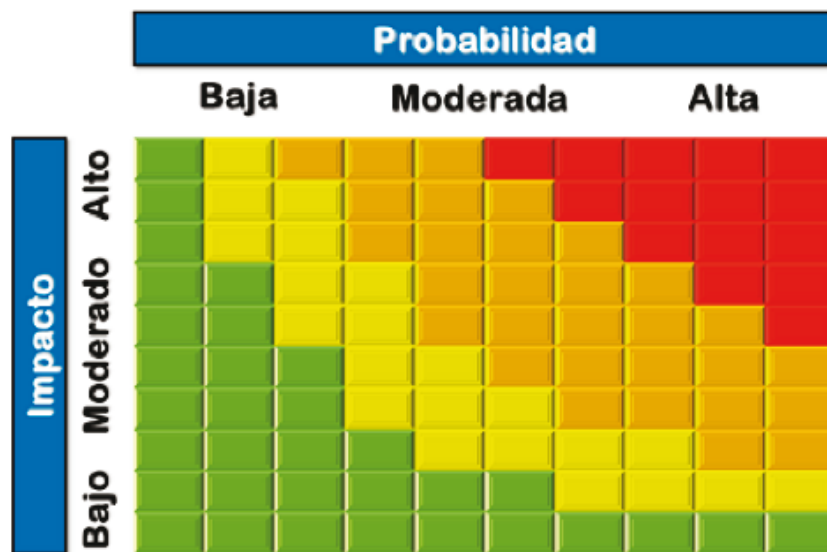
**4463-7912**

**15 5020-6415**

# Percepción del riesgo

Por Mariano Durlach

## MATRIZ DE RIESGO



Nuestra percepción del riesgo de alguna situación tiene que ver con la probabilidad de que ocurra el hecho en cuestión y el grado de impacto o daño que pudiera generar.

Un terremoto en la ciudad de Bs As sería devastador pero no lo vemos como un riesgo porque la probabilidad de que ocurra es casi nula.

Para ilustrar o visualizar un mapa de riesgo usamos zonas identificadas por colores.

Si el hecho a evaluar cae en la zona roja tendremos que pensar en las acciones necesarias para mitigarlos, o preferentemente prevenirlos para que al bajar su probabilidad el riesgo baje.



## AUSPICIANTE con REFERENCIAS hacen la DIFERENCIA



CLASES DE  
MATEMÁTICAS  
LENGUA  
INGLÉS  
DERECHO  
FÍSICA  
HISTORIA  
BIOLOGÍA  
CBC  
Tutorías WhatsApp  
TRADUCCIONES PÚBLICAS  
aliciasvillegas@yahoo.com.ar  
1168282391

Mariano Durlach  
**COACH FINANCIERO**  
Asesoramiento en planificación financiera personal.  
 **11-5459-0457**  
mariano.durlach@gmail.com  
  
*"Los partidos empiezan en el entrenamiento; la jubilación en la juventud"*



www.consentirte.com.ar  
CONSENTIRTE SRL  
**ENFERMERAS  
CUIDADORES**  
Y ASISTENTES DE SALUD  
CONSULTAS AL  
consentirtosalud@gmail.com  
11-4175-7570 / 15-40493383 / 11 3573-2393

Los que caen en zona verde son aquellos que por su baja probabilidad de ocurrencia o porque su impacto es mínimo nos invitan a no descuidarnos trabajando en la prevención para que no se corran los indicadores.

Los riesgos moderados, los que caen en las zonas intermedias, pueden ser los más traicioneros o los que más trabajo nos dan a quienes asesoramos en la prevención y en el aporte de soluciones. El caso del Seguro de Vida es muy curioso porque la probabilidad de ocurrencia de la muerte es del 100%. De hecho es el único riesgo en seguros que sabemos que sí o sí va a ocurrir.

Lo que a cada persona le puede mover el indicador es la percepción del daño de acuerdo al momento en que ocurra. Para una familia con muchas reservas financieras, el impacto será obviamente menor que para otra que no tiene nada y no será el mismo si los hijos ya son independientes que si tienen toda una educación por delante.

Podría poner montones de ejemplos para invitarte a que ubiques el riesgo de un fallecimiento o una incapacidad en la matriz, pero creo que el que más te va a servir es que vos identifiques el tuyo y el de tu familia.

Podés preguntarte ¿cuál es el impacto de mi muerte o una enfermedad grave en este momento en las finanzas de mi familia? y ¿qué probabilidades hay de que ocurra?



•No te pierdas las próximas fechas de cata•

# SARAVÍ GIN



BUENOS AIRES - PILAR

## Destilado Artesanal

REALIZADO EN LOTES DE 12 BOTELLAS,  
CON UNA SELECCIÓN DE HIERBAS Y CÍTRICOS,  
LOGRANDO INTENSO AROMA Y SABOR EQUILIBRADO!

Eventos y Catas

Contacto 11 2797-6711



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



**ASESORAMIENTO TÉCNICO**



CONSTRUCCIONES  
**TLR**

- AMPLIACIONES - CERRAMIENTOS
- HERRERIA - ELECTRICIDAD
- ALBAÑILERIA - YESERIA
- PINTURA - PLOMERIA
- HORMIGON - ARMADO - DURLOCK
- TECHOS DE TEJA Y CHAPA.

**1168459497**

**CRISTIANCONSTRUCCIONESTLR@HOTMAIL.COM**

NUEVO  
**DUEÑO DIRECTO**

**ALQUILER  
DE VERANO**

**CASA**  
7 plazas



+ INFO

**1133591400**



Zona CUBA - Los Polvorines

Suípacha 2641 e/Artigas y  
Congresales



**¿NECESITAS COMPRAR  
VENDER O ALQUILAR?**

VIVÍ CON NOSOTROS UNA EXPERIENCIA ÚNICA

**11 5951-1429**

**11 4044-1257**

**@bencepierespropiedades**

[ventas@bencepierespropiedades.com](mailto:ventas@bencepierespropiedades.com)

**B**

**BENCE PIERES**  
PROPIEDADES

**Alquiler PINAMAR**  
*Vacaciones de Verano'24*

Casa en Pinamar Norte, a 4 cuadras del mar

**DISPONIBLE**  
2DA QUINCENA ENERO  
Y 2DA DE FEBRERO



**JARDÍN CON  
PARRILLA**




**4 DORMITORIOS  
3 BAÑOS**




Living , comedor , cocina, lavadero, 4 dormitorios  
3 baños. Jardin con alambrado perimetral ,  
parrilla. Alarma wi-fi, tv x cable, gas natural.

Contacto Ana  
**1157531004**





 **LLAMANOS Y CHARLAMOS**  
 Hospital de Trauma Federico Abete  
 Pablo Nogues

Ana: 11 3603 7869  
 Mary: 11 3019 2325  
 Dani: 11 6941 0576

**Voluntariado**

**Neonatología y Pediatría**

¿Querés sumarte a esta linda tarea?  
 Te proponemos 1 día por semana 2 horas

**Hospital POLO, de agudo  
 en Malvinas Argentinas**

**NECESITAMOS:**

- **REMEDIOS PARA CARDIACOS Y DIABETICOS.**
- **PAÑALES PARA ADULTOS.**
- **ENSURE, ALIMENTO PARA ADULTOS MAYORES.**

*Gracias, las "Damas de Rosa"*

**M. Esther 11 3558 1797**  
**Cecilia 11 6459 6499**




[www.buceosinbarreras.org](http://www.buceosinbarreras.org)

**INCLUSIÓN  
SOBRE Y  
BAJO EL AGUA**

**AYUDANOS A HACERLO POSIBLE**  
**VOS TAMBIÉN PODÉS APADRINAR**  
**CON APORTES DESDE \$400**

**DATOS**  
 Mercado de Pago. Alias:  
 buceo.sin.barreras  
 Titular: Asociación Civil La Amalgama  
 Cuenta Corriente en Pesos  
 0733301151

**GRACIAS!**

A tu colaboración se realizó una nueva  
 jornada inclusiva de la ong Buceo Sin  
 Barreras para personas  
 con y sin discapacidad.  
 Cumplieron juntos su sueño de bucear.  
[buceosinbarreras.inscripciones@gmail.com](mailto:buceosinbarreras.inscripciones@gmail.com)

 Facebook fan page  
 buceosinbarreras



ARRANCAMOS  
EL 18 DE  
DICIEMBRE

2 A 4  
AÑOS

# AVENIRAS DE AVENIRAS DE AVENIRAS

## COLONIA RODANTE DE VERANO

CLASES DE NATACIÓN INCLUIDAS, FESTEJO  
DE CUMPLES Y MUCHA DIVERSIÓN!



**INSCRIPCIONES**

**PROFE AGUS ☎ 11 6155-9402**

✦ EXCLUSIVO DE LOS CUATRO BARRIOS ✦

Que esta Navidad te envuelva en amor



¡Felices Fiestas!

ilusión y momentos inolvidables



@civha.hospitalarios

DESDE LA PATAGONIA A  
TODO EL PAÍS



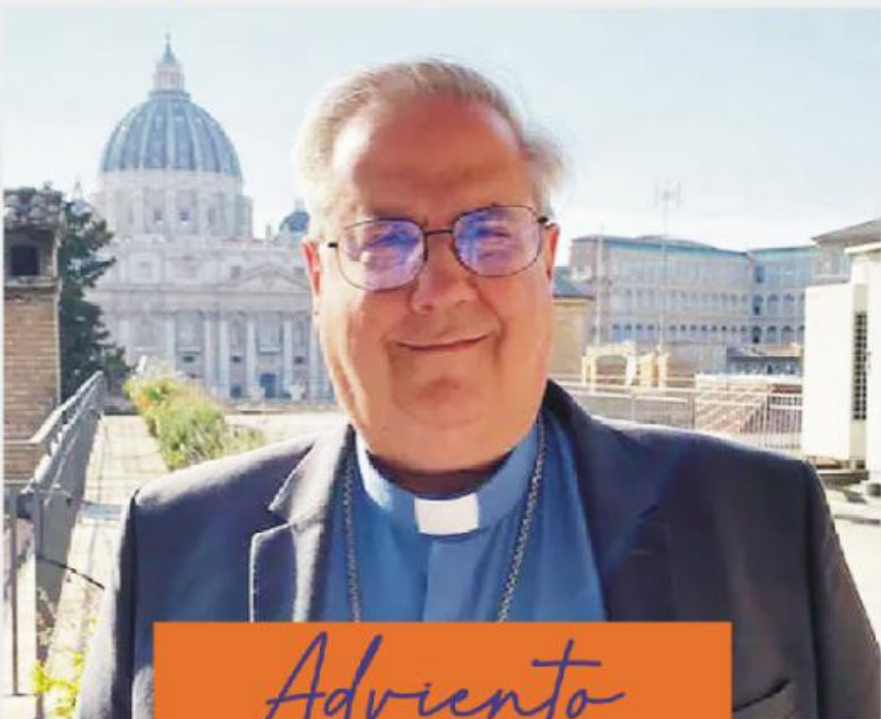
*Alma Silvestre*  
Cosmética 100% Natural

*"En armonía con nuestro cuerpo y nuestro planeta"*

Contáctanos  [\\_ALMASILVESTRE.\\_](#)  294 439-8844



ENCUENTRO CON EL CARDENAL ÁNGEL ROSSI SJ



*Adviento*  
TIEMPO DE ANUNCIAR  
LA ESPERANZA

14 DIC | 19 hs



Juncal 1160, CABA

**RESERVÁ TU LUGAR AQUÍ**

O POR WHATSAPP AL +54911 3763 5864



Manos abiertas  
Buenos Aires

# ARTESANIAS WICHI

Venta de Productos Autóctonos

Ayudemos a nuestros hermanos del  
Monte del Chaco Salteño - Argentina -



CAMINOS DE MESA



CANASTOS



CAMINOS DE MESA



ADORNOS COLGANTES



Bolsos almaceneras



ADORNOS COLGANTES

**Contacto: María Esther Basualdo**

**Whatsapp: 11 3558 - 1797**