

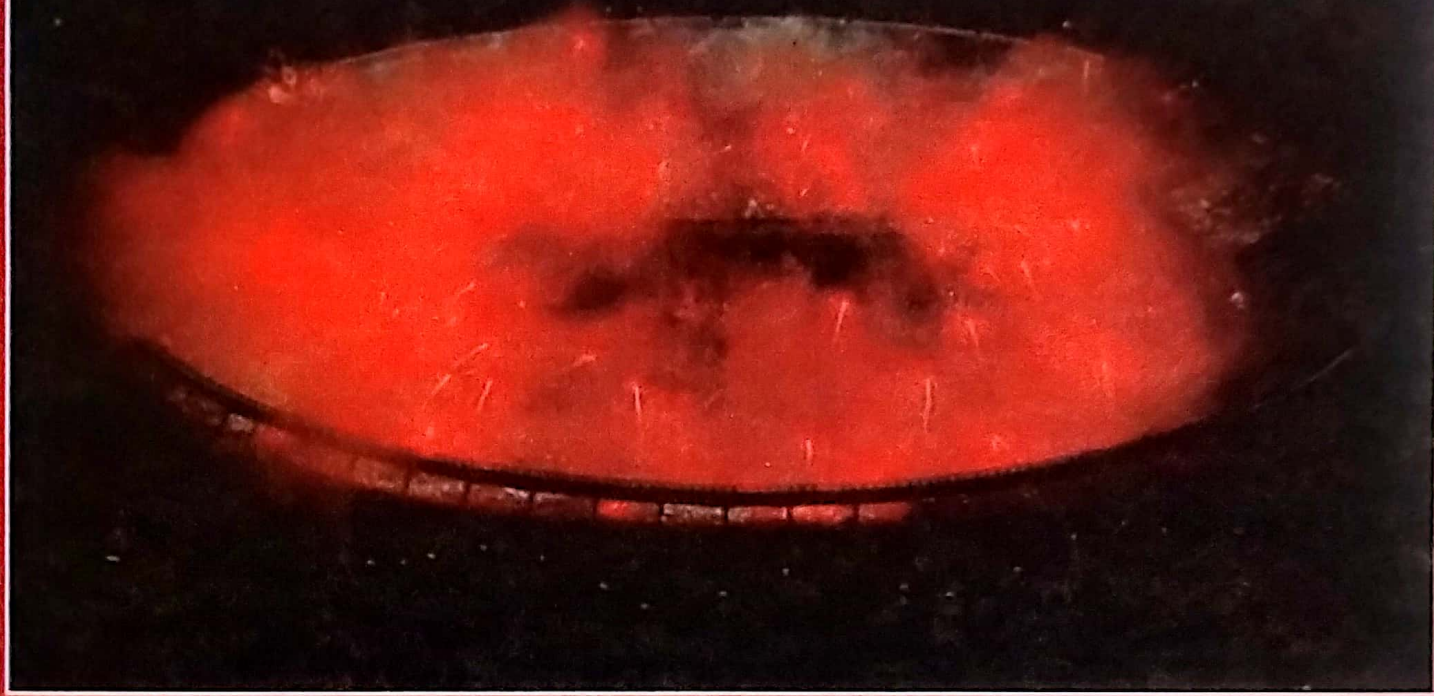
Revista

Año 24 • N° 129

**SIEMPRE RIVER**



# RIVER PASION



# BONANNO

P R O P I E D A D E S

**“Servicio Inmobiliario Personalizado”**

**VENTAS - ALQUILERES - TASACIONES**

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



# 11-3048-8008

**MIGUELETES 1984**  
**BELGRANO**  
**4787-5533**



**HORARIO**  
**LUNES a SABADO**  
**8 a 20 Hs.**

**ENVIO a DOMICILIO**  
**MINIMO de ENTREGA: \$ 10.000.-**

**PRECIOS BAJOS TODO**  
**EL AÑO SIN ENGAÑOS**

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

**JUBILADOS**  
**15% DESCUENTO**

**LUNES a SABADOS**  
**SOLO CON PAGO EN EFECTIVO**  
**EN TODOS LOS PRODUCTOS**

**SE ACEPTAN TARJETAS**  
**DEBITO - CREDITO**

**DICIEMBRE 2024**

<b>LECHE TREGAR</b> <small>LARGA VIDA</small> <b>ENTERA y DESCREMADA</b> <b>1 LITRO \$ 1600</b>	<b>QUESO TYBO</b> <b>1° CALIDAD</b> <b>X 200 Grs. \$ 2290</b>	<b>PORT SALUT</b> <small>Light Con y Sin Sal</small> <b>CASTELAR</b> <b>X 100 Grs. \$ 850</b>	<b>DULCE de LECHE</b> <b>PUNTA DEL AGUA</b> <b>X 400 Grs. \$ 1900</b>
<b>JAMON COCIDO</b> <b>BOCATTI</b> <b>X 100 Grs. \$ 1740</b>	<b>CREMON CREMOSO</b> <b>LA SERENISIMA</b> <b>X 100 Grs. \$ 849</b>	<b>JAMON COCIDO</b> <b>PALADINI</b> <b>X 100 Grs. \$ 1100</b>	<b>MOZZARELLA</b> <b>DOM TIN</b> <b>X 100 Grs. \$ 790</b>
<b>JAMON CRUDO</b> <b>LOBERIA</b> <b>X 200 Grs. \$ 3590</b>	<b>QUESO</b> <b>VENEZOLANO</b> <b>X 100 Grs. \$ 850</b>	<b>J.COCIDO NATURAL</b> <b>LOBERIA</b> <b>X 200 Grs. \$ 1700</b>	<b>DULCES ESNAOLA</b> <b>MEMBRILLO-BATATA-CHOCOLATE</b> <b>X 100 Grs. \$ 390</b>
<b>SALAME MILAN</b> <b>EL SALTEÑO</b> <b>X 200 Grs. \$ 2420</b>	<b>PAN EN REBANADAS</b> <b>BLANCO DELI PAN NEGRO</b> <b>\$ 1700 X 380 Grs. \$ 1900</b>	<b>CREMOSO</b> <b>CASTELAR</b> <b>X 100 Grs. \$ 730</b>	<b>BONDIOLA</b> <b>LOBERIA</b> <b>X 200 Grs. \$ 3700</b>
<b>GRUYERE</b> <b>CASSINI</b> <b>X 100 Grs. \$ 2290</b>	<b>PRE-PIZZAS</b> <b>PAN y PAN</b> <b>X2 UNIDADES \$ 2000</b>	<b>HUEVOS de GRANJA</b> <b>BLANCOS MAPLE</b> <b>X 30 UNIDADES \$ 6000</b>	<b>QUESO RALLADO</b> <b>X 100 Grs. \$ 1800</b>
<b>PAPAS FRITAS</b> <b>COPETIN</b> <b>X 150 Grs. \$ 1900</b>	<b>MAR del PLATA</b> <b>X 100 Grs. \$ 1310</b>	<b>QUESO BLANCO</b> <b>MILKAUT</b> <b>X 100 Grs. \$ 970</b>	<b>“Pone en manos de Dios</b> <b>todas tus obras y tus</b> <b>proyectos se cumplirán”</b> <b>LA BIBLIA Proverbios 16:3</b>
<b>RICOTTA</b> <b>SEMI-MAGRA</b> <b>X 100 Grs. \$ 280</b>	<b>J.COCIDO 42</b> <b>LOS CALVOS</b> <b>X 100 Grs. \$ 1170</b>	<b>PALETA COCIDA</b> <b>LOBERIA</b> <b>X 200 Grs. \$ 1320</b>	
<b>QUESO AZUL</b> <b>CASSINI</b> <b>X 100 Grs. \$ 1390</b>			

**PRECIOS VALIDOS HASTA AGOTAR STOCK**

Dr. RAFAEL M. A. LANZILOTTI  
ABOGADO - ESCRIBANO  
CIVIL - COMERCIAL - LABORAL - PENAL

Lavalle 1290 Tcalchano 464  
7° P. • Of. 706, 707 y 708 • Cap. Fed. 3° P. "A" • Cap. Fed.  
Tel./Fax: 4382 - 3780 Tel.: 4372 - 1314  
rafaellanzilotti@yahoo.com • Cel.: 15 - 3146 - 7470

**CLASES PARTICULARES  
DE QUIMICA NIVEL  
SECUNDARIO - CBC**

CLASES A DOMICILIO VIRTUAL  
EN GRUPO O INDIVIDUAL



**TEL.: 3484319385**



Christian J. Caffaro - Mariana Morales

**ABOGADOS**

Asesoramiento Integral PyMEs -  
Desarrollos Inmobiliarios - Sucesiones -  
Familia - Derechos del Trabajo

Dr. Christian J. Caffaro  
Tel: 4700 0109  
christiancaffaro@gmail.com

Dra. Mariana Morales  
móvil: 15 4073 3488  
marianamorales\_80@yahoo.com.ar

Martín rodriguez 1433 - (B1607ADM)  
Villa Adelina - Buenos Aires.

**PROFESORES**

• Te preparan para tus exámenes •  
• Todas las materias •  
• Inglés y Portugués •

**4782-1897 • 4780-5299**

• **LIBRERÍA LAS AMÉRICAS** •

Todos los Productos

COMERCIAL - ESCOLAR - ARTÍSTICA - LIBROS

NOS MUDAMOS A SUCRE 1407

 @librerialasamericas



PARA PUBLICAR SU AVISO COMUNIQUESE AL 15-5140-9375 ó POR MAIL: [patriciodefrancesco@gmail.com](mailto:patriciodefrancesco@gmail.com)

# DEBACUS

ZABALA 1615, CABA.



EMPANADAS GOURMET, PIZZAS  
NAPOLITANAS, TAPAS



VINOS BOUTIQUE Y CERVEZAS



☎ 15-5877-4855 📷 LACASA\_DEBACUS



**PEDIDOS**

**DELIVERY**

W UPP: 11 6285 9830

TEL: 4788 3065

**VIANDAS ESPECIALES**

**LA ROTISERIA MAS**

**CONOCIDA DEL BARRIO**

# LA PEDRERA

**Un clásico en Saavedra**

Pizzería, Minutas, Pastas y Cafetería

**PARRILLA AL CARBÓN**

4703-5329

Larralde 2999 (Esquina Conesa)



la pedrera

**NUEVO SITIO: [www.belgranopais.com.ar](http://www.belgranopais.com.ar)**



# FUTSAL RUMBO A LA PRIMERA

En 2024 se rompió la maldición que hace 5 años vivía el futsal y River volvió a primera división. Con una gran campaña (23 victorias, 5 empates y 6 derrotas) el equipo ascendió de forma directa al conseguir el primer puesto de la categoría. Entrevistamos a uno de los referentes de este glorioso equipo, Martín Persec.

## Martín Persec: Símbolo del futsal masculino

**Siempre River:** Que semestre Martín, volviste y obtuvimos el ascenso ¿Qué sensaciones te dejaron estos meses?

**Martín Persec:** Fue una alegría enorme. Me había tocado estar en 2022 y quedamos en las puertas del ascenso. Solo pude jugar 6 meses por tener compromisos en Italia me tuve que volver y me había quedado esa espina. Este semestre sabía que no podía escapar, así que muy contento de haber logrado el objetivo.

**S.R.:** ¿Cuál fue la clave de este año para poder lograr el regreso?

**M.P.:** Yo creo que como nunca estuvimos muy unidos las tres patas, dirigentes, jugadores y cuerpo técnico. También se acercó Mariano Muñoz de Mar-Plast, padre de uno de los chicos de inferiores y colaboró mucho en la disciplina. Se generó una energía muy linda. Ni hablar del equipo, un grupo muy bueno tanto adentro como afuera de la cancha. Hablando específicamente de lo futbolístico la clave fue la regularidad que tuvimos y el nivel parejo de los jugadores. Creo que a diferencia de los demás equipos, nosotros teníamos más recambio, y ahí marcamos la diferencia. Prácticamente, hacíamos cambios, rotaciones o básicamente teníamos una baja por lesión o por acumulación de tarjetas y el equipo nunca lo sentía. La unión general de todas las partes y la regularidad y lo parejo del plantel.

**S.R.:** De todas tus etapas en el futsal del club, ¿Cómo describirías cada una?

**M.P.:** El otro día estaba haciendo cuentas y jugué como 11 años en el club. En la primera etapa me tocó más destacar en lo individual, de hecho pude salir goleador de la Liga Argentina en dos ocasiones, tuve una mención en los premios Alumni.

En la segunda etapa se dio el logro de la Copa Argentina, que fue algo único, de todos los campeonatos que me tocó ganar fue el más significativo por ser con la camiseta que más amo.

Y en esta tercera etapa tuve otro rol, un rol más de líder. No se si fue el rendimiento individual que

más esperaba, pero me tocó acompañar, obviamente que cuando me tocó jugar lo hice y estuve a la altura, pero otras veces me tocó quizá no tener tanto protagonismo y tuve que aprender a eso, y siempre ser positivo para el equipo. Las tres etapas tienen tres enfoques distintos, tres cosas lindas y positivas para decir que aprendí.

**S.R.:** ¿Hay pilas para más con la banda en el pecho?

**M.P.:** Si hubiese pilas para seguir jugando la prioridad siempre va a ser la banda en el pecho porque me gusta hacerlo, me gusta representar al club en la situación que este, sea primera o segunda o la copa argentina o lo que toque. Creo que hoy es un momento de disfrutar lo que se logró, descansar, recargar las pilas y pensar bien los próximos pasos a dar porque uno cada vez está más grande y prioriza también otras cosas más allá del futsal y lo deportivo. Seguramente vamos a hacer el mayor esfuerzo para seguir y poder estar el año en la máxima categoría y poder disfrutar eso que tanto costó.

Desde Siempre River queremos FELICITAR a este plantel que nos lleva de nuevo a Primera y queremos destacar la labor de la Comisión de Futsal que esta compuesta por gente enferma de River y que deja su vida para ayudar a este deporte en todas sus categorías, sea masculino o femenino. Nosotros sabemos todo lo que ellos han sufrido estos años y ahora es el momento de disfrutar. FELICITACIONES DE CORAZON.

Muchas felicidades al Plantel Aguirre, Broggia, Vatter, Arauz, Persec, Curpyk, Torres, Maciel, Vidal, Leichner, Romero, Barrionuevo, Escande y Ferreira. Muchas gracias al Director Técnico Mauro Riente





# SANCION RIDICULA DEL GOBIERNO DE MACRI

Después de la Descomunal Fiesta realizada por la gente de River en la semi vs. Mineiro, sufrimos la sanción del Gobierno de la Ciudad. Este gobierno macrista históricamente esta en contra de River y no nos sorprendió en nada que nos sancionen.

No entendemos la sanción y mucho menos lo de san-

cionar una tribuna como si en el resto no hubiese habido bengalas. En fin, un papelón más de este gobierno que era el mismo cuando dejaron liberada la zona en 2018 y los hinchas de River atacaron al micro de boca.

Fue el Gobierno de la Ciudad y el de la Nación (Macri era presidente) los que armaron todo para que la final no se juegue en el Monumental. Y es esa misma gente con algún cambio de nombres la que dictamina esta sanción papelo-nesca ante una salida maravillosa de River.

Aclaremos que también estamos en contra de la sanción a Racing y también estaríamos en contra si sanciona-ran a boca por esto. Los poderosos sancionan y después utilizan las brillantes salidas de River en publicidades de eventos deportivos. La hipocresía de siempre con salarios abonados por todos nosotros, los contribuyentes.

# YO QUIERO A MI BANDERA: HOMENAJE A PURO TRAPO

Estos últimos meses quien haya visto la tribuna en River reencontró banderas que se extrañaban en un pequeño gran homenaje. Por ello, nos acercamos a los amigos bandereros para que nos cuenten un poco.

"Esta idea surgió como homenaje a las banderas que dejaron de venir, sea cual sea, el motivo, como cumplir un ciclo o rendir homenaje a la gente que dejaron de venir. También hay homenaje a gente que falleció y alientan desde la tribuna más alta, como el caso de "Panter" o el caso de un amigo y compañero como Hugo de "River y nada mas" ó Ricardo de Villa Fiorito o como pasó hace poco, Julito de Villa Bosch "

Las banderas homenajeadas son las de "Bob Marley", "River es el país", "Querandíes", "Un amor como el nuestro no debe morir jamás", "Floresta", "River y nada más", "Los parques", "Calzada", "El bajo San Isidro", "Garín es de River", "V. Fiorito", "Panter", "Depeche Mode", "Virreyes es una banda " y "Varela ". Aprovecharemos las últimas

fechas del torneo de local para seguir con la movida"

"La bandera de Bob Marley la pusimos dentro de la Sivori Baja por su tamaño. La de River es el país la pusimos para la San Martín Alta por las dimensiones, las otras las pusimos atrás del arco."

"Le dedicamos mucho amor y tiempo a todo esto, no se cobra nada, solo es a pulmón colaboradores del club y entre todos nosotros. Cada uno, cada bandera tiene su lugar en el Monumental."

"Nosotros organizamos el guardado de banderas, laburo complejo con un empadronamiento de cada bandera con los requisitos que te piden, ya son más de 700, esto a pedido de autoridades del club y de control. Es un compromiso muy serio"



tor tiene 194 escalones, pero por suerte también hay ascensor. Se puede visitar de lunes a viernes de 8.00 a 14.45hs. El acceso al museo y al mirador es gratuito.

**10. Puerto de Mar del Plata y Reserva de Lobos Marinos: Mariluz 2221**

El puerto es una de las principales atracciones turísticas de Mar Del Plata, con un paseo comercial y locales gastronómicos en los que se puede disfrutar de los mejores pescados y mariscos, lindas vistas y la reserva de lobos marinos. Es un clásico que visitan todos los turistas que pasan por la ciudad. El dato: Chichilo y Santa Rita son dos restaurantes clásicos del lugar.

**11. Crucero Anamora: Mariluz II esquina ESA Abate**

Conocer una ciudad desde el agua es una experiencia maravillosa, y el Anamora es el único barco turístico de Mar del Plata realizado completamente en casco de acero, y con capacidad para 300 pasajeros. Si van con niños, ¡van a disfrutar doblemente este paseo! Si hacen el paseo por la tarde, podrán ver el atardecer desde el mar. El dato: hay paseos sábados, domingos y feriados a las 11:30 y 16 hs. El paseo dura 1:10hs y el ticket que se saca en boletería.

**12. Bosque Peralta Ramos: Mario Bravo 2102**

El Bosque Peralta Ramos es un barrio residencial y una reserva forestal con 450 hectáreas a las afueras de Mar del Plata. Se puede encontrar vegetación como pinos, eucaliptos, nogales, magnolias y jazmines, y animales como 115 especies de aves, liebres, ratones, cuisas, comadrejas y zorrinos. En este bosque hay varias joyas ocultas que podrán descubrir al recorrerlo como el restaurante El Descanso del Marino que está ambientado como un barco, la casita de té La Cabaña del Bosque y hasta una heladería. El dato: los fines de 15 a 18 hs., hay una hermosa feria artesanal.

**13. Surf y parapente**

Aprovechá tu visita a La Feliz para hacer una actividad completamente diferente, como aprender a surfear o volar en parapente. La experiencia de surfear las olas de Mardel o sobrevolar el mar es única e indescriptible. ¡Algo interesante es que incluso los niños pueden disfrutar de estos deportes! El dato: ambas actividades funcionan todo el año, cuentan con equipo de seguridad e instructores.

**14. Granja Las Dos Marías: Ángel Vargas 10060**

Un paseo que no falla para hacer con chicos en Mar del Plata, es ir a la granja Las Dos Marías. Ofrecen visita guiada, desayuno, almuerzo y también, se puede alimentar a los animales, y llevar el mate para pasar una jornada en la naturaleza. Hay vacas, ovejas, gallinas, cerdos, patos y caballos. El dato: los fines de semana hay actividades especiales y shows. Se puede visitar de lunes a viernes de 7 a 17hs. sábados y domingos de 11:30 a 19hs.

**15. Bicitarte**

Bicitarte es una forma diferente de recorrer la costa y descubrir sitios históricos, bosques y pequeños tesoros que esconde la ciudad. Los recorridos están diseñados para todas las edades y sólo se requiere una aptitud deportiva mínima para recorrer Mar del Plata en bicicleta de forma grupal. Al anotarse en esta actividad, los participantes reciben una bicicleta Mountain Bike rodado 29, un casco, agua, un snack saludable, seguro y la compañía de un guía en todo el recorrido. Hay salidas todos los días por la mañana y por la tarde; y se ofrecen cuatro experiencias: dos recorridos hacia el norte de la ciudad y dos hacia el sur, ambos en sus versiones cortas y largas a través de las cuales se pueden visitar las principales atrac-

ciones naturales y tienen una duración de entre 2 y 3 horas, según sea la versión que se elija. El dato: no sólo recorren Mar del Plata, sino también otras localidades como Miramar.

Consultar en sus redes sociales por próximas salidas y puntos de encuentro.

**16. Aerópolis Parque Aéreo: Jorge Newbery 5100**

Este parque aéreo es un plan ideal en Mar del Plata para hacer con chicos y adolescentes. Aerópolis está en un bosque de pinos de más de 40 años, con una atmósfera en la altura que permite sentir que uno vuela en las copas de los árboles! Cuenta con más de 39 puentes colgantes y 3 circuitos de diferente dificultad en tres niveles de altura, y 4 circuitos de tirolesas. También hay un muro de escalada de 12 metros con el sistema americano Trublue con frenado magnético donde sos vos el que manejas tu escalada y tu descenso rapel. El dato: hay pases a precio promocional para Aerópolis y Aquópolis, pero el parque acuático sólo abre en temporada de verano. Abre todos los días de 11 a 19hs. Entradas desde \$8000

**17. Tienda Los Gallegos: Rivadavia 3050**

Este fue el primer shopping de Mar del Plata y es un clásico con marcas de ropa, cine, juegos para chicos y shows. Ideal para pasear un día que el clima no acompañe para ir a la playa, acompañado por un paseo por la Peatonal San Martín que termina en la plaza con el mismo nombre, que tiene el famoso calendario para sacarse fotos, y una bonita feria artesanal. Está justo enfrente del shopping.

**18. Paseo Aldrey Shopping: Sarmiento 2685**

El que supo ser el edificio de la antigua terminal de ómnibus de Mar del Plata, fue puesto en valor y modernizado para transformarse en el Paseo Aldrey, por lo cual más allá de ser un centro comercial, este lugar tiene un importante valor histórico. En este shopping están las principales marcas y también hay cine y juegos para niños, lo que lo convierte en una gran opción para ir todo el año y días de mal clima, pero también para ir después de la playa ya que está muy cerca de la mítica playa Bristol. El dato: dentro de este shopping hay un Espacio Cultural en el que pueden encontrarse distintos tipos de exposiciones durante el año, como por ejemplo de Autos Clásicos. Recomendamos consultar previamente.

**19. Sierra de los Padres y Laguna de los Padres:**

Es increíble que a sólo media hora de Mar del Plata y su imponente costa, podamos disfrutar de un paisaje serrano. Sierra de los Padres, perteneciente al Sistema de Tandilia (el plegamiento más antiguo del mundo), está a 150 metros sobre el nivel del mar. La zona está llena de distintos tipos de árboles autóctonos y exóticos. Además, allí se hicieron importantes hallazgos arqueológicos, como pinturas rupestres y la Cueva Tixi, en la que se hallaron elementos que se encuentran actualmente en etapa de investigación. En la zona se puede visitar la Laguna de los Padres es un extenso espejo de agua para pasear en bote, pescar, o simplemente tirarse a tomar mates apreciando la naturaleza. El dato: en sus alrededores se encuentra el bosque de araucarias y la Reserva Provincial El Curral, con miles de pájaros.

**20. Bodega Trapiche Costa y Pampa:**

Se trata de la primera bodega argentina con influencia oceánica y se encuentra a sólo media hora del centro de Mar del Plata. Un lugar único en medio de la naturaleza para sumar a unas vacaciones diferentes en la costa atlántica! Se puede hacer una visita guiada por los viñedos y la bodega, conocer su historia, y el broche de oro es la degustación de distintos vinos y mandaje con chocolate. El dato: también hay paseo en sulky y picnic. Abre todos los días de 9h a 17 hs. Con reserva previa, y el precio de la visita es de alrededor de \$18.000 por persona.

PRESENTANDO ESTE AVISO  
10% DE DESCUENTO

**COPISTORE**

Tarjetas personales ~ Sellos ~ Recarga de cartuchos

Impresiones color ~ Anillados ~ Talonario AFIP

Impresiones en Vinilo, Lona, Esmerilados, etc.

Corpóreas ~ Diseño gráfico ~ Folletería

Impresión de planos

Echeverría 1426 (C.A.B.A.)

Tel./Fax: 4782 5494

www.copistore.com.ar

copistore@hotmail.com

info@copistore.com.ar

f/copistore

**PARA PUBLICAR SU AVISO COMUNIQUESE AL 15-5140-9375 ó POR MAIL: patriciodefrancesco@gmail.com**

# ROSITA: SIEMPRE EN EL BAJO BELGRANO

Todos los que vivimos en el Bajo Belgrano conocemos a este lugar de comidas llamado Rosita. Comidas caseras de gran calidad y a precios accesibles hacen que sea una gran referencia a la hora de comer de muchísimos vecinos de la zona.

Lamentablemente de manera muy injusta y arbitraria, este lugar tan querido por todos, fue clausurado por el Gobierno de la Ciudad dejando sin trabajo a más de 10 personas. Hoy en día ya volvió a abrir pero estuvo clausurado cerca de un mes. En estas épocas de crisis es una cachetada enorme difícil de explicar para cualquier comerciante.

Les pedimos a nuestras autoridades que antes de tomar decisiones erróneas como esta

analicen bien la situación porque no es joda cerrar un comercio y dejar sin trabajo a 10 personas. Fue clausurado básicamente porque consideran que cada vez que juega River se juntan decenas de hinchas en esa zona. Quedo demostrado que nada tiene que ver Rosita con esto ya que al estar clausurado se juntaron igual ahí.

Y las autoridades tienen que saber que sino se juntan ahí se juntarán en otro lado. River lleva 85000 personas por partido y los hinchas buscan comer o tomar algo antes de los partidos. Deben buscar todos: autoridades, vecinos e hinchas la forma de convivir sin problema. Los vecinos que se quejan (una minoría con poder) deben entender que la cancha está desde antes que el vecindario y que RIVER es el mas grande del país.

Creemos que sí se armaran lugares especiales para las previas, los hinchas "molestarían" menos a estos vecinos.

Lo importante es que no se cierren comercios que se matan para poder seguir subsistiendo y que como Rosita es muy querido por la gran mayoría de los vecinos.



**Folletos**



**Tarjetas**

## LA IMPRENTA DE TODOS

*Generará más Ventas y Clientes!!*

**IMPRIMÍ CON NOSOTROS**  
**"ASESORAMIENTO COMUNICACIONAL"**  
*Más de 1.000 pymes, emprendedores,  
 comerciantes y empresas confían  
 en nosotros hace 25 años.*



**Stickers**



**Gigantografías  
Vinilo y Lona**

**belgranopais@fibertel.com.ar**  
**@tuimprenta**  
**155-1409375**



**Imanes**



**Vinilos de corte**



**Talonarios**

**NUEVO SITIO: [www.belgranopais.com.ar](http://www.belgranopais.com.ar)**





# VOLEY: SOFIA LONDERO

**River es una parte Muy Importante de Mi Vida**

**Siempre River:** ¿Cómo empezaste con el vóley habiendo hecho básquet antes?

**Sofía Londero:** Siempre me gustaron mucho todos los deportes. Me costó decidirme jugar al vóley como también me costó decidirme jugar al básquet porque tenía que renunciar a un montón de otras cosas.

También jugaba al tenis, pelota paleta, muchas cosas. Me decidí por el básquet en su momento porque me iba muy bien.

Cuando dejo de jugar al básquet a los 17 caí en un bache depresivo de estar haciendo todos los días miles de cosas a pasar encerrada, triste y sin querer hacer nada, por el hecho de temas personales que me hizo cambiar mi vida.

Un día llega mi papa y me dice "subí al auto, vamos a ver un entrenamiento de vóley, agarra el bolso y vamos". Veo que hay un bolso que me compro zapatilla, rodillera y una remera nueva y me lleva a un entrenamiento. Era justo el último entrenamiento de ese año y al verlo me gusto, y ahí al año siguiente arranque a entrenar con ellas. Yo solo había hecho vóley un año en el colegio de pequeña y arrancar un deporte desde cero de grande, cosa que me costó, pero se pudo.

Así que gracias a Dios que tengo unos padres que me apoyan y ayudan en todo, ellos vieron potencial. Y cuando más estaba sufriendo porque dejaba de lado algo para lo que me había preparado toda la vida que era jugar al básquet y que realmente amaba muchísimo ellos me APOYARON DE UNA FORMA INCREIBLE y me dedico al Vóley.

Gracias a que me toca un grupo estupendo para jugar al vóley, me empiezo a abrir más y me meto de lleno en vóley y a los dos meses de estar entrenando ya estaba jugando en el equipo. Yo tenía bastantes condiciones físicas más que técnicas en esos momentos, y fue un entrenador con mucha paciencia, Mauro Holstein, que gracias a él y al equipo, Villa Dora, me sentí cada vez más querida y con ganas y que se podía, y ahí arranque.

**S.R.:** Sabemos que la Pandemia te frustró un pase a Austria y luego viniste a River, ¿Qué te sedujo de venir?

**S.L.:** La pandemia fue muy mala para todos, en especial para los deportistas.

Para todos los que practicamos deportes en equipo fue meses de no poder hacer nada, de no poder tocar una pelota en equipo ni nada. Yo jugaba en la Liga con Villa Dora y veníamos jugando muy bien, el equipo primero en la fase regular y yo con grandes estadísticas, no habíamos perdido ningún partido, super concentradas, yo ya era titular y estaba super contenta. Empieza la pandemia y al siguiente día de estar encerrado en la casa se cierra el país, y menos mal que nos avisaron un día antes porque si no yo quedaba sola en un departamento en Santa Fe, al estar prevenido un día antes pude viajar a estar con mi familia. A partir de ahí, seguimos entrenando online cada uno en su hogar, entrenamiento que se podía realizar en cada lugar, más que nada lo fisi-

co. Todos pensamos que iba a ser rápido y volveríamos pronto, pero la realidad fue otra y todos quedamos afectados. Nadie sabía cuando íbamos a regresar a jugar o competir o, incluso, si seguía la Liga. A los 3 meses se cancela la Liga, y dos meses más tarde al preguntarme que hacer, porque no quería dejar el deporte, me llaman desde Austria para ir a jugar y pudimos cerrar el contrato y todo, pero pasaron dos meses y al estar cerrada la embajada de Austria nunca pude tramitar la visa así que tuve que rescindir el contrato y la oportunidad.

A los dos días, al estar supe triste y con la incertidumbre de como seguirá todo, hasta a nivel país, me empiezan a llamar los clubes de Buenos Aires, que yo lo veía muy lejano porque a mí me costó un montón entender que sí podía y tenía condiciones para seguir. Evalué las ofertas y me decidí por River porque me encantaba el proyecto, me hablaron todos muy bien. Al llegar a River era mucha incertidumbre de protocolos, de qué hacer y que no, pero se pudo manejar todo super bien.

**S.R.:** ¿Cómo ves el nivel de River a nivel metropolitano y nacional?

**S.L.:** Este año nos tocó un cambio fuerte como es un cambio de entrenador, asimismo cambiamos un montón del equipo, ya que se fueron y llegaron muchas compañeras. Estamos en un proceso grande de cambio, muy encaminado la verdad. Nos veo fuerte y nos veo bien, solamente que pasamos por un montón de etapas, muchas bajas, mala suerte en este año de muchas lesiones y todo lo que acompaña eso, como ayuda psicológica por estar mucho tiempo parado al ser tu trabajo profesional. Costó dar el paso para sacar lo mejor posible de la situación. Y ahora pasamos a lo siguiente. Se trabajó lo más que se pudo y supimos "remarla en dulce de leche", o sea salir adelante de todo eso, ya contamos con un equipo super fuerte y aprendiendo entre todas a conocernos una y las otras. Hay que hacer las cosas muy bien, como siempre, pero un poco más.

**S.R.:** ¿Qué es River en tu vida?

**S.L.:** Hoy River en mi vida es algo muy importante, porque si bien hago lo que más me gusta también es mi trabajo. Lo respeto y lo trato de esa manera. Le pongo la seriedad que se merece en mi vida y para mí es una parte muy importante de mi vida. Me siento muy afortunada de estar en un club como River y tener las compañeras que tengo, todos los días aprendo algo desde la más chiquita hasta la más grande. Estoy muy contenta de este lugar donde me toca estar hoy en día, y cada vez que vuelvo a mi ciudad es super lindo y veo las cosas desde otra óptica y uno se da cuenta de los avances que uno tiene, de hacer lo que a uno le gusta y ser el trabajo de una misma.

**S.R.:** ¿Qué proyectos tenes con el vóley a futuro??

**S.L.:** Proyectos personales tengo varios, pero también tengo el dicho de "las cosas no se dicen hasta que se cumplen", o al menos así me manejo yo, tanto con mi vida personal como el club. La idea es tener un equipo bien armado, un equipo seguro de sí mismo, un equipo donde te puedas apoyar para conseguir los resultados individuales y grupales para que los resultados e puedan dar. A corto, mediano te puedo decir que es llegar a las finales, darlo todo e intentar ganar de la mejor manera. También tenemos objetivos personales como recuperarse de las lesiones, poder estar al 100% y tratar de dejar a la institución y a nosotras en lo más alto, donde todos apuntamos a llegar.

# HANDBALL DE FIESTA

**Este año en handball tuvimos un año excelente.**

En mujeres luego de varios años con Edu Cozzi agarró la dirección técnica Nicolás Margari obteniendo muy buenos resultados tanto en el apertura como en el clausura y finalizando en el 4to puesto en la tabla anual.

Pero el mejor torneo que jugamos fue el nacional de clubes en Mar del Plata donde obtuvimos el primer lugar ganándole en la final a Sedalo en lo que viene siendo un clásico desde hace unos 3 años.

Además por 2do año consecutivo fuimos el 2do mejor equipo del continente al obtener el 2do puesto en el torneo sur centro americano de clubes.

En varones empezó el año muy irregular ya que tuvimos bastantes bajas y teníamos un equipo muy joven, con el correr del año el Roña Snitovsky fue

rearmando el equipo para coronarlo con el Campeonato en el clausura.

En un torneo muy parejo donde se ganaron entre casi todos los equipos nuestro equipo de liga de honor obtuvo el primer puesto al empatar con Sag Villa Ballester en el 1er puesto pero por ventaja deportiva nuestro equipo salió campeón.

Cabe destacar que el 80 % del equipo son jugadores surgidos de nuestra cantera y muy jóvenes así que tendremos equipo para pelear en los primeros puestos por varios años.

Además en el apertura el equipo de juniors que luego fueron la base del equipo campeón de liga de honor también se alzó con el título.

Entre los jugadores más valiosos podemos nombrar a los hermanos Gallardo (tomas que ya lleva varios años en liga y Bautista que además con la selección obtuvo el sur centro de selecciones para Argentina), Valentino Rosseto, y Matías Lima entre los más destacados.

Esperemos que el 2025 sea plagado de muchos más títulos.

# DERECHO DE ADMISION Y DEFENSA DEL HINCHA

**Tomas Scopa saltó de ser un hincha y estudiante de abogacía a transformarse una cara referenciada a los abusos policiales y el (mal) uso del Derecho de Admisión. Nos contactamos para conocernos y que nos cuente su vida, como ve todo este tema de seguridad y nos cuenten lo que vivió en carne propia sobre el tema**

Me hice hincha de River por mi viejo básicamente. Es una historia bastante agradable porque no es mi viejo biológico, sino que era la pareja de mi madre que lo conocí con tres o cuatro años, y establecí un vínculo muy fuerte con él, un vínculo de adopción de padre e hijo, en el cual se fueron congeniando algunas cuestiones y por él soy hincha de River. No solo eso, él me dio una filosofía de vida, que es la que trato de llevar a cabo, que es un poco tratar de ver el mundo en una forma más justa, tratar de hacer un mundo más justo y combatir las injusticias, que es un poco lo que trato de hacer desde mi pequeño lugar, como estudiante de derecho ya casi recibido. En definitiva, mi viejo me hizo hincha de River y ser el que ahora soy.

A medida que fui creciendo e íbamos a ver los partidos a los bares, porque en ese momento estaba muy caro tener el "codificado" y no lo teníamos. Los superclásicos y partidos importantes íbamos a ver a algún lugar que lo pasen, y obvio, que me empezó picar las ganas e idea de ir a la cancha. Me acuerdo la primera vez que me llevo fue un River-Ferro, que ganamos 4 a 1, el cumpleaños de Saviola en el '99. A partir de ahí, de ese día, me enamore de la cancha, me enamore del ambiente, me enamore de todo, y es que le empecé a insistir cada fin de semana de ir a la cancha. Muchas veces no se podía por cuestiones económicas, otras tratamos de hacerlo hasta que en el 2008 me da como regalo mi carnet de socio de River, y pude empezar a ir más seguido a la cancha, él no era socio y cuando estaba la posibilidad de acompañarme venía a la cancha.

Ya a partir del 2012/13 empecé a ir prácticamente todos los partidos a la cancha, son muy pocos los partidos que no pude ir. Trato de ir cada vez que se pueda ir de visitante o al exterior. Para mi ir a la cancha a ver a River es algo que me hace olvidar un poco de algunas cuestiones y no me hace responsable de lo que suceda ahí en la cancha. Únicamente estoy para ver, para alentar, y lo que suceda más allá de eso no es mi responsabilidad, y eso un poco es lo que me genera ir a la cancha, las amistades. Voy a disfrutar y ser feliz, cosa no menor en este mundo, y por eso trato de ir absolutamente siempre.

## **Derecho de Admisión:**

Lo que respecta el derecho de admisión (a partir de ahora "DdA") no es que me empezó a hacer ruido, sino que simplemente como el resto de los hinchas creíamos que el DdA era aplicado únicamente a personas que verdaderamente tenían un fundamento, podían ocasionar un disturbio o habían ya ocasionado el disturbio en un partido de fútbol.

Pero sin embargo en mayo del año pasado me escribió un amigo que me dice "mira tengo derecho de admisión por un año por ir a la cancha y la verdad desconozco el motivo". En base a ello, y por suerte por mis estudios que me enseñaron a encontrar el encuadre jurídico a este tema, encontré resoluciones en el Boletín oficial del Gobierno de la Ciudad de Bs. As. En el cual no estaba este chico solo, sino que había miles de personas que tenían DdA. Ahí es donde me digo que está pasando algo que no se está sabiendo, que no saben los hinchas ni nadie, recién era insipiente el DdA. Recuerdo que era por el partido entre Argentina y Panamá, y me puse a estudiar el tema, y veo montón de resoluciones de muchos equipos, no solo River, en los cuales se les imponía sanción administrativa por parte del estado, en este caso la Ciudad, de no poder ir a la cancha de mínima por 6 meses y máxima 48 meses. Ahí empiezo a estudiar el tema, como funciona, en que ley se ampara, que es la 5847; estudio en profundidad el tema y empiezo a difundir sobre eso. Al principio mucha gente no veía lo que ponía, no estaba enterada, y con el correr del tiempo que lo seguí publicando en un link de google, empieza a contactarse gente que me dice "me paso esto yendo a la cancha", "me paso lo otro", "no me dejaron entrar", "me dicen que tengo DdA y no sé por qué", y es ahí donde aparece esta cuestión hoy masiva, que todo el mundo tiene la manera de enterarse que está en los listados por este documento que hago constantemente en base a las resoluciones del Boletín Oficial.

¿Y cuál es el mayor problema que yo encontré ante esto? que hay mucho desconocimiento y falta de información, mismo desde los juzgados, tribunales y fiscalía, también desde la policía, desde el club, desde muchos lugares que no se informa fehacientemente que es lo que pasa. El tema es cuando vas a la cancha y tenes una resolución administrativa por el motivo que fuese y que tenes DdA te enteras en ese momento, porque esa resolución sale en el BO y no se les notifica a las personas sobre dicha resolución, sobre que no pueden ingresar y se entera que no pueden ingresar a la cancha, y es ahí donde te dicen que tenes "Tribuna Segura" o "el club" te puso DdA. En definitiva, lo que sucede es que al hincha se lo marea y hay dos cuestiones.

Una cosa es la suspensión, que si a vos te suspende el club te informa el club que estas suspendido a través de riverid pero si a vos te pone DdA nadie te informa, ni el club, ni gobierno, ni nadie. Y a su vez te dicen que tenes que hablar con "Tribuna Segura" y ellos no son los que te ponen el DdA, quien lo pone es el Gobierno de la Ciudad de Bs. As. A través de la Subsecretaría de Seguridad y Orden Público. Únicamente "Tribuna Segura" es un sistema por el cual se genera una base de dato de todos los DdA que se imponen a lo largo y ancho del país, ya sea por un juez, el Aprevide, el gobierno de la Ciudad o los clubes que le piden al gobierno nacional. El hecho acá es que te dicen "anda a Tribuna Segura" y ellos solamente informan que tenes el DdA, no lo levantan, no lo sanciona, simplemente informa quien tiene el DdA y por los teléfonos móviles de la ciudad hacen el control que las personas no entren con el DdA.

En definitiva, la cuestión versa sobre el funcionamiento que hay y la legitimidad que tiene la Ciudad para aplicar este DdA. Esto se basa en la ley que mencione previamente de la CABA, en la cual dice "que cualquier persona imputada de una contravención o de un delito en relación con un espectáculo deportivo puede ser



sancionado preventivamente con DdA". En realidad, el término es "impedimento a espectáculos deportivos". Entonces lo que termina pasado es que en el 90% de los casos de la gente que tiene DdA es por ir a la cancha con un carnet que no es suyo, un carnet prestado. Esta potestad sancionatoria únicamente la tiene el club.

El club puede sancionar a quien entrego el carnet, que está en estatuto de River por ejemplo que el carnet es intransferible. Ahora la policía no puede estar arrogándose controles que no es de su potestad porque únicamente pueden verificar que la gente tenga una entrada para entrar a la cancha, y esa entrada no importa si está a nombre mío o de otra persona porque la ley misma del Código Contravencional de la CABA dice en el Artículo 110 por el cual ponen el DdA que estas ingresando sin entrada, autorización o invitación.- y el principio legal sobre el cual se construyeron todas las leyes penales es que se deben interpretar las leyes, tal cual están escritas, no de forma amplia, de vacío legales o pueden tener lagunas. Se tiene que interpretar tal cual está escrita. Y como está escrita la Ley, nada dice de que la entrada tiene que estar a nombre de una persona, si la ley no lo dice la policía no puede tener la potestad de solicitarlo e incluso de sancionarte por ese hecho, e incluso más, cuando te encuentran con un carnet que no es propio la policía te dice "esto es un reto para que no lo hagas más" diciendo que no es una sanción, sino un aviso, y en definitiva ese aviso se termina transformando en DdA.

El año pasado se lograron levantar 5 DdA a través de recursos presentados ante el Estado, en los cuales completamente injustos como el 95% de los casos, ya los chicos tienen la computación contravencional, o sea lo que firmaron con la policía, archivado; que es el motivo por el cual no debería regir el DdA. Son 5 lamentablemente porque el resto de los recursos presentados no fueron tramitados por el Gobierno de la Ciudad. Lo que sucedió este año a través de la masiva visibilización que existió respecto de estas cuestiones incongruentes entre la ley y lo que sucede en las canchas de futbol, y los reclamos de dirigentes, los clubes de la ciudad y los hinchas, se logró bajar de 6 a 3 meses las sanciones por ir con un carnet prestado a las canchas, que reduce en definitiva las sanciones a futuro de más del 80% de las contravenciones que suceden en los estadios de futbol.

Obviamente fue una satisfacción porque es una pelea que se vienen dando desde el año pasado, con muchas personas que trabajan codo a codo para que esto se levante, incluso hay abogados que trabajan gratuitamente presentando recursos de amparos. Vuelvo a decir, para que tenga efecto el DdA se le tiene que notificar al ciudadano que tienen verdaderamente esta sanción y a su vez, tiene que tener la potestad de defenderse desde que salga la Resolución. Son dos cuestiones que el gobierno de la Ciudad omite constantemente.

La semifinal contra At. Mineiro me tocó vivir de primera mano y muy de cerca lo que sucede con los hinchas, que termina siendo que no son sujetos de derecho, no tienen derecho a la defensa, no tienen derecho a explicar la situación en la que están, no tienen derecho a negarse a firmar la contravención por más que tengan todo en regla, porque las situaciones de abusos son constante, incluso hay DdA impuesto a personas que tenían encima el carnet de un familiar o de un amigo por más que ellos tenían su propio carnet con su entrada cargada. ¿Qué sucedió?

pasaron los micros de Mineiro y lamentablemente dos inadaptados tiraron piedras, una de ellas impactando en el micro y lesionando a un hincha brasilero. Cuando el micro ingresa por Quinteros la policía motorizada vuelve al lugar donde se arrojaron las piedras y empieza a perseguir a los hinchas de River. Las motos subidas arriba de la vereda, palos y demás circunstancias y agarraron a dos personas.

Uno de ellos no tenía nada que ver con el acontecimiento y de la otra desconozco, situación que al chico no lo dejaron decir "Yo no estaba ahí, simplemente estoy con mis grupos de amigo a una cuadra del lugar". Venían la policía con las motos, y obviamente, uno tiende a salir de ese lugar, es en ese contexto que lo agarran, lo tiran al piso, le pegan una patada en la cabeza, le tienen apoyada la pierna en su cuello durante mucho tiempo. Lo terminan esposando y lo llevan a un lugar, en el cual ni siquiera lo dejaron hablar con sus amigos ni sus familiares. Estamos hablando de un chico que es del interior de la provincia de Buenos Aires, y no le pudo avisar a su madre que estaba cuidando a su hijo ni a sus amigos para avisarle donde iba a estar o que iba a pasar con él. Le dijeron que había testigos de lo que había pasado y esos testigos no estaban o eran inventados, incluso le dijeron que la policía lo había visto tirar una piedra y en ese lugar donde estaba había un domo de vigilancia, que demuestra claramente que él no tuvo ningún tipo de injerencia en el hecho, que es lamentable y repudiable que tuvieron algunos hinchas de River.

Pero acá vemos que acá no tienen ni siquiera el derecho a defenderse o dar alguna explicación, fue golpeado y detenido arbitrariamente por la policía, incomunicado a pesar de no tener una orden judicial que habilite la comunicación, y es en ese sentido que yo llego, trato de defenderlo y por tratar de ejercer su defensa termino siendo perseguido por la policía y lamentablemente encarcelado, porque éramos 10 hinchas que sufrimos los golpes de la policía y terminamos encarcelados arbitrariamente sin prueba alguna, y tanto es así que ya en fiscalía ya dijeron claramente que es muy posiblemente que la imputación penal que nos hizo la policía y la fiscalía no se lleve adelante porque no hay pruebas del hecho que nos imputan.

Yo creo que esto tiene un doble trasfondo. En primer lugar, están buscando transformar al hincha que va a la cancha en Argentina, el lugar donde más pasionalmente se ve el futbol en un espectador. En Argentina no va a haber espectadores sino hinchas siempre, ya que estamos movidos y atravesados por la pasión y el sentimiento que tienen por su club. Uno está triste o está feliz cuando va a la cancha, y como dije anteriormente, no hay muchas cosas que generen felicidad, y eso en Argentina pasa, el futbol genera mucha felicidad a diferencia de otras cuestiones de la vida.

Por otro lado creo que hay otro trasfondo, y orden de la policía, de perseguir injustificadamente a los hinchas de los clubes para engrosar una lista de DdA y hacer una cuestión política con eso porque después vemos que desde las redes sociales de los distintos ministerios vemos que dicen "impedimos el ingreso de 10 o 15 o 20 mil personas a los espectáculos deportivos" que son barras bravas, delincuentes y demás que tienen DdA, cuando en realidad ese número está inflado particularmente por hinchas comunes y corrientes que ni siquiera cometieron un delito y mucho menos una contravención, simplemente tuvieron sujetos a la arbitrariedad del policía de turno que les tocó en ese momento.

**MIGUELETES 1984  
BELGRANO  
4787-5533**

**ENVIO a DOMICILIO  
MINIMO de ENTREGA: \$ 10.000.-**

**JUBILADOS  
15% DESCUENTO**



**PRECIOS BAJOS TODO  
EL AÑO SIN ENGAÑOS**

**LUNES a SABADOS  
SOLO CON PAGO EN EFECTIVO  
EN TODOS LOS PRODUCTOS**

**HORARIO  
LUNES a SABADO  
8 a 20 Hs.**

loquesiembrescosecharas@hotmail.com

**SE ACEPTAN TARJETAS  
DEBITO - CREDITO**

**DICIEMBRE 2024**

**LECHE TREGAR LARGA VIDA  
ENTERA y DESCREMADA  
1 LITRO \$ 1600**

**QUESO TYBO  
1º CALIDAD  
X 200 Grs. \$ 2290**

**PORT SALUT Light  
X CASTELAR Con y Sin Sal  
X 100 Grs. \$ 850**

**DULCE de LECHE  
X PUNTA DEL AGUA  
X 400 Grs. \$ 1900**

**JAMON COCIDO  
X BOCATTI  
X 100 Grs. \$ 1740**

**X CREMON CREMOSO  
LA SERENISIMA  
X 100 Grs. \$ 849**

**JAMON COCIDO  
PALADINI  
X 100 Grs. \$ 1100**

**JAMON CRUDO  
LOBERIA  
X 200 Grs. \$ 3590**

**X QUESO  
VENEZOLANO  
X 100 Grs. \$ 850**

**MOZZARELLA  
DOM TIN  
X 100 Grs. \$ 790**

**SALAME MILAN  
EL SALTEÑO  
X 200 Grs. \$ 2420**

**PAN EN REBANADAS  
BLANCO DELI PAN NEGRO  
X \$ 1700 380 Grs. \$ 1900**

**J.COCIDO NATURAL  
LOBERIA  
X 200 Grs. \$ 1700**

**GRUYERE  
CASSINI X  
X 100 Grs. \$ 2290**

**X CREMOSO  
CASTELAR  
X 100 Grs. \$ 730**

**DULCES ESNAOLA  
MEMBRILLO-BATATA-CHOCOLATE  
X 100 Grs. \$ 390**

**PAPAS FRITAS  
COPETIN  
X 150 Grs. \$ 1900**

**PRE-PIZZAS  
PAN y PAN  
X2 UNIDADES \$ 2000**

**HUEVOS de GRANJA  
BLANCOS MAPLE  
X30 UNIDADES \$ 6000**

**BONDIOLA  
LOBERIA  
X 200 Grs. \$ 3700**

**RICOTTA  
SEMI-MAGRA  
X 100 Grs. \$ 280**

**MAR del PLATA  
X 100 Grs. \$ 1310**

**X QUESO BLANCO  
MILKAUT  
X 100 Grs. \$ 970**

**QUESO RALLADO  
X 100 Grs. \$ 1800**

**X QUESO AZUL  
CASSINI  
X 100 Grs. \$ 1390**

**J.COCIDO 42  
X LOS CALVOS  
X 100 Grs. \$ 1170**

**PALETA COCIDA  
LOBERIA  
X 200 Grs. \$ 1320**

*"Pone en manos de Dios  
todas tus obras y tus  
proyectos se cumplirán"*  
LA BIBLIA Proverbios 16:3

**PRECIOS VALIDOS HASTA AGOTAR STOCK**

www.siempreriver.com | info@siempreriver.com

# QUIROPRAXIA PARA MEJORAR CALIDAD DE VIDA

Los tiempos que corren acarrear problemas, estrés y en consecuencia dolores, cansancio y apatía en muchísimas personas por no decir en todas. La quiropraxia logra atenuar todos estos sentimientos de una manera natural, sana y accesible. Aquí explicamos los beneficios de este método para mejorar la calidad de vida

La quiropraxia se basa en la premisa de que la correcta alineación de la estructura del cuerpo, particularmente la columna vertebral, permitirá que el sistema nervioso funcione de manera óptima, lo cual es esencial para la salud general del cuerpo. Se considera una terapia no invasiva que a menudo se utiliza como una alternativa o complemento a los tratamientos médicos convencionales.

## • Técnicas Clave en Quiropraxia

**1. Ajustes Quiroprácticos:** Manipulaciones precisas aplicadas a las articulaciones que están fuera de alineación o que no se mueven correctamente. Estos ajustes se realizan a menudo con las manos y están diseñados para restaurar la movilidad y mejorar la función de las articulaciones y tejidos nerviosos.

**2. Terapia Manual:** Además de los ajustes, los quiroprácticos pueden usar otras formas de terapia manual incluyendo masajes, movilización de articulaciones y músculos, y técnicas de estimulación para mejorar la función muscular y articular.

**3. Consejos sobre Estilo de Vida:** Los quiroprácticos a menudo proporcionan consejos sobre dieta, ejercicio y hábitos saludables para mejorar la calidad de vida de sus pacientes.

## • Beneficios de la Quiropraxia

### - Alivio del Dolor

Uno de los beneficios más notables de la quiropraxia es el alivio del dolor en diversas áreas, incluyendo la espalda, el cuello, la cabeza, y las

extremidades. Es particularmente conocida por su efectividad en el tratamiento del dolor lumbar, uno de los problemas de salud más comunes a nivel mundial.

### - Mejora de la Función y Movilidad

Al corregir desalineaciones y mejorar la mecánica corporal, la quiropraxia puede ayudar a mejorar la movilidad y la funcionalidad del cuerpo. Esto es especialmente beneficioso para personas que sufren de rigidez o limitaciones en el movimiento debido a lesiones o condiciones crónicas.

### - Prevención de Lesiones

Al mantener el cuerpo correctamente alineado y funcionando bien, la quiropraxia puede jugar un papel importante en la prevención de lesiones, especialmente aquellas relacionadas con la columna vertebral y las articulaciones.

### - Reducción de la Dependencia de Medicamentos

Dado que la quiropraxia trata de abordar la causa raíz del dolor y el malestar, puede reducir la necesidad de medicamentos para el dolor, especialmente los analgésicos opioides, que a menudo tienen efectos secundarios significativos y riesgo de dependencia.

### - Mejora del Bienestar General

La quiropraxia promueve una mejor salud general al mejorar la función del sistema nervioso. Esto puede tener un impacto positivo en varios aspectos de la salud, incluyendo el sistema digestivo, respiratorio y cardiovascular.

## • Conclusión

La quiropraxia ofrece una opción robusta para aquellos que buscan un enfoque holístico y no invasivo para manejar el dolor y mejorar su salud general. Si estás interesado en explorar los beneficios de la quiropraxia, considera consultar con un quiropráctico calificado. Es importante elegir un profesional que esté debidamente certificado y tenga experiencia en el tratamiento de condiciones similares a la tuya. Para más información sobre cómo la quiropraxia puede ayudarte, no dudes en @saludfisicaok y descubrir más sobre este enfoque terapéutico.

Por Gastón Vasini  
Cel: 15-2537-8666  
Instagram: @saludfisicaok

**PARA PUBLICAR SU AVISO COMUNIQUESE AL 15-5140-9375 ó POR MAIL: patriciodefrancesco@gmail.com**

# MARDEL TIENE DE TODO PARA HACER

Mardel es la ciudad más popular de todo el país para tomarse vacaciones. Acá presentamos algunas de las tantas cosas que los turistas pueden hacer en esta hermosa ciudad. **VAMOS MAR DEL PLATA**

## 1. Torreón del Monje: Alvear y el mar.

Cualquiera que haya ido a Mar del Plata, vio el icónico Torreón del Monje, y muchos hasta disfrutaron de un café con medialunas en la confitería que alberga. Pero, además de su servicio gastronómico, el torreón tiene una hermosa vista panorámica y el espacio Mar de Cartas, que es una muestra que recorre parte de la historia de Mar del Plata, con cartas, postales y telegramas de inmigrantes y celebridades. Este lugar tiene una leyenda: se dice que en noches de luna llena se oye el galopar de un caballo y se ve en lo alto de la torre la figura de una hermosa mujer morena vestida de blanco. Esto es por una disputa amorosa que habría ocurrido a fines del siglo XVII. Un soldado se enamoró de una indígena que también tenía un cacique como pretendiente. En una persecución, éste se arrojó con su corcel y su amada al mar, y el soldado quedó encerrado en la Torre por el resto de sus días convertido en Monje. El dato: la confitería está abierta todos los días de 7 a 20hs. La muestra, de miércoles a domingos y feriados, de 10 a 19hs. Entrada gratuita.

## 2. MAR - Museo Provincial de Arte Contemporáneo: Costanera Félix U. Camet y López de Gomara.

Sin dudas, lo más llamativo del MAR es el gigante Lobo Marino hecho con envoltorios de alfajores que hay en la entrada. La artista Marta Mirujin se lució con esta increíble obra que hizo especialmente para la inauguración de uno de los museos más grandes y modernos del país, construido especialmente para este fin. Nadie puede negar que los lobos marinos y los alfajores dorados son los clásicos de La Feliz. El museo cuenta con una gran colección de arte contemporáneo y además destaca por su auditorio, y los talleres que brinda a toda la comuni-

dad. El dato: la obra del lobo marino fue inaugurada en 2014 ante 10 mil personas, mide 10 metros de alto y está recubierta por 50 mil envoltorios de alfajores. Se puede visitar de martes a viernes de 10 a 16hs. Sábados, domingos y feriados de 14 a 20hs. Entrada gratuita.

## 3. Museo Casa sobre el Arroyo: Quintana 3998

Única en su estilo, el Museo Casa sobre el Arroyo fue diseñado y construido entre los años 1943 y 1945 por el arquitecto argentino Amancio Williams, junto con su esposa la arquitecta, Delfina Gálvez Bunge. La obra fue encomendada por el padre de Amancio, el músico y compositor Alberto Williams, quien intervino en la sintonización del Himno Nacional Argentino que se entona actualmente. Esta peculiar casa que fue restaurada y declarada Monumento Histórico Artístico Nacional, es considerada una de las residencias más importantes del siglo XX. Es posible ingresar a su interior en una visita guiada. Fue usada como vivienda de veraneo hasta el fallecimiento de Alberto Williams en el año 1952. Tiempo después fue restaurada para que todos podamos apreciarla. El dato: hay visitas guiadas de lunes a viernes a las 12 hs., y a las 14hs. Inscripción por orden de llegada, 10 minutos antes de cada visita. Cupo máximo de 30 participantes por visita. Se puede ver por fuera de lunes a viernes de 8.15 a 14.30hs.

## 4. Villa Victoria - Centro Cultural Victoria Ocampo: Matheu 1851

Este lugar fue la casa de veraneo de la familia de Victoria Ocampo en Mar del Plata, y hoy es un Centro Cultural donde se recrea la memoria de la escritora, a través de un recorrido fotográfico y literario, además de brindar actividades y shows. La casa fue construida en 1912 en Inglaterra y trasladada en barco a Argentina, y aún se conserva parte del mobiliario original. Desde 1981 funciona el Centro Cultural Victoria Ocampo. El dato: por esta casa pasaron Jorge Luis Borges, Bioy Casares y Gabriela Mistral, entre otros reconocidos escritores. Se puede visitar de miércoles a lunes de 14 a 19hs.

## 5. Museo Histórico Municipal Don Roberto T. Barili: Lamadrid 3870, Los Troncos.

En este museo se puede conocer la historia de Mar del Plata en un recorrido sobre el crecimiento de la ciudad. Cuenta con fotos y objetos de época para conocer cómo fue cambiando "Mardel", con el paso de los años. Cuenta con archivo, biblioteca, hemeroteca, mapoteca, y fototeca. Se encuentra a sólo una cuadra de la casa Victoria Ocampo, por lo que es ideal combinar ambos lugares en el mismo día. El dato: no dejes de visitar los hermosos jardines del museo. Las visitas son de lunes a viernes de 9 a 16hs. sábados, domingos y feriados de 15 a 18hs. Martes entrada sin cargo.

## 6. Museo de Arte Juan Pablo Castagnino: Colón 1189.

La residencia del siglo pasado sobre la que fue construido este museo impacta a cualquiera que pase por allí. El recorrido evoca los usos y costumbres de los primeros veraneantes. La colección general está integrada por obras de artistas argentinos de pintura, dibujo, grabado, escultura y fotografía, como Juan Carlos Castagnino, Antonio Berni, Benito Quinquela Martín, Prilidiano Pueyrredón, entre otros. El dato: suele haber actividades especiales, por lo que es recomendable chequear sus redes sociales antes de planear una visita. Las visitas regulares son de miércoles a lunes de 14 a 19hs.

## 7. Museo Municipal de Ciencias Naturales Lorenzo Scaglia: Libertad 3099; Plaza España

Si hablamos de Mar del Plata para chicos, sin dudas este museo es una visita obligada. Hay muestras dedicadas a la preservación del patrimonio natural local y regional, y una exhibición de dinosaurios patagónicos de más de 70 millones de años de antigüedad. Además, cuenta con un acuario con animales de aguas saladas y dulces. El dato: museo muy importante a nivel nacional y recibe alrededor de 40 mil visitas por año. Se puede visitar de miércoles a lunes de 10 a 16hs.

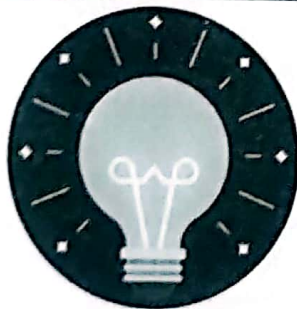
## 8. Espacio Cultural Cabrales en la Casita Richard Hall: Guemes 2521

En esta peculiar residencia vivió el pintor Richard Hall, que entre fines del siglo XIX y principios del siglo XX, fue uno de los preferidos de la alta sociedad europea y retrato a miembros de la aristocracia norteamericana. Actualmente, Cabrales, el clásico café marplatense, brinda en este espacio cultural muestras de arte y actividades culturales. El dato: el hermoso chalet fue construido en 1919. Se puede visitar todos los días de 10 a 21hs. Entrada gratuita.

## 9. La Torre Tanque: Falucho 995

Esta torre, que parece un edificio medieval, fue construida en el punto más alto de la loma de Stella Maris y su altura es de casi 89 metros. El mirador terraza tiene una vista panorámica inigualable que abarca el mar, la ciudad y los alrededores serranos. La Torre se inauguró en 1943 y fue diseñada por el arquitecto Cornelio Lange siguiendo lineamientos del estilo Tudor. Está revestida en piedra Mar del Plata y el techo de pizarra es de cuatro aguas. Más allá del museo y el mirador, actualmente la Torre Tanque es la principal reserva de agua potable de Mar del Plata. El dato: La escalera para subir al mira-

# ELECTRICISTA MATRICULADO



- Instalaciones Comerciales
- Instalaciones Domiciliarias
- Instalaciones Industriales
- Instalaciones de Cámaras

**ELECTRICIDAD EN GENERAL**

**URGENCIAS LAS 24 HS**

**Sr. Claudio Ruiz**

**Cel: 11-6630-5186**

**NUEVO SITIO: [www.belgranopais.com.ar](http://www.belgranopais.com.ar)**



# SAN RAFAEL ES DE RIVER

**Siempre River:** Contanos un poco sobre el origen de la filial.

**Leo:** La filial cuenta con 14 años. La fundamos con 6 amigos que nos gustaba ir a la cancha de River. 4 de los cuales vivíamos en el mismo barrio. Con el tiempo empezamos a viajar, conocimos el Monumental. Un amigo en Buenos Aires nos decía de hacernos filial y empezamos a averiguar y el trámite de hacer socios y traer la cultura de River a la ciudad.

**SR.:** ¿La filial esta bautizada con el nombre de algún jugador?

**L.:** La filial lleva el nombre de Enzo Francescoli, el cual pudo venir una vez a una cena y un partido de futbol junto con otros exjugadores como Sodero, Lavallen, "pipa" Gancedo y Rivarola.

**SR.:** Contanos como está la filial hoy en día.

**L.:** La filial está compuesta por 71 socios, pudimos pasar recientemente el reempadronamiento en riverid. Sede propia no tenemos, la perdimos con la pandemia, cosa que nos pegó mucho. Ahora seguimos en el ciclo de rearmarnos en volver a tener la cantidad de socios y sede q tuvimos. Todos los años realizamos actividades con un comedor solidario con una gran comida, somos padrinos también de una escuela rural albergue acá en San Rafael, la cual todos los años uno o dos festejos hacemos y estamos asistiendo todos los días del año.

**SR.:** ¿Tienen la posibilidad de poder viajar a ver a River?, ¿Como es vivir la pasión a tantos kilómetros de distancia?

**L.:** Estamos pudiendo viajar a ver a River, muchos pudimos ir en los partidos de Copa Libertadores. Estamos organizados primero en comprar entradas con riverid y después vemos como nos trasladamos. La pasión la vivimos como si viviéramos a dos cuadras, disfrutamos cada viaje que hacemos e ir a la cancha. Para nosotros ir a ver a River no es solo ir al Monumental, es desde comprar una entrada, organizarnos, ver como viajamos, la ruta.

**SR.:** ¿Qué dificultades y beneficios tiene el hincha que vive en el interior?

**L.:** Las dificultades que tenemos todos los hin-



chas del interior es conseguir las entradas. El hincha del interior elige los partidos para ir, por lo general son los más difíciles sea un clásico, final de copa o de torneo. Siempre es difícil porque nosotros ya sabemos que va a faltar entradas porque no hay butaca para todos los hinchas. En esos momentos se pone difícil, el resto del año se trata de ir a la cancha. Nosotros desde la filial tratamos de decir que "River es más grande que un partido", que lindo es cualquier día, domingo o en la semana, cualquier clásico, sea voka, final, barracas o riestra, por salir campeón o cuando comienza o por nada. Siempre para nosotros es lindo ir a la cancha y difícil conseguir la entrada, como a cualquier hincha de hoy.

**SR.:** ¿Qué actividades hicieron este año? ¿Y que les gustaría armar a futuro?

**L.:** Este año organizamos un evento para el día del niño, en la escuela del distrito, en el cual llegamos regalos, juguetes, actividades, juegos didácticos al aula. Un objetivo ahora que pudimos pasar el reempadronamiento de filiales, es tener un piso de 25 socios/ entradas para poder viajar a la cancha. Ese es nuestro gran objetivo inmediato

## GREEN LINE

EN BELGRANO, TU BICICLETERIA

- SERVICE
- ACCESORIOS
- VENTA



4780 - 5318 // Monroe 2146



# LAS INFERIORES CERRARON UN GRAN AÑO: UN CAMPEÓN Y TODAS LAS CATEGORÍAS DENTRO DEL TOP 5

Ya finalizada la jornada número 27 ante Deportivo Riestra, te invitamos a repasar lo que fue el torneo 2024 de las divisiones inferiores del Más Grande.

La cuarta categoría, dirigida por Guillermo Rivarola, finalizó quinta en la tabla de posiciones como resultado de 15 partidos ganados, 5 empates y 7 derrotas. Los Millonarios estuvieron en lo más alto de la tabla por varias fechas, pero con algunas bajas debido a varios juveniles que alternaban entre Cuarta y Reserva, el equipo no pudo mantener esa solidez que lo caracterizó durante gran parte del torneo. Sin embargo, un gran año para los de Rivarola.

Por su parte, la quinta división terminó en la cuarta posición. Los dirigidos por Javier Alonso ganaron 17 encuentros, empataron en 7 y perdieron solo en tres ocasiones. La figura del año fue Bautista Dadin, el joven nacido en Balcarce que fue el máximo goleador de la categoría con 24 tantos. Sin dudas un nombre para tener en cuenta, por qué no, para la

## FUTSAL SENIOR: GUILLERMO PEREYRA

**El fútbol Senior en River está dando que hablar no solo por sus logros sino por toda la movida solidaria que acontece en cada partido y por la gran cantidad de gente que asiste a cada partido. Otra gran movida es llevar a chicos de las Escuelas River de todas partes del país a ver estos partidos**

Guillermo Pereyra, exjugador profesional de River y actual jugador del Senior del Más Grande, post partido ante Morón por Copa Argentina.

**SR.:** Vos jugaste profesionalmente en River y acá compartís con algunos de tus excompañeros, ¿cómo vivís eso y qué significa para vos?

**G.P.:** "Es una alegría hermosa este espacio que tenemos y que el club nos brinda para poder disfrutar, encontrarnos y compartir un montón de momentos vividos con esta camiseta y este escudo. Nosotros estamos sumamente agradecidos y realmente es un mimo para nosotros que nos formamos acá adentro, nos criamos y tuvimos la suerte de jugar. Tener este espacio para

Reserva de River 2025.

Finalmente, completando las categorías mayores de las inferiores, está la sexta división, que ganó 17 partidos, empató en 4 y perdió en seis ocasiones. El equipo comandado por Jonathan La Rosa cerró el campeonato en la cuarta posición. Uno de los puntos más altos y sin duda la figura del equipo fue Jonathan Spiff, el goleador de 17 años que convirtió 19 goles en 27 fechas. Otro de los nombres para tener en cuenta. Es más, en la última fecha fue convocado a la quinta división, una categoría mayor.

Luego, de las categorías juveniles menores están la séptima, octava y novena. Repasemos cómo finalizaron. La frutilla del postre será la última mencionada.

La séptima culminó en la tercera posición, como resultado de 19 triunfos, 4 empates y 4 derrotas. El equipo dirigido por Martín Pellegrino realizó un muy buen torneo y varios jugadores fueron convocados a la Selección Argentina Sub-17, como Lautaro Pereyra (delantero), Santiago Espíndola (mediocampista) y Ramiro Buratti (arquero).

Por otro lado, la octava, comandada por Maximiliano Sperandini, terminó en el cuarto puesto tras ganar 18 encuentros, empatar 3 veces y perder en 6 partidos. Finalmente está la novena división, que supo levantar el trofeo y coronarse campeona de la categoría. A lo largo del año ganaron 21 partidos, empataron en 2 y perdieron solo 4 veces. Su figura fue Bruno Cabral, quien convirtió 26 goles en 27 partidos. ¡Salud, campeones!

defender nuestra camiseta es un orgullo enorme".

**SR.:** Todos tus compañeros refuerzan la idea de que lo más importante es el momento que comparten incluso luego del partido, ¿qué podes decirnos sobre eso?

**G.P.:** "Es así. El grupo humano es hermoso, acá todos nos ven lunes tras lunes y ven que hay una camarería muy grande, compromiso. Muchos tienen sus familias, sus trabajos y horarios pero todos se acomodan y se hacen el huequito para estar acá. Eso nos hace muy fuertes y unidos, estamos todos para sumar".





# GREEN LINE

EN BELGRANO, TU BICICLETERIA

- . SERVICE
- . ACCESORIOS
- . VENTA

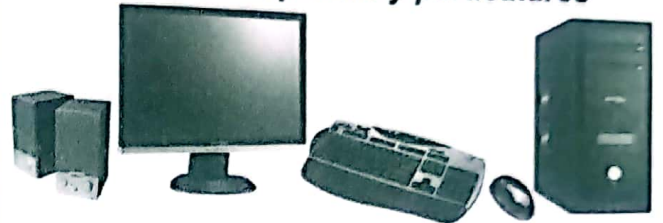


4780 - 5318 // Monroe 2146

# gavi hard soft

SOLUCIONES INFORMATICAS

- Servicio técnico a domicilio*
- Sistemas a medida*
- Armado y mantenimiento de equipos y redes*
- Abonos a empresas y particulares*



Sr. Hernán

Tel.: 4858-3682 • Cel.: 15-4428-4450

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

[www.facebook.com/gavihs](https://www.facebook.com/gavihs)

[info@gavihs.com.ar](mailto:info@gavihs.com.ar)



11-6400-2338

Tel.: 4784-4794 -

Echeverría 1472

Tel/Fax: 4787-4277



**SERVICIOS INTEGRALES DE LIMPIEZA**  
CONSORCIOS, OFICINAS, BANCOS, GIMNASIOS, SANATORIOS, ETC

**ECHVERRIA 1417 ☎ 1160151000**

**SOCIALENT | OPTICA**  
"Al servicio de la salud visual"

Armazón Moda + Lentes Orgánicos  
**!!OFERTA!!**

ESPECIALIZACION EN LENTES MULTIFOCALES

LENTES DE CONTACTO

Thames 1188 • Capital Federal

Tel.: 4771-9008 • Cel.: 15-6758-2636

[opticasocialent@gmail.com](mailto:opticasocialent@gmail.com)

## Gasista Matriculado



- Rehabilitaciones
- Perdidas - Reparaciones
- Instalaciones nuevas y planos
- Reparación de cocinas, estufas calefón y termotanque

## PLOMERIA

- Construcciones sanitarias, cocinas, baños, lavaderos.
- Reparación de griferías
- Cambio de caños pluviales y cloacales
- **Se atienden urgencias**

 **11 3046-2763**  
Sebastian

# RG

## VIDRIOS

Cristales - Espejos - Blindex  
Marcos - Cuadros - Acrílicos

Venta y colocación en el día  
Presupuesto sin cargo

Amenábar 1616


**Tel.: 4780-3575**

vidrieriarg@hotmail.com • IG: @rg.vidrieria

**11-2346-6011**

## MARIDO A DOMICILIO


Trabajos Generales  
Gas Agua Pintura  
Albañil


Electricidad y MÁS  
 15-6413-8115

## Tecnico ELECTRICISTA Matriculado

Atención a hogares, consorcios, comercios  
y oficinas.

Julian

 Electricaltec

Cel  11 3162 7504

## EQUIPAMIENTOS NORTE

CERRAMIENTOS E INSTALACIONES EN ALUMINIO

VIDRIOS, ESPEJOS, TEMPLADOS

TECHOS DE POLICARBONATO Y VIDRIO

MAMPARAS DE BAÑO

TABIQUERÍAS

SERVICIOS EN GENERAL

Moldes 715 • Tel.: 4706-1999

www.equipamientosnorte.com.ar

E-mail: equipamientosnorte715@yahoo.com.ar

# Blami

FUNDADA EN 1939

E-mail: casablami@yahoo.com.ar

BLANCO ENCALADA 1400 - (1428) CAP. FED. - TEL. / FAX: 4784-9978

Casa  
BLAMI S.R.L.

FERRETERIA  
PINTURERIA  
BULONERIA  
ELECTRICIDAD  
HERRAJES

**NUEVO SITIO: [www.belgranopais.com.ar](http://www.belgranopais.com.ar)**



*¿Cómo  
Vivir  
Mejor?*

**RUGGERI TURISMO**

**SERVICIO PUERTA A PUERTA A LA COSTA TODO EL AÑO**

- Traslados a aeropuertos
- Traslados para personal de empresas
- Mini turismo
- Servicio puerta a puerta
- Somos pet-friendly
- Protocolo COVID-19

● 11 Septiembre 4636 (C1429BJD) Nuñez ● TEL: 4701-6574 / 1121883815  
● www.turismoruggeri.com.ar ● Instagram: @ruggeriturismo

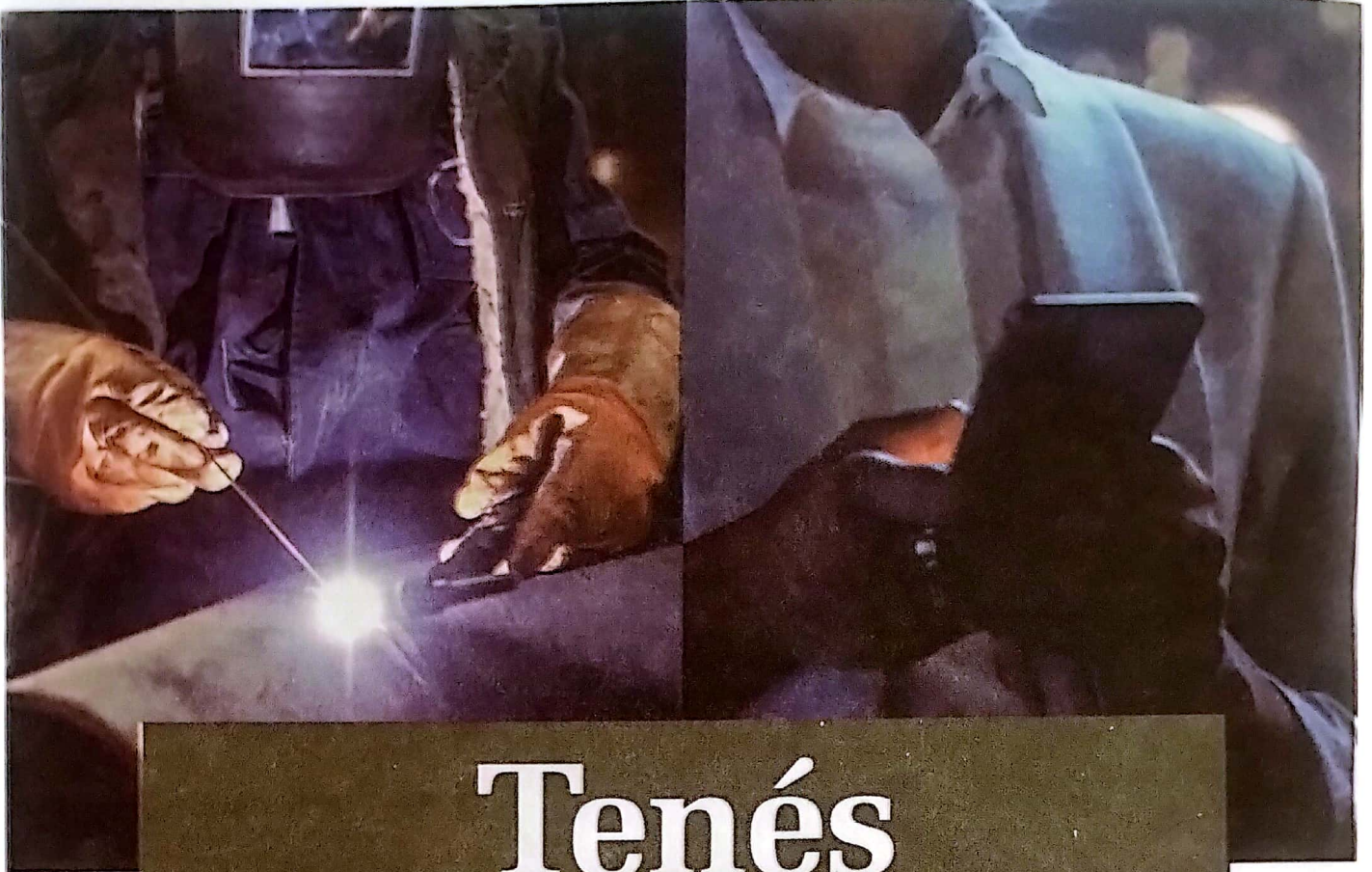
**DP** **D'AURIA PIDONE**  
**REPARACIÓN DE ELECTRODOMESTICOS**  
**SERVICIO TECNICO OFICIAL AUTORIZADO**

**YELMO** **ultracomb** **GAMA**  
**YEIKO** **Electrolux** **BRAUN** **WARMICOD**  
**Liliana** **WEMIR** **PHILIPS** **Moulinex**  
**JUMBO** **\*MICROONDAS\***

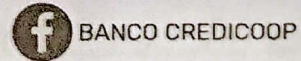
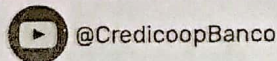
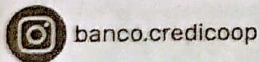
**Belgrano**  
**4783-7488**  
Juramento 1627

**Flores**  
**4631-2727**  
R.L. Falcon 2200 esq. Bonorino

dauriapidonebelgrano@gmail.com



# Tenés CREDICOOP. Tenés quien te acompañe.



La Banca Solidaria



Cartera comercial y de consumo. Consulte productos y servicios en [www.bancocredicoop.coop](http://www.bancocredicoop.coop) o a través de Credicoop Responde al 0800-888-4500.

**NUEVO SITIO: [www.belgranopais.com.ar](http://www.belgranopais.com.ar)**