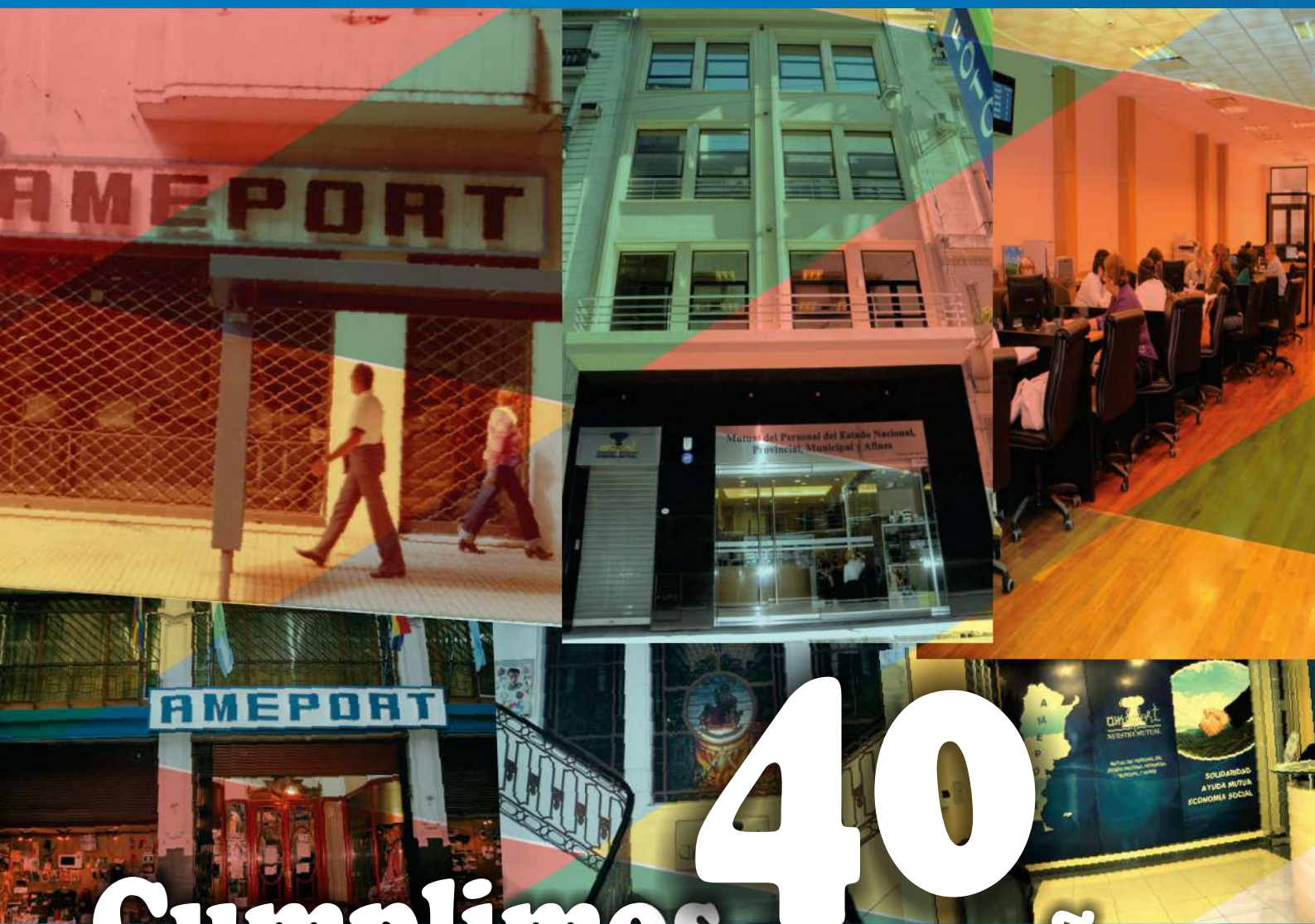


NuestraMutual

La revista de Ameport



REVISTA N° 13 | ABRIL 2013



Cumplimos 40 años
sumando voluntades y
brindando soluciones



Ahora podés encontrar Nuestra
Mutual en Facebook

SEGUINOS EN FACEBOOK

Buscanos como: Mutual Ameport

Respaldamos tu esfuerzo. Protegemos tus ahorros.



AHORRO A TÉRMINO

Te brindamos la forma más sencilla, rápida y segura para cuidar tus ahorros, con la garantía y el respaldo de 40 años que nos avalan.

- Depósitos en pesos a través de transferencia bancaria o cheque
- El mejor rendimiento como estímulo
- Renovación automática vía correo electrónico
- Pre-cancelación programada
- Te brindamos la tranquilidad de disponer del dinero ante un imprevisto
- Garantía: Tus ahorros están garantizados con el patrimonio de la mutual

Hacé que tus ahorros, ahorren por vos.



Contagiando solidaridad

REDACCIÓN

N° 13 - Abril 2013
Nuestra Mutual La Revista
de AMEPORT.

R.P.I.:654500

Esta publicación es propiedad
de Ameport, Mutual del Personal
del Estado Nacional, Provincial
Municipal y Afines.

H. Yrigoyen 684 CABA
Teléfono: (011) 4344-4100
Desde el interior: 0800-333-9906
e-mail: revista@ameport.org.ar

Director General
Alberto S. Salom

Director Ejecutivo
Ricardo Lorenzo

Coordinación
Diego Salom

Diseño y Diagramación
Damián Cagliaris

**Agradecemos al personal de
Ameport por su valiosa
colaboración.
Los artículos firmados son
responsabilidad de sus autores
y no necesariamente reflejan
la opinión del editor.**

Edición: 27.000 ejemplares

En estos últimos meses, nuestro país ha vivido acontecimientos históricos de gran relevancia.

Por primera vez, la Iglesia católica ha elegido un Papa no solo latinoamericano, sino también argentino.

Como instituciones solidarias, tenemos que afrontar nuevos desafíos y adaptarnos a otras realidades para tratar de beneficiar a una sociedad que está en constantes cambios.

La sociedad demanda un giro sustancial en su acciones, requiere un enfoque más amplio, eliminar las fronteras de países, razas y clases sociales para atender a las necesidades de todos por igual. Sin ánimo de trazar paralelismos, las actividades que surgen de Nuestra Mutual van mas allá de las ideologías o niveles socioeconómicos, brindando soluciones y servicios a todos por igual. Este razonamiento tan simple de mencionar, es a la vez, simple de llevar a cabo. Solo se necesita establecer menos rangos de comparación para establecer equidad entre todos los socios.

La sociedad espera en esta nueva etapa de la iglesia un Papa más austero, más accesible y sobre todo más cerca de la sociedad, que supere las acciones emprendidas en pos de

terminar con el hambre y la pobreza, que pueda guiar a dicha institución hacia el sinceramiento y centralicen las políticas equánimes, en donde se nivele para arriba, en donde a los que necesitan se les otorguen trabajos, capacitación y educación.

El cambio de rumbo que se espera va más lejos de la designación de un latinoamericano, un europeo o un africano, tiene que ver con desestructurar mecanismos acartonados para animarse a salir del libreto y pensar en un cambio profundo. Es, tal vez, la única manera de generar un nuevo paradigma en el funcionamiento de dicha Institución. La capacidad de influencia que tiene el discurso de quien hoy es el sumo pontífice de la iglesia es una llave importante para encaminar cambios radicales en dicha institución. Seguramente, Francisco, con su impronta sencilla, humilde y terrenal logre transmitirnos dichos conceptos y que éstos puedan ser mejor aplicados a nuestros actos.

Más allá de las creencias religiosas, las instituciones que tenemos a la solidaridad como principal objetivo debemos desarrollarla sin excusas ni pretextos. Desde este humilde lugar le deseamos a Francisco el mejor de los éxitos.

Alberto Salom
Presidente Consejo Directivo Ameport



¿Por qué asociarse?

Incorporarse a NUESTRA MUTUAL significa, asumir un papel protagonista y participativo, en una institución donde la filosofía solidaria es la base de su accionar.

Somos una asociación de personas organizadas para satisfacer necesidades en cuanto a temas relacionados con: la economía, la salud, el turismo y la recreación, entre otras, teniendo como propósito cimentar el sentido de interés general, llevándolo a cabo dentro y fuera de nuestro ámbito.

Requisitos para asociarse

1. Ser empleado de Organismos Públicos Nacionales, Provinciales, Municipales y Afines.
2. Ser Jubilado y/o pensionado A.N.S.E.S y/o I.P.S

Documentación a presentar

- Solicitud de ingreso
- Último recibo de sueldo
- DNI 1º y 2º Hoja
- Comprobante donde conste el domicilio
- N° de CBU de su Caja de ahorro

El asociado cuenta con los siguientes servicios:

- Ayuda económica
- Turismo
- Artículos para el hogar
- Servicios de salud
- Subsidios
- Asesoramiento Jurídico
- Recreación, deporte y más



También contamos con beneficios de descuentos por convenios de colaboración en:

- Farmacias
- Ortopédias
- Belleza personal
- Indumentaria
- Cotillón
- Escribanía
- Gimnasio
- Espectáculos
- Pasajes en micro
- Óptica y más

Informes al (011) 4344-4100 (opción 7)
sin cargo desde el interior del país 0800-333-9906
socios@ameport.org.ar

SUMARIO

pag. 03
Editorial

pag. 04
Porqué asociarse

pag. 05/06
Nuevos Convenios

pag. 07/08/09
Turismo todo el año

pag. 10
Responsabilidad Social Institucional

pag. 11
Turismo Social

pag. 12 / 13
40 Años de Ameport

pag. 14
Medios de Pago

pag. 15/16
Socios y Sorteos

pag. 17
Crítica de Cine

pag. 18
Salud - Alimentos anti estrés

pag. 20/21
Convenios de colaboración

pag. 22
Juegos

Una mirada sobre los hijos: “La importancia de los hábitos alimentarios en la niñez”

En la actualidad es indispensable enseñar a los niños hábitos alimentarios saludables como ser la inclusión diaria de los nutrientes esenciales para su desarrollo, especialmente en la etapa escolar.

Los patrones alimentarios infantiles reflejan un aumento del consumo de alimentos que aportan “calorías vacías” tales como golosinas, galletas, dulces, gaseosas, comidas rápidas, con el consiguiente aumento de peso o la generación de desordenes alimentarios que pueden traducirse en obesidad, sobrepeso y trastornos de diverso orden. En ocasiones se suele utilizar la comida como premio o castigo o se intenta saciar el “hambre emocional” (en momentos de ira, estrés, tristeza, ansiedad o aburrimiento) y no el “hambre real”. Identificar las necesidades de los niños en las diferentes etapas de su desarrollo es una tarea que concierne a los

adultos.

La detección precoz de síntomas de orden emocional que inciden en la necesidad de ingerir alimentos en exceso y en forma compulsiva es fundamental para intervenir en cuadros en los que actúa un componente de angustia o un malestar oculto, muchas veces reflejando conflictos de índole social o



familiar. Desde la **Fundación Espacio Redes** ofrecemos un dispositivo de trabajo integral psicológico nutricional que permite abordar los tratamientos nutricionales desde ambas disciplinas, este incluye el trabajo con la familia y el acompañamiento psicológico para

elaborar el impacto emocional que pueden surgir de la reducción de la ingesta.

Algunos de los hábitos fundamentales a incluir en la alimentación son:

- Determinar la adecuada cantidad y calidad de los alimentos a ingerir.
- Pactar los horarios y tiempos de las ingestas
 - Realizar actividad física.
- Consumir la correcta cantidad de líquidos
 - Evitar saltarse comidas.
- Priorizar el momento de la comida: tratar de comer en calma y con moderación, favorecer que sea un momento de encuentro y diálogo.
- Cocinar en familia, como actividad lúdica y placentera.
- Evitar que los menores coman solos frente a la computadora o televisor.

Fundación Espacio Redes.

Judith Altman

Lic. en Psicología

MN 1136 5

Verónica Estigarribia

Lic. en Nutrición

MN 3079 Colegiado 1303L

Salud mental cosa de todos

A veces es más útil empezar por el final que por el principio. 27 años de cooperativismo de trabajo en salud mental. ATICO sostiene una permanente inserción en el movimiento cooperativo y con otras instituciones de salud. Atiende pacientes por demanda espontánea, derivaciones de colegas, por recomendación de los mismos pacientes, y por convenios con otras organizaciones. Siempre hemos sido cautos en concretar estos acuerdos. Seguimos una premisa: “no hay enfermedades, no hay enfermos, hay relación asistente asistido”. O sea: hay vínculos asistenciales. Cuando decimos “médico” no lo pensamos solamente como profesión. Sino como “función”. La función

médica es sostener la cura. Y curar es cuidar. Por eso lamentablemente hay médicos que no sostienen la función médica y si la sostienen colegas de otras profesiones o especialidades. Atico hoy cuenta con profesionales de la psicología,



la psiquiatría y la fonoaudiología. Decimos “cosa de todos” porque en salud mental todos tienen algo que decir. Y que debe ser escuchado. Un maestro. Un arquitecto. Un familiar. La salud mental es una

construcción histórica y colectiva. Es como un libro que se muda siempre de estante. Y entonces encuentra diferentes libros y se va escribiendo otra historia. Salud mental es un esfuerzo de integrar lo diferente, lo diverso. Desplegar las alas mentales en lugar de replegarlas para impedir todo vuelo. Y curarse es volar un poco. Como en la canción de Alberto Cortez. Comenzamos nuestro vuelo cooperativo el 1 de mayo de 1986. El tiempo pasa pero los deseos quedan. El nuestro es que el profesional y el paciente sean parte de lo mismo: la firme convicción de que la salud es cosa de todos.

Alfredo Grande.
Presidente Honorario y
Miembro Fundador de ATICO.

Teatralízate, es bueno

Si sos tímido, si te cuesta comunicarte con otras personas, si tenés problemas para relajarte o concentrarte, si tus palabras dicen una cosa y tu cuerpo expresa otra, si te agarra pánico escénico cuando rendís un parcial, si te gusta jugar, si querés conocerte mejor, si tenés ganas de aprender, si querés mejorar tu calidad de vida... Son muchísimas las razones para hacer teatro.

Muchos creen que el teatro es una actividad sólo para profesionales, o que es algo estricto. Si bien es cierto que la mayor cantidad de gente que hace teatro son actores y las técnicas que practican son variadas y rigurosas (ya que se constituyen como herramientas de trabajo), esto no es así para aquellos que quieren simplemente disfrutar de este arte.

¿Quién puede hacer teatro? ¡Todos! Está comprobado que el teatro ayuda a personas que padecen enfermedades o discapacidades. Mediante la expresión corporal y diversos juegos teatrales se mejora la movilidad, la comunicación, el lenguaje, la autoestima (clave para todo enfermo), se agudizan los sentidos (ya que aprendemos a conectarnos con los otros y con nosotros mismos) y se reduce la agresión, entre otras cosas.

Aqué! que estudie teatro (ya sea niño o adulto) también amplía su campo imaginativo, mejora su sociabilidad, aumenta sus posibilidades de progreso dentro del espectro laboral en el que interactúe, hace catarsis, mejora su empatía, aprende disciplina, a estar más allá del qué dirán y, sobre todo, se convierte en protagonista de su propia vida.

También es imprescindible para aquellos que desarrollen otro tipo de actividades completamente diferentes al teatro. Por ejemplo, la medicina. Siempre es mejor un médico que esté en control de la situación y no se paralice ni ante una cirugía ni ante los familiares del paciente. Es común que a algunos estudiantes de esta carrera les agarre ataques



de pánico ante un examen. ¿Se imaginan tener la misma actitud en el quirófano?

Jorge Dorio es profesor de teatro desde 1966. Por su escuela, *Escuela Superior de Teatro, profesor Jorge Dorio*, pasaron miles de alumnos. Algunos se convirtieron en actores, otros aplicaron lo que él les enseñó para la vida. Las clases tienen una parte de relajación (imprescindible), expresión corporal (donde el estudiante se expresa con estímulos musicales de todos los estilos) y otra parte de improvisaciones, ejercicios foniátricos y juegos teatrales variados.

Estás a un paso de mejorar tu vida y la de los que te rodean. ¡Animate a jugar y a divertirti!

Escuela Superior de Teatro Profesor Jorge Dorio

Quintino Bocayuva 386

TEL: 4983-5167

escueladeteatrojorgedorio@gmail.com

Facebook: Teatro.jorgeDorio



RESIDENCIAS COOPERATIVAS DE TURISMO Complejo Chapadmalal

Nuevo convenio
de colaboración



Informate: (011) 4344-4100 (Op.2)

turismo@ameport.org.ar / www.ameport.org.ar

10% DESC en temporada alta y media
20% DESC en temporada baja

Descuento sobre tarifas de alojamiento, no así sobre gastos de gastronomía y adicionales

Seguí disfrutando
los destinos turísticos
todo el año...



TEMPORADA BAJA:

En esta temporada podrá disfrutar de los siguientes hoteles en la Costa Argentina y de Córdoba. La cantidad de días de estadía puede ser elegida por cada asociado y está sujeta a la disponibilidad de cada hotel.



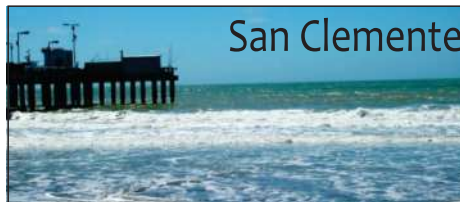
Mar del Plata

Hotel Dion ***

Ubicado en la calle Sta. Fe 1634 a 50 mts. de la peatonal, y a 250 mts. de la playa y el casino. Habitaciones con baño privado, LCD, TV por cable, ventilador de techo, calefacción, reposterías y toallones. Régimen de media pensión con desayuno buffet y una comida a media carta en restaurante.

\$195

Valor por día, por persona
en base a hab.doble,
triple, cuádruple



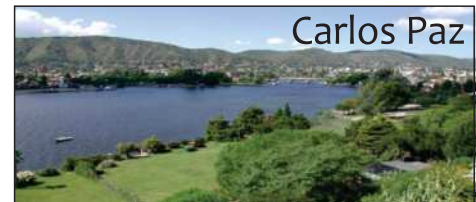
San Clemente

Hotel Gran Continente **

Ubicado sobre la calle 13 N° 90 esquina 1, a solo 50 mts. del mar, pleno centro de la ciudad. Habitaciones con baño privado, TV por cable, ventilador, calefacción. Régimen de media pensión, con desayuno y cena, con menú fijo en el hotel.

\$145

Valor por día, por persona
en base a hab.doble,
triple, cuádruple



Carlos Paz

Hotel Alpre **

Ubicado sobre Av. San Martín 1035, la arteria principal en la ciudad, a pocas cuadras de la peatonal. Habitaciones c/aire acondicionado, TV por cable, calefacción, ventilador de techo, música funcional, piscina. Régimen de media pensión, con desayuno buffet y una comida a media carta en restaurante.

\$205

Valor por día, por persona
en base a hab.doble, triple



Valle Hermoso

Hotel Gran Lucerna **

Ubicado sobre la calle Rodríguez Peña 115. A pocas cuadras de la plaza principal y a dos kilómetros de la Ciudad de La Falda. Habitaciones con baño privado, TV por cable, ventilador de techo, cancha de fútbol y piscina. Régimen de Pensión completa, desayuno, almuerzo y cena, menú fijo en el hotel.

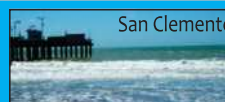
\$180

Valor por día, por persona
en base a hab.doble,
triple, cuádruple

FIN DE SEMANA LARGO DE JUNIO 20/06 AL 23/06



Mar del Plata



San Clemente



Carlos Paz



Valle Hermoso

Disfrutá de los destinos que figuran en esta página el próximo fin de semana largo

(Los valores y condiciones son los mismos que se establecen en esta página)

Financiación
10 Cuotas sin
interés

Reservas a partir del 20/05/13 a través de www.ameport.org.ar

ENTIDAD SIN FIN DE LUCRO LEG 12058/04 Disp.1340/09 Reg.9431



Salta

SALTA JET

Programa - 04 días/03 noches

Incluye:

- Aéreo de LAN ARGENTINA ida y vuelta (Salida 20/06 08:45 hs. - Regreso 23/06 11:45 hs.)
- Traslados de entrada y salida
- 3 noches de alojamiento con régimen desayuno.
- CITY TOUR

HOTEL ALTOS DE BALTARCE 3*	\$ 4675
HOTEL WILSON 3*	\$ 4756
HOTEL ALMERIA 3*	\$ 4710
HOTEL CASA REAL 4*	\$ 4990

Tarifas por persona en base hab. doble con impuestos incluidos. Sujetas a modificación sin previo aviso.

Cupos limitados

Entidad sin fin de lucro /
Leg.12058 Disp. 1340/ Reg. 9431



Cataratas del Iguazú

CATARATAS JET

Programa - 04 días/03 noches

Incluye:

- Aéreo de LAN ARGENTINA ida y vuelta (Salida 20/06 09:05 hs. - Regreso 23/06 14:15 hs.)
- Traslados de entrada y salida
- 3 noches de alojamiento con régimen indicado
- Excursiones: Cataratas lado argentino y brasilero (no incluye entradas a Parques)

HOTEL DEL CARMEN 3*	c/desayuno \$4759
HOTEL ORQUIDEAS 3*	c/desayuno \$4885
HOTEL MARCOPOLO SUITES 3*	1/2 pensión \$5115
HOTEL GRAND CRUCERO 4*	1/2 pensión \$5595

Tarifas por persona en base hab. doble con impuestos incluidos. Sujetas a modificación sin previo aviso.

Cupos limitados

Entidad sin fin de lucro /
Leg.12058 Disp. 1340/ Reg. 9431



Otros Destinos

Consulte por otros servicios turísticos en otros destinos dentro y fuera del país, con diferentes servicios de transportes, omnibus, aéreos, fluviales. Cataratas, Mendoza, San Juan, La Rioja, Salta, Jujuy, Bariloche, San Martín de los Andes, Pto. Madryn, Usuahía, Calafate, Uruguay, Brasil, etc. Encontrará información sobre los diversos circuitos turísticos, hoteles y tarifas en nuestra página web www.ameport.org.ar

En el caso de socios del interior o para aquellos que no deseen tomar el transporte, solo el alojamiento, pueden solicitar presupuesto del destino elegido a través de turismo@ameport.org.ar.

Escapadas

RELAX & SPA

Temporada Baja

No válido para fin de semana largo



Hotel Holiday Inn Express Rosario

Alojamiento 2 días/1 noche

Incluye:

- Alojamiento con desayuno buffet.
- Acceso a sauna y gimnasio
- Cochera
- Late check out 16 hs.

- No incluye transporte

\$280 Tarifa por persona en base
Hab. doble - IMP INCL
Vigencia del 01/03 al 31/08



Hotel Holiday Inn Rosario

Alojamiento 2 días/1 noche

Incluye:

- Alojamiento con desayuno buffet.
- Acceso a piscina, sauna y gimnasio
- Una cena de 3 pasos con bebidas sin alcohol para dos personas por el total de la estadía
- Cochera cubierta
- Late check out 16 hs.
- No incluye transporte

\$489 Tarifa por persona en base
Hab. doble - IMP INCL
Vigencia del 01/03 al 31/08



Howard Johnson Plaza Resort & Casino Mayorazgo Paraná

Alojamiento 2 días/1 noche

Incluye:

- Habitación Superior con vista al Río Paraná con desayuno
- Acceso a piscina climatizada, Spa & Health Club, sauna húmeda, sauna seca, ducha escocesa y sala de relax.
- Estacionamiento cubierto
- Un masaje express por persona por el total de la estadía
- \$ 50 de créditos por habitación para jugar en los slots del casino
- Family Plan hasta dos menores de 12 años.
- Late check out 16 hs
- No incluye transporte

\$485 Tarifa por persona en base
Hab. doble - IMP INCL
Vigencia del 01/03 al 31/08



Hotel San Pedro Palace

Alojamiento 3 días/2 noche

Incluye:

- Habitación std. con Media Pensión
- Copa de bienvenida
- 2 Quick Massage por habitación por el total de la estadía
- Acceso al jacuzzi y sauna
- WIFI en el lobby
- Late check out 15 hs.

- No incluye transporte

\$1210 Tarifa por persona en base
Hab. doble - IMP INCL
Vigencia del 01/03 al 31/08
para fines de semana

Tarifas sujetas a modificaciones sin previo aviso

Entidad sin fin de lucro / Leg.12058 Disp. 1340/ Reg. 9431

Nuevo Convenio

Una propuesta especial, porque siempre queremos brindarte lo mejor



Estadía 3 días / 2 noches - Check in Viernes desde 14 hs.
Late Check out Domingo 18 hs - Una cena de 3 pasos con
bebida sin alcohol - Desayuno buffet - Acceso a piscina y gym
Cochera - WIFI- Room Service - Bell Boy

\$820 | 4 cuotas **\$205**
sin interés

Precio por persona hab. en base doble
No incluye transporte

Informate: (011) 4344-4100 (Op.2)
turismo@ameport.org.ar / www.ameport.org.ar

Suites ACARA

Alojamiento en la Ciudad de Buenos Aires



1 ó 2 personas con desayuno

\$190

4 personas con desayuno

\$280

3 personas con desayuno

\$240

5 personas con desayuno

\$320

Valor de las Suites por día // Ingreso a partir de las 14 hs. Egreso 10 hs.

UBICACIÓN

Síto en Calle Lima N°265 (sobre Av. 9 de Julio) se encuentra en pleno centro de la ciudad, a solo 5 cuadras del Obelisco y a 6 de Nuestra Mutual.

COMODIDADES

Suite de 1 1/2 ambiente (recepción y dormitorio), con baño privado, TV por cable, calefacción, aire acondicionado y kitchenette.

SERVICIOS:

Atención de mucamas y seguridad las 24 hs.

Cocheras (opcional)

CAPACIDAD MÁXIMA:

4 plazas (cama matrimonial y 2 camas de 1 plaza)

FORMAS DE PAGO:

Al contado o hasta 10 cuotas sin interés

Informate: (011) 4344-4100 (Op.2) / turismo@ameport.org.ar / www.ameport.org.ar

Recibir es gratificante, ayudar es maravilloso

“Cuando los hombres se ven reunidos para algún fin, descubren que pueden alcanzar también otros fines cuya consecución depende de su mutua unión”, Thomas Carlyle.

La noción de solidaridad surgió en la historia como reacción a la cultura del individualismo, del egoísmo, del egocentrismo, por lo cual, esta se constituye en cada ser humano por medio de valores culturales que se transmiten generación tras generación. Pero esta no sería suficiente para que predomine la responsabilidad común entre unos y otros. El mutualismo es una forma de solidaridad institucionalizada, consciente ya supone una actitud abierta y receptiva a la diversidad obteniendo resultados más satisfactorios que un mero cumplimiento de deberes preestablecidos a una voluntad individual.

Desde el punto de vista social, la mutualidad es una asociación con finalidades benéficas en la que impera la reciprocidad de los miembros que la integran, asocia amigablemente a las personas con el objeto de procurarse a una mejor calidad de vida a través de un compromiso común entre todos sus asociados.

Nuestra Mutual requiere de un entendimiento entre todos, AMEPORT somos todos y cada uno de los 25000 asociados que la conformamos y es por ello que nuestra conciencia solidaria excede las paredes de nuestra sede y trasciende a cada uno de los asociados. Coordinar acciones de ayudas integrales nos permite generar un servicio social para la asistencia de diversas necesidades y/o situaciones problemáticas de aquellos que más lo necesiten.

La complejidad de las problemáticas

sociales que afrontamos, nos llevan a analizar nuevas maneras de actuar para solventar necesidades y situaciones poco deseadas y seguir construyendo valores solidarios más firmes.

Las instituciones como AMEPORT se sustentan en los valores de cooperación, ayuda y reciprocidad, y deseamos prolongar estos pilares a todos nuestros asociados, integrándolos a un sistema solidario recíproco.

El valor de la reciprocidad, contribuye al fortalecimiento de los grupos y a su subsistencia, además de motivar esfuerzos por un bien común. Bajo este valor, lo que hoy se aporta será recompensado con lo que mañana se reciba.

Entender que la solidaridad es una rueda que está en permanente movimiento, hace que hoy podamos ayudar a alguien que sufre una urgencia; y que esa misma persona sea la que el día de mañana

aporte para colaborar ante una necesidad propia.

En línea con la editorial de esta revista, la elección de un Papa más humilde y austero, que destaca los valores solidarios entre las personas, y haciendonos eco de nuestras bases, en Ameport creemos oportuno actualizar y refrescar nuestros esfuerzos mancomunados para mejorar la calidad de vida de todos nuestros asociados. Pero también sintiendo la obligación de generar valores sociales mutuos para mejorar las relaciones entre todos.

Estamos trabajando en la creación del Área de Responsabilidad Social Institucional, un lugar en donde se orienten, asesoren, coordinen y promuevan la búsqueda de resolución de problemáticas sociales concretas, procurando la generación, conocimiento y el mejor aprovechamiento de los recursos comunes de la Mutual.



Donación de televisores a Hospital de Puerto Deseado

Durante el mes de Noviembre de 2012 Nuestra Mutual donó 10 televisores LCD de 32 pulgadas a un Hospital de la ciudad de Puerto Deseado.

El aporte de Ameport contribuye a las mejoras que se están realizando en el nosocomio de dicha ciudad.

Los televisores llegaron al hospital por medio de la intendencia local tras la gestión de su intendente Luis Ampuero.

Los integrantes de la Asociación “Cuidando Nuestro Hospital” presidida por Lorena López destacaron: “más que nada tenemos agradecimiento por el gesto que ha tenido la gestión que ha realizado el Intendente, y la donación tan importante de AMEPORT que recibimos hoy. Estamos muy emocionados porque esto significa una inversión muy importante que no teníamos prevista”.

Por su lado, el intendente expresó: “En una consulta de poder compartir con la mutual, y como ellos se dedican a la compra de



electrodomésticos, me dijeron que nos ayudaban. En esto va un agradecimiento a Alberto Salom, presidente de Ameport”.

Esta fue la primera entrega de televisores, está prevista otra entrega a fines de abril para completar la acción solidaria.

Jubilados disfrutaron de las sierras Cordobesas



Un grupo de jubilados asociados a Nuestra Mutual viajaron a la localidad de La Falda, Córdoba, para pasar 7 días y 6 noches, con pensión completa en el Hotel El Mirador de la Falda y el Nuevo Molino de la localidad de Valle Hermoso.

De la excursión participaron 48 personas de Capital Federal y Gran Buenos Aires.

Durante la estadía realizaron diferentes visitas a sitios característicos del lugar: Las 7 cascadas, Villa Giardino, Cosquín, Huerta Grande, las aerosillas y Camino del Cuadrado.

También participaron de una visita guiada en el Hotel Edén y otros museos.

Además de las visitas históricas los afiliados degustaron productos regionales de elaboración artesanal.

Recuerde visitar nuestro sector de turismo para enterarse de nuevos destinos para recorrer a lo largo de todo el país.

AMEPORT: 40 AÑOS SUMANDO VOLUNTADES

“Las grandes obras las sueñan los genios locos, las ejecutan los luchadores natos, las disfrutan los felices cuerdos, y las critican los inútiles crónicos”.

Toda institución nace, se desarrolla y se consolida con la decisión, la conducta y la voluntad de sus componentes. El esfuerzo a realizar puede parecer imposible, pero los resultados logrados en el tiempo hacen que ese esfuerzo se vea mínimo en base a la finalidad.

En ese largo trecho entre lo que se dice y lo que se hace, muchas veces parece un camino oculto e intransitable. Sin embargo y especialmente para los hombres de trabajo, ese camino siempre es la solidaridad.

Hacia fines del año 1972, un grupo de agentes de la Administración General de Puertos, empresa del Estado Nacional, decidió la constitución de una Asociación Mutual. Las conversaciones entre un grupo de hombres en el que se encontraba Jorge Falcón, Rodolfo Romero Amoroso, Raúl Fernandez, Alberto S. Salom, Miguel Angel Quiroga y Jorge Caimi

con la única preocupación de encontrar una forma de satisfacer determinadas necesidades sociales que por ser comunes a todo grupo comunitario, también existían

consejo y orientación. En este aspecto debe destacarse la Asociación Mututal de Ayuda Ferroviarios activos y jubilados de Rosario, Asociación de Ayuda entre Ferroportuarios de San Nicolás, la Mutual Ferroviaria de San Martín y la Mutual del Personal de Aduana. Estas entidades brindaron su experiencia a través de sus dirigentes.

Ahora Ameport es una pujante entidad mutualista que cuenta con casi 25000 socios y tiene convenios con 200 entidades estatales, provinciales, municipales y afines, y con un fructífero camino recorrido.

Una vez establecidos se empezaron a suceder los convenios para satisfacer esas necesidades, las cuales se fueron adaptando a los tiempos vividos.

Entre aquellos primeros servicios se encontraba la ayuda económica y la distribución de artículos para el hogar.

Posteriormente se creó el Departamento de Turismo, mediante el cual se contrataron hoteles en distintos puntos turísticos de nuestro país y se organizaban las vacaciones gratuitas para los hijos de nuestros asociados.

En el año 1982 se realizó el primer convenio para la prestación del servicio médico pre-pago. Otros hitos a destacar son la construcción del edificio de departamentos para vivienda sobre la avenida San Juan (año 2000), y ya en tiempo casi actual la compra de suites en el Edificio A.C.A.R.A. para satisfacer las necesidades de hospedaje de nuestros asociados del interior.

Nos enorgullece decir que, en Octubre de 2009, inauguramos nuestra tan ansiada sede propia, y el presente nos encuentra en plena evolución esforzándonos permanentemente para dar mas y mejores servicios a los inspiradores de todo esto. “Nuestros Asociados”.



La Sra. Lidia Blotta atendiendo a socios en el subsuelo de AGP, donde funcionó AMEPORT en los primeros meses de vida

en esta gran familia de la Administración General de Puertos. A estas conversaciones se le sumaron rápidamente Susana Maresca, Humberto Molina, Alberto A. Salom, Jorge Castrillón, Juan Carlos Tartaglini, José Manuel Bustos y Emilio Ramón Muzzio. Un elemental principio de organización recomendó la creación de una comisión provisoria.

Por su valor histórico debemos rescatar la fecha del 2 de Febrero de 1973, cuando la comisión provisoria brindó su informe a la asamblea constitutiva que sesionaba con la presidencia del Sr. Roberto Santoro. La Mutual ya contaba con 280 socios. Ellos eran sus fundadores.

Esta idea hecha realidad trascendió los límites de la A.G.P. y encontró un favorable campo de acción en otras entidades similares, que de inmediato brindaron su apoyo,



Sala de atención al asociado en Nuestra sede de Calle Hipólito Yrigoyen 684

Y BRINDANDO SOLUCIONES

Primer comisión provisoria:

- Amitrano, Lidia de
- Maresca, Susana Inés
- Storni, Norma T. de
- Amoroso, Rodolfo R
- Bayeto, Eduardo E.
- Boniface, Enrique
- Bustos, José M.
- Caimi, Jorge
- Demichino, Luis
- Duarte, Cesar A.
- Falcón, Jorge F.
- Fernández, Raul
- Fuertes, Eduardo
- Marino, Félix
- Olivieri, Angel
- Perticone, Carmelo
- Quiroga, Miguel Angel
- Salom, Alberto S.
- Salom, Augusto



- El primer hotel con convenio con nuestra mutual fue el "Gran Social" de la ciudad de Mar Del Plata y en 1981 se realizó la primera excursión a Colonia (Uruguay).

- En el año 1990, se modifica el estatuto de la Mutual, permitiendo de ese modo la incorporación de otros organismos nacionales.

Cuando en el año 1991 se modifica el estatuto de la Mutual, permitiendo el ingreso de trabajadores de otros organismos, a Nuestra Mutual se sumaron muchos trabajadores. Hoy en día los entes que más empleados tiene como asociados son: ANSES, La Municipalidad de Avellaneda, Jubilados de varios entes, el Hospital Posadas, el Ministerio de Desarrollo y el Ministerio de Salud. Hoy contamos con 25000 socios distribuidos en todo el país, siendo Buenos Aires la provincia con mayor cantidad de socios.

- El 2 de Febrero de 1973, nuestra entidad fue reconocida para actuar como tal, por el entonces llamado Instituto Nacional de Acción Cooperativa y Mutual (INACYM)

- En el año 1982 se realizó el primer convenio para la prestación del servicio médico pre-pago.

- En Octubre de 1982 se edita la primera revista de la Mutual, una edición de 15 páginas en blanco y negro con la tapa de color dorado.

- En el mes de enero de 2000 la mutual lanza su 1º pagina web, en ese entonces era: www.ameport.com.ar

- En el año 1984 AMEPORT realiza el primer congreso FAMFAE en el Salón de la AGP.

- En 1995 se compra el terreno de lo que posteriormente sería el edificio para viviendas AMEPORT 1, en Calle San Juan 1781/85. El emprendimiento inmobiliario se inauguró en el año 2000 y cuenta con 44 departamentos.

LAS PRIMERAS COMPUTADORAS

A mediados de 1984 el consejo de Administración de AMEPORT aprobó el proyecto de informatizar la Mutual. Para implementar el sistema fue necesario incorporar equipos de PC NEX 50, con doble disquete. Los discos utilizados por estas máquinas eran flexibles y muy prácticos para la época en la cual se vivía. Este adelanto tecnológico contribuyó al desarrollo de "Nuestra Mutual".

LA CREACIÓN DEL LOGOTIPO

Corría el año 1973 y Nuestra Mutual recién había sido creada en la Administración General de Puertos. En ese entonces Fernandez, Caimi y Salom de la junta promotora le pidieron a Oscar Shiavetta la confección del logotipo. Luego del concurso de 50 ideas todos coincidieron en elegir el de la bita, que es el símbolo de los puertos con la soga de amarre escribiendo el nombre.

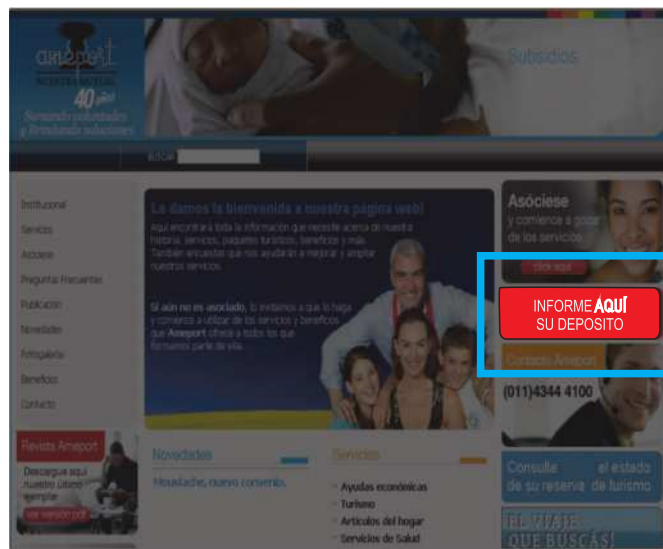
- En 1981 se abre el primer local de ventas de artículos del hogar en calle Belgrano 1682. El primer artículo vendido fue un TV color marca TOSHIBA. El socio que lo adquirió pertenecía a la Secretaría de Intereses Marítimos (SEIM): Héctor Santamartini

INFORME DE PAGO

En AMEPORT trabajamos para estar más cerca tuyo, por eso queremos brindarte en esta oportunidad una herramienta más para que puedas informar su pago realizado mediante

transferencia o depósito bancario. Para este sistema implementamos, dentro de nuestro sitio web, www.ameport.org.ar, un espacio exclusivo en donde puede ingresar e informar el

pago realizado. Este método es cómodo, fácil y seguro, además garantiza que la información llegue correctamente a nuestras manos en solo dos pasos.



Paso 1: una vez que **Ingresa a nuestra página web**, haga clic sobre el **botón rojo a su derecha que dice: INFORME AQUÍ SU DEPÓSITO** y continúe en el **paso 2**

Paso 2: complete los campos obligatorios que se piden en la página, una vez que los rellene haga clic en el botón “**enviar**”. De esta manera podemos procesar la información correctamente.

Pago por débito automático

Débito Directo en CBU

Prevía autorización descontamos directamente las cuotas de tu cuenta bancaria. Para ello necesitamos que completes el formulario “Autorización Débito Directo”

Débito automático en tarjeta de débito VISA ELECTRÓN

Si contás con ésta tarjeta, nos autorizás y descontamos directamente las cuotas de tu cuenta bancaria. Para ello necesitamos que completes el formulario “Autorización Débito automático Visa/Master”.

Débito automático en tarjeta de crédito VISA / MASTERCARD

Mediante estas tarjetas y con previa autorización descontamos directamente las cuotas de tu tarjeta. Para ello necesitamos que completes el Formulario “Autorización Débito automático Visa/Master”.

Cupones de pago

Este método de cobranza es aplicable para aquellos asociados que tengan que realizar el pago de una deuda puntual, por este medio se pueden abonar las cuotas sociales.

Este modo de pago tampoco es aplicable a socios que cuenten con descuento por recibo de haberes.

Rapipago

Solicitá tu cupón de pago y abonalo en cualquier centro Rapipago del país. Consultá la sucursal más cercana a tu domicilio en <http://www.rapipago.com.ar>.

Pago mis cuentas / Pagos Link

Mediante un código de pago individual para cada socio, podrá abonar mediante pago electrónico en los dos sistemas de cobro mencionados.

Visitando Nuestra Sede Social

En nuestra sede ubicada en Hipólito Yrigoyen 684 podés pagar tanto en efectivo como con tarjetas de débito. Contamos con terminales POSNET para que puedas abonar con tu tarjeta de débito sin necesidad de trasladar efectivo.

FORMULARIOS

Los formularios de autorización los podés descargar de nuestra página web, www.ameport.org.ar. No olvides firmarlos y enviarlo escaneado a cobranzas@ameport.org.ar, o por FAX al

(011) 4344 4100 o 0800 - 333 - 9962 (opción 2)

Es muy importante que estés al día en tus pagos, ya que ello posibilita que podamos seguir prestando más y mejor para vos y para el resto de los asociados.

¿Contamos con que ello así sea!

Sorteo de viajes a Mar del Plata en el festejo del Día del Ferroportuario

Más de 200 personas se dieron cita, el día 7 de Marzo de 2013, en el Club Obras Públicas de Olivos (Club AGP), para celebrar el Día del Ferroportuario. El festejo fue organizado por la dirigencia de Alberto Salom y Alberto Mayo, junto a la seccional Puerto Capital de APDFA a cargo de su secretario general, Dr. Gabriel Alejandro Preci, secundado por su secretario adjunto, Mateo Arfuso, y la Agrupación Nacional Ferroportuaria Raúl Scalabrini Ortiz,

presidida por Miguel Cavalli.

En conmemoración y en reconocimiento al ente en donde se gestó y se dieron los



primeros pasos de Nuestra Mutual como lo fue AGP y a sus trabajadores ferroportuarios que fueron los primeros

en realizar su contribución para apuntalar las primeras acciones de Nuestra Mutual, AMEPORT, donó 5 estadias para dos personas en el Hotel Dión de Mar del Plata que fueron sorteadas entre los asistentes al festejo ese mismo día.

Participaron del agasajo distintas autoridades de la Administración General de Puertos, de distintos puertos de la Provincia de Buenos Aires, de la Comisión Directiva Nacional de APDFA y del Consejo Portuario Nacional.

Socio+Socio: 3º sorteo de premios

El pasado 11 de Diciembre se realizó el 3º sorteo de premios de la campaña SOCIO+SOCIO que emprendió nuestra mutual.

Los premios sorteados fueron: una heladera, un TV Lcd de 42", una notebook, un viaje para dos personas a Cataratas del Iguazú. Además se sorteo un premio extra entre todos los que asistieron al sorteo, que fue un viaje a Córdoba para dos personas.

Nombre y Apellido	Nº de socio	Organismo	Premio
Biondi, Jose Luis	43470	CONICET	Viaje a Cataratas
Castillo, Roberto Carlos	35256	Terminal 4	TV Lcd 42"
Galarza, Claudia Natalia	33152	Min.de Desarrollo Social	Notebook
Rodriguez Fuentes, Maria	44681	Mun. de Zapala	Heladera
Ayala Barroso, Estefanía	42066	A.N.M.A.T	Viaje a Córdoba



Olga Román entrega el voucher del viaje a Cataratas a José Luis Biondi



Roberto Carlos Castillo muestra su premio en le Hall de Nuestra Sede



Luis Valeriano junto a la ganadora de la Notebook Claudia Galarza



Nicolás Vicchio entrega el voucher del viaje a Córdoba a Estefanía Ayala Barroso

Felicidades por el Nacimiento

Porque queremos estar en los momentos más importantes de la vida de nuestros socios



Diciembre 2012:

- Samara
- Giulietta
- Emma

Enero 2013:

- Constanza
- Agustina Belén
- Morena
- Micaela Jazmín
- Ramiro

Marzo 2013:

- Simón
- Sofía
- Aldana
- Lautaro
- Jazmín
- Ursula

Abril 2013:

- Marcos
- Ayelén
- Thiago
- Lautaro
- Ulises
- Irma
- Tomás
- Bianca
- Ernestina



Felicidades por el Casamiento

Diciembre 2012:

- Carla y Hugo
- Karina y Gabriel

Enero 2013:

- Sonia y Sergio
- Claudia y Dario
- Ma. Florencia y Gonzalo

Marzo 2013:

- Ana y Jorge
- Lorena y Estéban

Abril 2013:

- Gladys y Sergio
- Carolina y Claudio
- Viviana e Ignacio



Ahora podés encontrar Nuestra Mutual en Facebook

Buscanos como: Mutual Ameport

✓ Porque deseamos estar más cerca tuyo

✓ Porque queremos que estés mejor informado

✓ Porque buscamos conocer mejor tus necesidades

SEGUINOS EN FACEBOOK

Y ENTERATE DE MÁS NOVEDADES



La sensación ajena.



Una familia cuyos lazos se han quebrado, se trasfiguran en los 10 años en coma de Yukata. A pesar de sus 24 años y tener todavía la mentalidad de un adolescente, un amigo del padre lo ayudará a integrarse a ese mundo nuevo.

La cámara temerosa, se aleja del episodio dramático. Se comporta de modo irreverente ante los sucesos. Kiyoshi Kurosawa en *Ningen gôkaku* (Licencia para vivir, 1998) emplea los sobre encuadres como técnica para lograr un distanciamiento entre los personajes y el espectador. Resulta inquietante esa lejanía, la identificación emotiva con los personajes en esas circunstancias se complica, pero no podemos obviar la relación que tiene esto con el protagonista, quien separado de la realidad despierta y encuentra otra diferente. Estos sobre encuadres son una

alegoría a la extrañeza de Yukata hacia el mundo que lo rodea y la inexistente comunión con los demás. Hay una escena, en la casa, donde el plano nos ubica detrás de una ventana, nos muestra como Yukata detrás del marco de la puerta, provocando una mayor sensación de distanciamiento, interrumpe al padre que esta realizando un ritual. Este último le explica que es por un problema personal de hace tiempo pero que no está relacionado con el accidente. Extrañado, el protagonista le pregunta de qué problema está hablando, a lo que el padre evita diciendo que no podría comprenderlo, este como otros momentos de la película recrean estas dos vertientes relacionadas con el sobre encuadre.

Los espectadores se sienten ajenos al conflicto emocional que se genera entre padre e hijo, al no estar en el ambiente no se puede percibir la tensión con plenitud. A esa relación familiar le ocurre algo similar, también marcada por la ubicación de los personajes, el impedimento de Yukata para ingresar a la habitación, ubicándose por detrás del marco de la puerta, es impuesta por la fría relación que tiene con su padre. La barrera entre ellos se acentúa al dejar todo en manos del silencio.

Otra de las maneras que tiene el director de hacernos ajenos a lo que vemos, es

mostrarnos la espalda de un personaje o la parte de atrás de un objeto. A su vez un personaje lo observa en posición frontal hacia la cámara, permitiéndonos idealizar el estado de lo que no podemos ver de frente. Recurso para implementar un fuera de campo dentro del plano y jugar con la astucia del espectador para interpretar a los personajes de cara al foco de la cámara. Así ocurre cuando Yukata, acostado en su cama, le da la espalda a la cámara. En esta escena él escucha a su padre, quien sentado en el rincón opuesto de la habitación y a oscuras le dice a su hijo que lo perdone por que se irá de viaje. Plano de carácter frío. No podemos ver el rostro del protagonista ni tampoco podemos observar con claridad las gesticulaciones del padre debido a la tenue iluminación. Aquí la puesta en escena complota contra el espectador, posicionándolo otra vez en un lugar ajeno al que está presenciando, como *Voyeur* Kurosawa disfruta espiando a los demás. Sin embargo, los obstáculos materiales o sentimentales, impiden a la cámara registrar más allá de lo que se ve. Esta mirada es fría, no se interesa por las acciones que suceden.

Pablo Flaherty
Crítico Cinematográfico

Hable con el cine



Hable con ella habla del cine, de la experiencia de ir al cine, de cómo uno se relaciona con lo que ve, de cómo se modifica lo visto con la subjetividad propia y de como nos afecta en la vida.

Almodóvar logra una abstracción tal que un espectador

desprevenido puede llegar a pasar por alto

esta apreciación y no logre conseguir ver más que la historia planteada y ubicarse en alguna posición moral. Pero el director no nos está diciendo que hablemos solo con ella (la protagonista), sino que plantea un diálogo también con la pantalla, con la historia del cine. Este diálogo es una constante en la filmografía de Almodóvar, haciendo citas o alusiones entre sus mismas películas o con films históricos del cine mundial, la relación con ella es tanto la reciprocidad del espectador con el cine como la del director con la película, teniendo en cuenta la intervención de él dándole vida, maquillándola, hablándole, leyéndole y haciendo que tenga diálogos: eso es la esencia del cine.

El cine da vida a objetos inertes, el

enfermero hace lo mismo. El desenlace de la historia es trágico, el enfermero/ director paga por sus pecados. Muchas de las estrellas de Hollywood pagaron por los descontroles que hicieron.

Había dos realidades: una la que se mostraba y otra la que ocurría fuera de la pantalla, estas realidades se entrelazan y convierten al cine en algo mágico.

Hable con ella es la materialización de cómo Almodóvar siente el cine. Expresa la manipulación del material y el producto finalizado en una historia. El cine es expuesto en esta película y Almodóvar lo traslada a su mundo cinematográfico.

Nicolás López Polo
Estudiante de Crítica Cinematográfica

El furor del running

Miles de remeras de colores llamativos avanzan por las calles de las ciudades, casi como una masa homogénea y llamativa visualmente intentando llegar a la meta. El running se puso de moda y es furor en las grandes urbes.

Según estudios de la Universidad de Harvard, el ser humano está preparado genéticamente para correr grandes distancias. Antiguamente se corría para cazar animales, alimentarse y subsistir. Si bien en la actualidad no se requiere correr para comer, se estipula que esa carga genética está latente en el cuerpo por si en algún momento fuera necesario usarla.

ejercer esta rutina, sin lugar a dudas son los beneficios físicos y mentales que se producen en las personas.

Desde el punto de vista psicológico, practicar running ayuda a reducir y controlar el estrés de las tensiones habituales, desarrolla y estimula la voluntad, el autoconocimiento, la autoestima y la autosuperación. Teniendo en cuenta que vivimos de manera acelerada, inmersos en una rutina diaria exigente, salir a correr se impuso como una actividad que ayuda a desconectarse, a ser egoísta por un rato y vincularse con la naturaleza. Es una disciplina que no sólo pasó a ocupar espacios de ocio sino que hoy pasó a colarse en la agenda diaria,

- Riñones: se aumenta el flujo sanguíneo con el cual se disminuye el riesgo de deficiencias.

- Huesos: correr con moderación ayuda a engrosar los huesos de las piernas y los pies.

- Nivel de grasa corporal: el hombre tiene un 22% de grasas corporales y la mujer 27%, correr 3 veces por semana durante 30 minutos hace quemar 1300 calorías.

- Pulmones: si bien correr no mejora el funcionamiento directo de los pulmones, si ayuda a fortalecer los músculos respiratorios como el diafragma.

- Presión cardíaca y sanguínea: las paredes del corazón ganan en grosor y esto permite que con cada latido llegue más



Se descubrieron 26 marcas biológicas en nuestro cuerpo que determina que estamos preparados para correr, entre ellas se destacan el talón de Aquiles y la longitud y disposición de los dedos del pie.

Correr es una habilidad de casi todos los seres humanos, partimos de una base en la cual no se necesita de grandes técnicas o desarrollar ciertas habilidades. No cualquiera puede jugar al básquet al lado de Ginóbili o practicar fútbol con Messi, pero sí cualquiera puede anotarse en una maratón y largar junto al campeón olímpico de la disciplina.

El punto más favorable que se destaca en

mucha gente organiza su día en función del entrenamiento.

La carrera a pie, puede influir positivamente en la mayoría de las funciones orgánicas. Según estudios médicos, correr entre 8 y 16 Km semanalmente reduce en un 20% el riesgo de tener un ataque cardíaco.

Detallamos a continuación los beneficios de esta actividad en ciertas partes de nuestro cuerpo:

- Articulaciones: se verán lubricadas y más flexibles.

- Cerebro: cuando corremos se liberan endorfinas que generan sensación de bienestar y exaltación del ánimo.

sangre a los pulmones.

El running tiene muchas ventajas en su haber, no se necesitan muchos elementos costosos para practicarlo, no requiere de gastos en pagar un gimnasio o la cuota de un club, simplemente se puede desarrollar en un lugar público como parques, plazas o costaneras. Si requiere de un par de zapatillas apto para prevenir lesiones en las articulaciones.

Como conclusión podemos decir que son varias las razones por las cuales cada vez son más los que se acercan a esta actividad, la atesoran y la viven como la posibilidad de disfrutar, compartir, superarse y estar en forma.



**PUERTO
BUENOS AIRES**

El Puerto Federal Argentino

www.puertobuenosaires.gob.ar - Avda. Ingeniero Huergo 431 (C1107AOE) - Buenos Aires - Argentina
TEL/ FAX: +54-11-4342-1727 / 4342-6836

CAPITAL FEDERAL**Farmacia****Antigua San Carlos**

40% descuento en medicamentos genéricos.
20% descuento en medicamentos de primera línea.
10% descuento en artículos de perfumería y regalería. - Av. Rivadavia 4002 Tel.: 4981-5204
Lun a Sab de 9.00 a 20.30hs

Belleza Personal**YMAJINE GROUP**

30% descuento en cortes, peinados, coloración, alisados, manicuría, depilación, belleza de manos, de pies.
10% descuento en la venta de productos de cosmética capilar, belleza de primera línea y accesorios.
20% descuento en el SPA, en tratamientos corporales, rejuvenecedores, terapias complementaria, solarium.
30% descuento en todos los cursos que se dictan en el Instituto peluquería, modelaje, depilación, maquillaje.
Descuentos con pago en efectivo
Sucursales
Av. Callao 416 / México 1844 / Tel: 4384-9580 4372-7442
E-mail: escuela@ymajine.com.ar
Web: www.ymajine.com.ar

Casa Lindao (Spa - Relax)

25% descuento en Masoterapia, reflexología, radiofrecuencia, electroestimulación, masajes, tratamiento facial, podología y más. (No acumulable con otras promociones)
Combate de los Pozos 346 1°P Tel.: 4384-0794 4383-5219 - Lun a Sáb de 9.00 a 20.00 hs.
E-mail: info@casalindao.com.ar
Web: www.casalindao.com.ar

Agrimensura**Sr. Osvaldo Oscar Oderigo**

Mat. Profesional CABA N° 2552 / Pcia. Buenos Aires N° 631
Servicios de agrimensura: Mínimos Honorarios
- Ciudad Autónoma de Buenos Aires
- Provincia de Buenos Aires
Tel. (011) 4383-8319 / 15-4563-0455

Peluquería**Trevi Coiffeur**

15% descuento en cortes, peinados, manicuría, belleza de manos, y de pies.
Moreno 1103 Tel: 4384-5878
E-mail: trevi_coiffeur@hotmail.com

Artículos de cotillón**El Baby**

15% descuento en el total de la compra.
+ **obsequios** - Entrevista al: Tel. 4931-6173 ó al 15- 4078-5421

Asistencia Psicológica**Lic. Marilina Fernández**

M. N. N° 49848

25% de Descuento en
- Entrevistas de admisión.
- Psicoterapia individual, de niños, y adolescentes.
- Psicodiagnóstico.
- Orientación vocacional.
- Orientación de padres.
Hipólito Yrigoyen 1994 PB Dpto.4, Ciudad de Buenos Aires. - Para solicitar entrevista comunicarse a: Tel. (011) 4952-5845 Cel. 153-259-3809
E-mail: marilinaamdq@yahoo.com

Asesoramiento previsional**Dr. Roberto Daniel Martínez y Asociados.**

Tramitación de los beneficios de Jubilación y/o Pensión. Revisión de liquidación de haberes de beneficios de Jubilación y/o Pensión.
Solicitar turno en: Perú 345 8° "D" CABA Tel. 4342-8125/7487/4331-5372
E-mail: info@estudiordm.com
Web: www.estudiordm.com

Escribanía**Escribanía Armando**

Atención de consultas notariales. que deberán efectuarse de manera personal en la oficina de la ESCRIBANÍA.
Av. Julio A. Roca 546 2°P Tel.: 4343-3273 / 6985

Contador Público**Carlos Britos**

Mat. Profesional CPCECABA T. CCCLX F.46 UNLZ
- Asesoramiento impositivo contable.
- Tramitación de franquicia impositiva para la adquisición de vehículos a personas con capacidades diferentes. - Solicite turno al: Tel. (011) 4605-3306 / 15-5879-7634

Turismo**Del Plata Viajes**

5% de descuentos en pasajes.
Hipólito Yrigoyen 694. Tel.: 4342-5770
E-mail: reservas@delplataviajes.com.ar
Web: www.delplataviajes.com.ar

Residencias Cooperativa Turismo

10% descuento alojamiento en temporada alta y media, en Complejo Chapadmalal
20% descuento alojamiento temporada baja, en Complejo Chapadmalal
Consultas y reservas en Ameport Turismo

Hotel Dazzler Campana

Promoción: 3 días y 2 noches con cena de 3 pasos - 4 cuotas sin interés \$205
Informe en el departamento de Turismo de AMEPORT.

Deportes**Asociación Cristiana de Jóvenes (YMCA)**

Importantes descuentos en cuota individual y de grupo familiar.
Sedes Centro: Reconquista 439 / Parque Lafuente 2480.
Tel.: 4311-4785 E-mail: ymca@ymca.org.ar
Web: www.ymca.org.ar

Clase de Natación Aquagym, y Pileta Libre.

20% de descuento en el total del abono.
Ramón L. Falcón N° 5177 Tel.: 4635-0047 1561304902. - Lun a viern de 08:00 a 22:00 hs.
Sab de 10:00 a 18:00 hs.

Cursos**Liga Naval Argentina**

10% descuento en cursos de Timonel de Yate y Patrón de Yate. - Reconquista 385 3er piso. Tel.: 4394-5469
E-mail: socios@liganaval.org.ar
Web: www.liganaval.org.ar

Indumentaria masculina**Varonil**

15% descuento compra con tarjeta de Crédito (no acumulable con otras promociones)
25% descuento compra con pago en efectivo.
Sucursales
Av. de Mayo N° 790 / Av. Corrientes N° 2238
Tel. 4343-1272 / 4951-1122/9152 - Lunes a Viernes de 09:00 a 20:00hs. Sáb. de 09:00 a 13:00hs.
E-mail: varonil@speedy.com.ar
Web: www.varonilhombres.com.ar

Moustache

20% de descuento para pago al contado.
Piedras 75, CABA - Lunes a viernes de 9:30 a 19:30hs. / Sábados de 10:00 a 13:00hs.
Tel. 4342-5700 / juliosuarez@live.com.ar

Clases de Teatro**Escuela de Teatro Jorge Dorio**

20% de descuento en abono mensual
Quintino Bocayuva 386 - CABA - TEL: 4983-5167
escueladeteatrojorgedorio@gmail.com

Salud Mental**Atico**

30% descuento en todos los servicios
Teodoro García 2574/78 - Tel: 4553 3800
Web: www.aticocooperativa.com.ar

Fundación Espacio Redes

30% descuento en todos los servicios
Malabia 2137, 11° F - Tel: 4832 3375
Web: www.espacioredes.org

Indumentaria femenina**María Cabrera**

20% descuento en valor total de compra al contado.

Brasil 821 Tel.: 4307-9267

Espacio Lingerie

10 % descuento en valor total de compra.

Av. de Mayo 817 - Loc. 63

Espectáculos**Sabor a Tango –Voz Tango**

2x1 Todos los días.

Consultas: turismo@ameport.org.ar

Tel.: 4344-4100 (opción 2)

Turismo SIC

Descuentos en teatros, espectáculos, cursos, días de campo y muchos más.

Talcahuano 374 Tel.: 4372-2496 / 7416

E-mail: infosic@sic-turismo.com.ar

Web: www.sic-turismo.com.ar

GRAN BUENOS AIRES**Farmacia****Maga Shop y Red de Sucursales**

40% descuento en los medicamentos genéricos.

Av. A. Baranda 200. Quilmes. Tel.: 4251-4019 /

4252-4163 / 3387 / 8576

Lun a Viern. de 8 a 22 hs

Web: www.magaplus.com.ar/farmacia.php

Ortopedias**Cirugías Nedisur**

5 % al 20% descuento en la venta de productos.

10% descuento en el alquiler de los elementos de ortopedia en general.

Av. Belgrano 894. Avellaneda Tel.: 4201-9029.

Email: cirugianedisur@fibertel.com.ar

Ortopedia 9 de julio

3 % al 15 % descuento en la venta de productos.

5% al 10 % descuento en el alquiler de los elementos de ortopedia en general.

Calle 9 de Julio 18. Avellaneda Tel.: 4201-9077.

Email: info@ortopedia9dejulio.com.ar

Web: www.ortopedia9dejulio.com.ar

Soluciones digitales**VIMARK COMPUTER STORE**

20% descuento en Servicio Técnico Especializado en: Reparación en PC, Impresoras, Scanner, Grabadoras, y tecnología afín en computación; asesoría, venta de equipos y productos de computación. -

San Martín 2595 - Florida. Buenos Aires. Tel. 4797-7693

- vimarkpcs@yahoo.com.ar / www.vimarkpcs.com.ar

IMPORTANTE

Para acceder a los descuentos se deberá cumplir con los siguiente requisitos:

1 - Ser asociado/a.

Belleza Personal**YMAJINE GROUP**

30% descuento en cortes, peinados, coloración, alisados, manicuría, depilación, belleza de manos, de pies.

10% descuento en la venta de productos de cosmética capilar, belleza de primera línea y accesorios.

20% descuento en el SPA, en tratamientos corporales, rejuvenecedores, terapias complementaria, solarium.

30% descuento en todos los cursos que se dictan en el Instituto peluquería, modelaje, depilación, maquillaje.

Descuentos con pago en efectivo

Sucursales

Calle 14 N° 4635 (Esq. 147) Berazategui Tel.: 15-3542-0193

Merlo 639 Tel.: 0237-463668

E-mail: escuela@ymajine.com.ar

Web: www.ymajine.com.ar

Indumentaria Deportiva**La Casa del Deporte**

10% descuento en el total de la compra.

Lacarra N°1707. Avellaneda Tel.: 4203-5765

PROVINCIA DE BUENOS AIRES**Belleza Personal****YMAJINE GROUP.**

30% descuento en cortes, peinados, coloración, alisados, manicuría, depilación, belleza de manos, de pies.

10% descuento en la venta de productos de cosmética capilar, belleza de primera línea y accesorios.

20% descuento en el SPA, en tratamientos corporales, rejuvenecedores, terapias complementaria, solarium.

30% descuento en todos los cursos que se dictan en el Instituto peluquería, modelaje, depilación, maquillaje.

Descuentos con pago en efectivo

Sucursales

Chascomús: Bolívar 239. Tel.: 02241-423633

Necochea: Av. 75 2792. Tel.: 02262-526227

E-mail: escuela@ymajine.com.ar

Web: www.ymajine.com.ar

TUCUMÁN**Centro de Actividad Física****"VITAL SPORT"**

20% descuento en el total del abono al contado.

Santiago N°886, San Miguel de Tucumán

SALTA**Farmacia****Wadad**

15 % de descuento en total de la compra.

Tucumán 322 Tel.: 0387-4232646

Lun a Sáb de 08.30 a 13.30 hs. y de 17.00 a 22.30 hs.

2 - DNI y el carné que lo acredite como tal, o el último recibo de sueldo en el que coste el descuento de la cuota societaria.

RIO NEGRO**Belleza Personal****YMAJINE GROUP**

30% descuento en cortes, peinados, coloración, alisados, manicuría, depilación, belleza de manos, de pies.

10% descuento en la venta de productos de cosmética capilar, belleza de primera línea y accesorios.

20% descuento en el SPA, en tratamientos corporales, rejuvenecedores, terapias complementaria, solarium.

30% descuento en todos los cursos que se dictan en el Instituto peluquería, modelaje, depilación, maquillaje.

Descuentos con pago en efectivo

Esmeralda y Urquiza. Cipolletti

Tel.: 0299-4431318

E-mail: escuela@ymajine.com.ar

SALTA**Óptica****Neo Visión**

15% en Valor total de compra contado.

Mendoza N°369 Sur Tel.: 0264-420449

TODO EL PAÍS**Óptica****Hipervisión Red de Ópticas**

Descuentos para CABA y Gran Buenos Aires:

50% en cristales - 30% en armazones - 40% en lentes de contacto - 10% en líquidos.

Interior del País

30 % en cristales y lentes de contacto al contado.

Web: www.redhipervision.com.ar

Los descuentos se aplicarán de acuerdo a cada centro de atención.

Recordamos a todos los asociados, que la óptica adherida a Ameport de Luis Valeriano lozano, presta en forma exclusiva sus servicios en las instalaciones de nuestra sede social sita en Hipólito Yrigoyen 684, CABA

Sobria Presenza

20% descuento en prendas de vestir

-CABA: Salta 369 - de lunes a viernes de 9.30 a 18.30 hs

Tel: 011 5217 8421

- Ing. Maschwitz - Maschwitz Mall - ruta Panamericana Km 42.5 - de lunes a domingo de 10 a 21 hs - Tel: 0348 444 0753

- Mar del Plata: Rivadavia 2543 - de lunes a domingo de 10 a 21 hs. Tel: 0223 495-1877

Seguro para el Automóvil**Federación Patronal Seguros S.A.**

15% descuento sobre el precio de venta enmostrador.

Tel.: 4202- 4249

e-mail: info@seguros.etchegaray.com.ar

3 - En el caso de la farmacia y ortopedia, aparte de lo mencionado anteriormente, deberá presentar la receta prescrita por el médico

SUDOKU

Completar todas las casillas existentes, teniendo en cuenta que no pueden coincidir 2 números iguales en la misma fila o en la misma columna. O sea, que no puedes tener 2 números idénticos en horizontal y/o vertical. Tan solo puedes rellenar números del 1 al 9

5			2	8		7		
1			3			4	8	
8			6			3		
	3			4	6		2	
	4	5				9	6	
	1		5	9			4	
		2			3			4
	9	6			1			8
		1		6	7			9

CRUCIGRAMA

		A						
		M						
		E						
		P						
		O						
		R						
		T						

A: Capital del Chile - M: Provincia donde se encuentra las cataratas del Iguazú - E: Quinto día de la semana
P: comida a base de huevos y harina - O: Décimo mes del año
R: Expresión de alegría (pl) - T: Apellido del actual ministro de trabajo

SOPA DE LETAS

S	R	Z	F	A	P	T	A	R	A	C	A	Z	U	M	Y	P	Z
E	J	O	T	J	X	O	U	J	K	Y	O	L	B	I	T	E	F
R	K	B	A	R	O	H	P	O	X	U	E	R	R	N	B	A	P
V	Z	L	V	O	L	U	N	T	A	D	E	S	H	I	V	F	X
I	P	A	L	U	Z	B	V	E	I	O	R	H	Z	T	K	L	O
C	Y	U	O	B	F	U	A	P	Z	C	T	K	L	U	Y	S	X
I	H	T	E	J	A	R	L	K	V	J	A	Y	J	R	T	O	H
O	Z	U	V	E	Y	T	E	H	B	F	X	E	V	I	P	L	V
S	H	M	U	K	J	T	J	T	O	J	U	L	O	S	F	U	Z
D	X	A	J	A	Y	U	D	A	E	C	O	N	O	M	I	C	A
E	O	R	U	X	S	R	E	S	N	B	A	X	S	O	R	I	E
S	Z	T	F	Y	N	I	H	J	R	N	S	F	T	U	M	O	U
A	L	S	S	A	H	S	U	B	S	I	D	I	O	S	L	N	A
L	E	E	N	X	S	M	F	S	A	S	E	S	P	R	Y	E	H
U	A	U	V	Y	U	O	N	L	V	O	H	K	B	Z	X	S	T
D	B	N	T	K	E	F	V	N	O	I	C	A	E	R	C	E	R

Encuentre palabras que están relacionadas con nuestra mutual, pueden estar horizontales, verticales, diagonales; al derecho o al revés:

- AYUDA ECONÓMICA
- TURISMO
- SERVICIOS DE SALUD
- ÓPTICA
- MINITURISMO
- RECREACIÓN
- SUBSIDIOS
- VOLUNTADES
- SOLUCIONES
- NUESTRA MUTUAL
- ACARA

Encuentre las Sociones en nuestro Facebook: Mutual Ameport

APROVECHÁ LAS PROMOCIONES QUE TENEMOS PARA VOS



Calefactor Emegé

Modelo 9030TB
3000 Calorías.
Tiro balanceado
Gas natural – Gris
Salida Frontal
1 año de garantía
Industria Argentina

Precio Lista Contado \$1750 0

15 pagos sin
interés \$116,⁶⁶

Lavarropas Aurora

Modelo 6209
Capacidad 6 Kg
900 Rpm – Clase AA
17 programas de lavado
Carga frontal
1 año de garantía
Industria Argentina

Precio Lista Contado \$3206 0

15 pagos sin
interés \$213,⁷³



Horno Eléctrico BGH

Modelo BHE-42M11
42 Litros – 1800 Watts
Timer 120 minutos
4 niveles de cocción
Mango para bandeja
1 año de garantía
Origen: China

Precio Lista Contado \$999 0

12 pagos sin
interés \$83,²⁵

Secarropas KOH-I-NOOR

Modelo B-652
5,2 Kg de capacidad – 2800 Rpm
Carcaza electrozincada blanca
Batea acero inoxidable
1 año de garantía
Industria Argentina

Precio Lista Contado \$932 0

12 pagos sin
interés \$77,⁶⁶



Cocina Orbis

Modelo 954020
4 Hornallas – Enlozada blanco
Horno autolimpiante
Multigas – Puerta vidrio doble
1 año de garantía
Industria Argentina

Precio Lista Contado \$3235 0

15 pagos sin
interés \$215,⁶⁶

Nebulizador San Up

Modelo 3042
Ultrasónico
Apto para calefactor Warm
Sistema A.D.R. silencioso y seguro
1 año de garantía
Origen China

Precio Lista Contado \$429 0

12 pagos sin
interés \$35,⁷⁵



FOTOS DE CARÁCTER ILUSTRATIVO NO CONTRACTUALES

Para mayor información sobre los artículos promocionados comunicate al (011) 4344-4100 (opción 3), desde el interior del país sin cargo al 0800-333-9906 o escribinos a ventas@ameport.org.ar oferta válida hasta e 30/05/2013 o hasta agotar stock

Precio Total Financiado = Precio Lista Contado - Tasa Nominal Anual: 0%

APROVECHÁ LAS PROMOCIONES QUE TENEMOS PARA VOS



TV RCA

Modelo L32E20
Resolución: 1366x768
Pantalla: 32" LED
HDMI x 3
USB x 2
1 año de garantía
Industria Argentina

Precio Lista Contado \$3219 ⁰/₁₀₀

15 pagos sin interés \$214,⁶⁰/₁₀₀

Tablet + Funda Samsung

Modelo GT-P5110zw
Sistema operativo Android 4,0
Resolución 1280x800 Megapíxeles
Cámara 3 Megapíxeles + Filmadora
Memoria interna 16 giga Expandible
Conectividad WIFI - USB 2,0 - Bluetooth
1 año de garantía - Origen: Brasil



Precio Lista Contado \$3950 ⁰/₁₀₀

15 pagos sin interés \$263,³³/₁₀₀



Notebook RCA

Modelo A4-1125P
Procesador Pentium Dual Core
Resolución: 1366x168Mp
Pantalla: 14" LED
Disco Rígido 500 Giga
Memoria RAM 2GB
Sistema operativo Windows 7 Home Premium
Web Cam 1,3 Mp
1 año de garantía
Industria Argentina

Precio Lista Contado \$3985 ⁰/₁₀₀

15 pagos sin interés \$265,⁶⁶/₁₀₀

Videocámara Samsung

Modelo: HMX-Q20
Resolución 1920x1080
Pantalla 2,7"
Detección de rostro
Agrega música y sonido
1 año de garantía
Industria Argentina.



Precio Lista Contado \$2990 ⁰/₁₀₀

15 pagos sin interés \$199,³³/₁₀₀



Caloventor Electrolux

Modelo: Cal-35 - de pared
Timer de 30" a 7,5 hs
Potencia 1000° a 2000°
Control remoto
1 año de garantía
Industria Argentina

Precio Lista Contado \$749 ⁰/₁₀₀

12 pagos sin interés \$62,⁴²/₁₀₀

Camara digital Samsung

Modelo: DV-300F
16,1 Megapíxeles
Doble Pantalla Frontal 1,5"
Trasera 3"
Zoom óptico 5x
Conectividad WiFi
1 año de garantía
Industria Argentina



Precio Lista Contado \$1989 ⁰/₁₀₀

15 pagos sin interés \$132,⁶⁰/₁₀₀

FOTOS DE CARÁCTER ILUSTRATIVO NO CONTRACTUALES

Para mayor información sobre los artículos promocionados comunicate al (011) 4344-4100 (opción 3), desde el interior del país sin cargo al 0800-333-9906 o escribinos a ventas@ameport.org.ar
oferta válida hasta e 30/05/2013 o hasta agotar stock

Precio Total Financiado = Precio Lista Contado - Tasa Nominal Anual: 0%