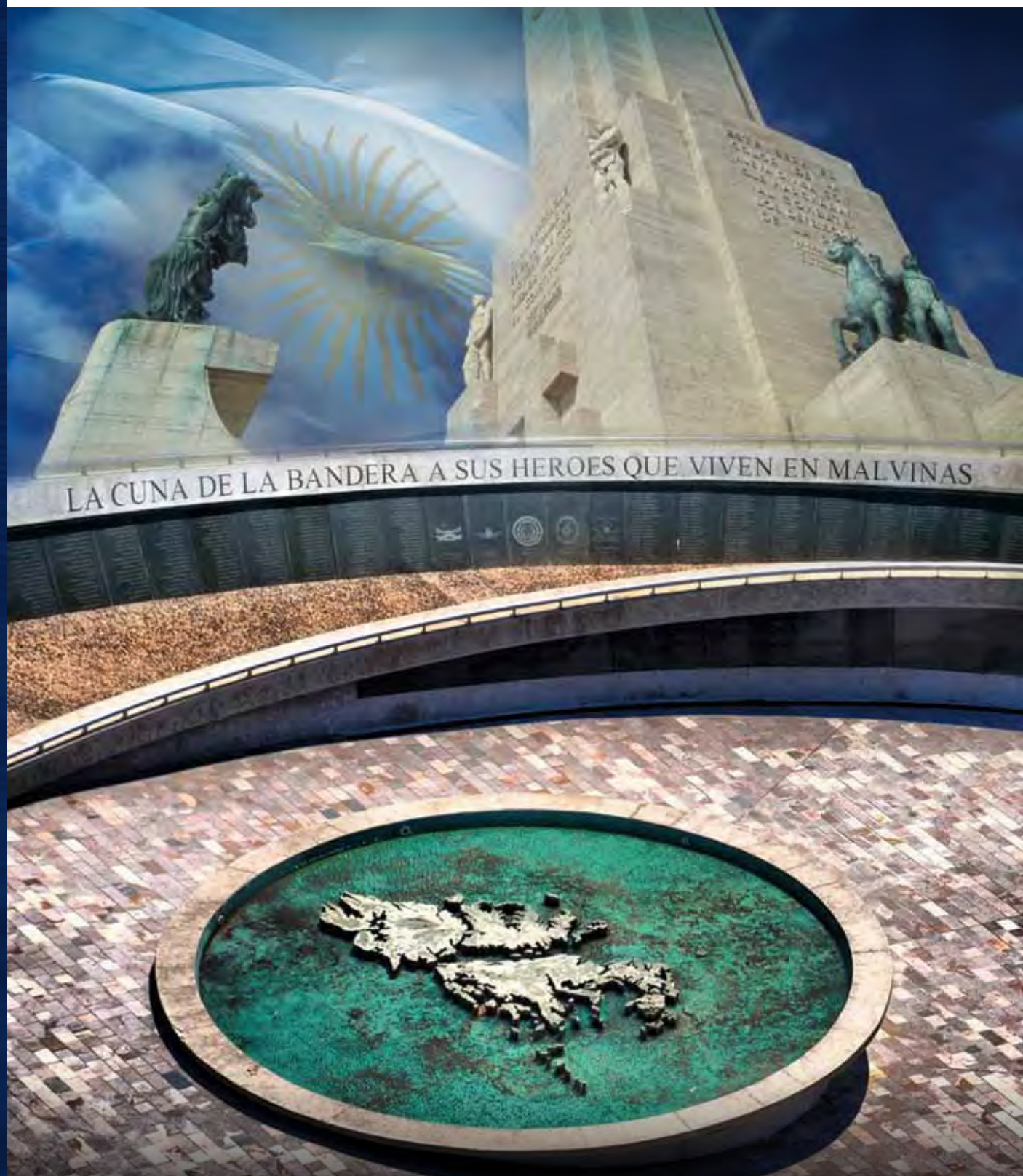




# CÍRCULO OFICIALES DE MAR





# CÍRCULO OFICIALES DE MAR

Asociación Profesional y Mutual  
Inscrito en el Registro de Mutualidades bajo el N° C.F. 231

*Publicación trimestral de interés general y distribución gratuita para los asociados*

## COMISIÓN DIRECTIVA

Presidente	<b>Tolentino González</b>
Vicepresidente	<b>César del Rosario Godoy</b>
Secretario	<b>Jehová Romero</b>
Prosecretario	<b>Alfredo Calderón</b>
Tesorero	<b>Jorge Eduardo Chimento</b>
Protesorero	<b>Juan Carlos Torrez</b>
Vocal Titular 1	<b>Rodolfo Antonio Carrizo</b>
Vocal Titular 2	<b>Francisco López</b>
Vocal Titular 3	<b>Roberto Raúl Sanchez</b>
Vocal Titular 4	<b>Antonio Vicente Jofré</b>
Vocal Suplente 1	<b>Carlos Enrique Cabrera</b>
Vocal Suplente 2	<b>Adolfo Silvero</b>
Vocal Suplente 3	<b>José Luis Zamora</b>

## COMISIÓN FISCALIZADORA

Presidente	<b>Humberto Toloza</b>
Secretario	<b>Carlos Adalberto Montero</b>
Vocal Titular 1	<b>Pedro Enrique Lencinas</b>
Vocal Titular 2	<b>Amado P. Valeriano</b>
Vocal Suplente 1	<b>Carlos Andrés Guevara</b>
Vocal Suplente 2	<b>Saturnino Benítez</b>
Vocal Suplente 3	<b>Vicente Gramajo</b>

## REPRESENTANTES SEDE CENTRAL

Titular 1	<b>Daniel Omar Fiol</b>
Titular 2	<b>Luis Alberto Barrios</b>

### Representantes Suplentes

Suplente 1	<b>Manuel Egidio Kessler</b>
Suplente 2	<b>Vicente Danilo Cerrudo</b>

## STAFF

Director  
Tolentino González

Subdirector  
Francisco López

Redacción y Diseño Gráfico  
Typos S.R.L

Producción  
Impresos M.F.B.

Distribución  
Círculo Oficiales de Mar

*Las opiniones vertidas por colaboradores y avisadores comerciales a través de estas páginas son personales y no deben ser consideradas como oficiales del C.O.M.*

*La publicación de avisos comerciales no constituye un respaldo de la Institución para las firmas, productos o servicios publicados.*





# Editorial

Tal como lo manifestamos en nuestro mensaje del número anterior, comenzamos el año con renovada esperanza en el destino de nuestra Patria, forjada fundamentalmente en los campos de batalla, alimentada con el sudor, sangre y sacrificio de hombres, mujeres y niños. Su historia nos presenta hechos y personas que gestaron nuestra emancipación e independencia con denodado esfuerzo y verdadero patriotismo. El pueblo argentino debería sentirse orgulloso de sus antepasados valorando las sangrientas campañas de las armas de la Patria en arduas luchas a costa de ríos de sangre criolla y mestiza y también de bienes.

Desde nuestra emancipación e independencia, en todas las evocaciones históricas encontramos actores y circunstancias que nos marcan para siempre con el sello inconfundible que dejan las buenas acciones de los bien nacidos hijos de esta bendecida tierra argentina y, por suerte, hispanoamericana. Ello nos obliga a mantener siempre viva la llama de la libertad y el compromiso ineludible de bregar por el engrandecimiento del país, trabajando con responsabilidad y esmero, respetando sus símbolos, rindiendo culto a sus héroes, protegiendo sus recursos naturales, preservando y defendiendo en definitiva su soberanía.

Sobrados ejemplos nos marcan el derrotero a seguir, como el valor que inspiró a los porteños en el año 1806 durante el rechazo a los ingleses invasores, quienes altamente superiores en número, armamento y experiencia, no pudieron contra una ciudad en armas, que se mantuvo soberana. El mismo indómito coraje insufló el espíritu de los hombres del general Mansilla en 1845 cuando en la Vuelta de Obligado y Punta Quebracho, defendieron con honor la soberanía patria ante la intrépida flota anglo-francesa, derrotada gracias al ingenio y bravura de los soldados criollos. La Campaña del Desierto que

*“Perdimos la guerra, dijo el vencido;  
y el vencedor respondió:  
peor fue cuando perdimos la paz.”*

*Sergio Olarte*

*“Las madres de los  
soldados muertos  
son los jueces de la  
guerra” ”*

*Bertold Brecht*

*(1898-1956)*

*dramaturgo alemán*

no ha sido otra cosa que una guerra de fronteras para extender los dominios soberanos, también nos presenta acciones de arrojo y heroísmo, tanto del “milico” como de las heroicas y sufridas “chinas cuarteleras”, mujeres de agallas que acompañaron a sus “hombres” en la azarosa vida en los fortines, entre las que podemos mencionar a la Pasto Verde, Mama Culepina, la Vieja Pilar. Otras, como por ejemplo la Generala Juana Azurduy del Ejército del Norte que combatiría al lado de su hombre con tal bravura que le llegaron a dar jerarquía militar por su destacada valentía, su fortaleza tanto física como espiritual y por su valor en combate.

Así, llegamos al 2 de abril, fecha muy cara a nuestros sentimientos en que conmemoramos un nuevo aniversario del desembarco de las armas patrias en las usurpadas Islas Malvinas. Hecho histórico que marcó el despertar de una Nación a la que le tomaran por la fuerza parte de su territorio. No abrimos juicios de valor sobre las decisiones políticas, a la oportunidad o conducción de la guerra, pero sí consideramos que debemos hablar de la epopeya de Malvinas porque mostró al mundo la capacidad del soldado argentino que ha realizado prodigios de valor en los combates, tanto en tierra como en el aire, en defensa de la soberanía.

Los actos de temeridad y arrojo de los soldados argentinos despertaron la admiración y el reconocimiento del enemigo y, muy especialmente, de un héroe de la aviación francesa.

Muchos de los que cayeron durante la gesta quedaron sepultados bajo las heladas aguas del océano o la turba malvinera, sin tener el símbolo cristiano de la

cruz que marque esos lugares y que nos obligue al recogimiento. Por ello, en este nuevo dos de abril, renovemos nuestro reconocimiento y gratitud a nuestros héroes, a los combatientes y movilizados, a nuestras familias, porque todos de una u otra manera hemos sufrido esos setenta y cuatro días. Recordemos con unción a nuestros hermanos fallecidos y oremos por los que sufren las secuelas de la guerra.

Que Dios, Señor de la Historia, les brinde la innegable paz del descanso eterno a nuestros muertos, consuele a los heridos y a nosotros nos bendiga y anime a emular a quienes ofrendaron sus vidas por la Patria.

Comisión Directiva



## Aniversario

Prestos a festejar el 105° aniversario de nuestra Institución, el Círculo Oficiales de Mar, brindamos nuestro sincero reconocimiento y agradecimiento a los visionarios fundadores por el legado recibido, a nuestros predecesores por haberlo mantenido engrandeciéndolo, a todos los que nos acompañaron con la ayuda solidaria, a los que nos asisten permanentemente, a los actuales miembros de la gran familia comniana, asociados, directivos, profesionales y empleados, que en el diario trajinar ponen lo mejor de sí, orgullosos de pertenecer a ella.

En el último número de la revista enumeramos los trabajos acometidos, proyectos en vías de ejecución, obras iniciadas en las que ponemos energía y rectitud. Las soluciones demoradas pueden causar disgustos. Sabedores de ello, reiteramos que nuestro accionar está regido por la buena voluntad de creyentes, pero nuestras fuerzas y tiempos son los de los hombres.

Permanentemente rectificamos juicios, unificamos planes, coordinamos esfuerzos y acciones en pos del engrandecimiento institucional. Aún así, poniendo nuestra fe y esperanza en la Divina Providencia,

nada lograríamos sin vuestra comprensión, ayuda y acompañamiento.

En adhesión a su “Día Internacional”, enviamos un efusivo saludo a la más bella criatura de Dios, **la mujer**, sinónimo de sacrificio y amor, a quien el Creador le confía el alma de los niños, la dignidad del hombre y el honor de la familia a la que nutre de abnegación y fortaleza. En ella está por siempre la fecunda esperanza de la Patria y nuestra razón de ser.

San Agustín decía: “la felicidad consiste en continuar deseando lo que se posee”. Festejemos el nuevo aniversario con felicidad, felices por la Institución que tenemos, felices por cumplir con nuestro deber y esperanzados en mejorar cada día.

Rogamos al Altísimo prodigue su bondad y bendición a toda nuestra gran familia comniana.

Feliz cumpleaños.

Un fraternal abrazo a todos.

Comisión Directiva

## Se aprobó la ley 14.114 de la Provincia de Buenos Aires

*“Se recordará el 2 de mayo de cada año, en memoria de las 1.093 personas que se encontraban a bordo de la embarcación al momento de ser atacada por los ingleses durante el conflicto bélico del Atlántico Sur, librado entre el 2 de abril y el 14 de junio de 1982”,* quedó establecido en el Boletín Oficial Bonaerense.

Fue dispuesto por el Ejecutivo Bonaerense que determinó conmemorar en esa fecha el “**Día de los Heroicos Tripulantes del ARA General Belgrano**” para homenajear a los 323 muertos en ese buque, hundido en 1982 por Inglaterra durante la guerra de Malvinas. De esta manera, se aprobó la ley 14.114 que instaura este homenaje y pauta que ese día **“todas las dependencias de la administración pública provincial deberán mantener la bandera izada a media asta en recuerdo de los fallecidos en tan lamentable suceso”**.

Además, “el Poder Ejecutivo Bonaerense instrumentará los medios necesarios para la aplicación de la presente Ley en todos los establecimientos educativos que dependen de la Dirección General de Cultura y Educación”.



Foto de Tapa

## HOMENAJE: “La cuna de la bandera a sus héroes que viven en Malvinas”

En la ciudad de Rosario de la provincia de Santa Fe se inauguró en el “Parque Nacional a la Bandera”, el 19 de junio del año 2005 un “Monumento a Nuestros Héroes que viven en Malvinas”.

El proyecto fue presentado por la Asociación de Ex Combatientes y se realizó con aportes de la Nación. La obra es un homenaje a los Combatientes y sus hijos. Ocupa un sitio de privilegio en el Parque donde paralelamente se rinde también homenaje a la enseña patria. Fue pensada como un espacio en donde se puede circular y permanecer, como un lugar de reflexión para honrar a los caídos en las Islas Malvinas. El objetivo del monumento fue crear un símbolo que recuerde, en un pie de igualdad y sin diferenciar rango ni arma de pertenencia, a la totalidad de los caídos en Malvinas.



Con su ubicación se buscó fortalecer el nexo entre el Monumento, el Parque Nacional a la Bandera y la Estación Fluvial. Este espacio público es de relevante importancia porque jerarquiza la ciudad definiéndose como una virtual “puerta” a la ciudad desde el río.

El diseño consiste en un gran círculo contenedor. El piso de este espacio elíptico se diferencia de la explanada, creando una separación virtual del exterior - interior. Hay un espacio de estar sobre una explanada de piso de piedra lavada, con asientos de hormigón, luces y espacios verdes con árboles.

En el centro del círculo se levanta un muro de hormigón armado, de forma elíptica truncada, inclinado y en pendiente. En el centro de la elipse se emplaza un espejo de agua circular que contiene sobre él la figura de las Islas Malvinas, realizada en hormigón e iluminada desde abajo reflejando su contorno. Su interior está revestido en mármol y tiene grabados los nombres de los héroes en orden alfabético y sin ningún tipo de diferencias que marquen jerarquías, simbolizando así el valor de su entrega por la Nación. También contiene los escudos de las cinco armas que participaron en el conflicto.

# Programa de inserción laboral

La Armada Argentina lleva adelante desde el año 2002 el “Programa de Inserción Laboral de Personas con Incapacidades en el Ámbito de la Armada”. Dicho programa fue oficializado por el Decreto del Poder Ejecutivo Nacional N° 118/07. En la Institución, a la fecha, prestan servicios como agentes civiles 156 personas discapacitadas, cumpliendo diversas tareas en destinos que abarcan toda la geografía naval.

El objetivo del programa es acompañar a los discapacitados en la determinación de sus aptitudes, fortaleza y debilidades y

arbitrar dentro de la Armada los mecanismos y ámbitos necesarios para ayudar a su inserción laboral, favorecer su socialización y el desarrollo de sus capacidades. El programa está dirigido a todas aquellas personas mayores de edad que posean alguna discapacidad que no les impida realizar tareas competitivas en un ambiente laboral convencional y que posean su correspondiente certificado de discapacidad.

El programa de referencia depende del departamento “Personal Civil de la Dirección de Arma-mento del Personal Naval”, siendo su responsable el SM (RS) An-

drés Feduzi, Jefe de la División.

Con el propósito de difundir los alcances particulares del programa, se llevará a cabo una conferencia en dependencias del **Círculo Oficiales de Mar**, Sede Central sito en la Calle Sarmiento N° 1867 C.A.B.A., el día Lunes 12 de Abril a partir de 14.00 hs.

Nota: Si tiene algún allegado discapacitado, concurra e infórmese.

Comisión Directiva

## INSTRUCCIONES A SEGUIR EN CASO DE FALLECIMIENTO DEL ASOCIADO

### EN EL CÍRCULO OFICIALES DE MAR:

Informar sobre el fallecimiento a Sede Central o Filial a la que pertenece y luego presentar fotocopias del Certificado de Defunción y del último recibo de haber del COM y del IAF, a fin de iniciar el trámite del subsidio por fallecimiento.

La viuda que desee cobrar su pensión a través del COM, deberá so-

licitarlo, haciéndose acreedora al beneficio de adelantos mensuales de dinero, los que deberá reintegrar una vez que se le otorgue la Pensión definitiva.

Además, el COM proveerá de una ofrenda floral.

### EN LA DIBA:

Ante la necesidad de contratar un servicio de sepelio, el familiar a

cargo de gestionar el mismo debe llamar al 0800-999-7373 de la Sociedad Militar Seguro de Vida (empresa aseguradora convenida).

Ante cualquier duda, también puede comunicarse con el número de Atención Gratuita para Afiliados DIBA: 0800-444-3422 quienes le informarán acerca de la empresa en vigencia y el número al que tiene que llamar.



## Estela de Bartolomeis

Tasa y Vende Sin Cargo para los socios del COM

¿Tiene interés en vender?  
Llámeme al 4809-0613

*Eficiencia y Dedicación a su servicio*

Perón 1186, 1° “A”, (1038) Capital Federal

# JUBILACIONES PARA RETIRADOS

DE LAS FUERZAS ARMADAS  
Y FUERZAS DE SEGURIDAD

*Si Ud. es Retirado de las Fuerzas Armadas y tiene 65 años o más,  
ahora también puede jubilarse*

**CONSULTAS SIN CARGO**  
TRÁMITES EN TODO EL PAÍS

ESTUDIO JURÍDICO & PREVISIONAL

*Dra. Patricia Brindo*



**BAHÍA BLANCA:** Alsina 184 - Piso 4° - Of. 4 y 5  
lunes - miércoles - viernes: 13 hs. a 17 hs. - Tel.: 0291-4518187

**PUNTA ALTA:** Rivadavia 120 - Tel.: 02932-426115  
martes y jueves: 8:30 hs. a 12:30 hs.

Previsionalbahia@hotmail.com



# Día Internacional de la Mujer

**E**l “Día Internacional de la Mujer” se celebra desde hace más de nueve décadas. Mundialmente, en este día, se conmemoran los esfuerzos que las mujeres y hombres han realizado por alcanzar la igualdad, la justicia, la paz y el desarrollo.

El Día Internacional de la Mujer fue propuesto por la alemana Clara Zetkin en 1910, quien fue integrante del Sindicato Internacional de Obreras de la Confección durante el Congreso Internacional de Mujeres Socialistas en Copenhague, en 1886, Dinamarca. Ella, anteriormente, ya había participado en pro de la mujer asistiendo al Congreso de la segunda convocatoria Internacional socialista en París, defendiendo el derecho de las mujeres al trabajo y a la participación en asuntos nacionales e internacionales, así como también, exigía la protección de las madres, las niñas y niños.

La razón para elegir el **8 de Marzo como el Día Internacional de la Mujer**, está relacionado con varios sucesos que ocurrieron por esa fecha; uno de ellos es el de un grupo de costureras de Nueva York que en el año 1857, apoyadas por su sindicato, decidieron tenazmente ocupar la fábrica textil en donde trabajaban para exigir igualdad de salarios y una jornada de trabajo de 10 horas. Lamentablemente este movimiento terminó con un incendio en el que murieron 146 costureras y otras más resultaron heridas.

Las diversas protestas realizadas por mujeres y su participación continua en los grandes foros, die-

ron sus frutos, tanto así fue que, en 1977, la Asamblea General de las Naciones Unidas declaró como oficial el día 8 de marzo.

Los movimientos y luchas que las mujeres han tenido que pasar con el fin de ser consideradas y respetadas, no han sido en vano. Se han obtenido grandes logros, entre ellos, la Resolución 32/142, en donde se convocó a todos los países a que proclamaran, de acuerdo con sus tradiciones históricas y costumbres nacionales, un día del año como Día de las Naciones Unidas para los Derechos de la Mujer y la Paz Internacional.

Además, a partir de sus manifestaciones, las Naciones Unidas han emprendido iniciativas para mejorar la condición de las mujeres, logrando la existencia de un marco jurídico internacional que, al menos en teoría, promueve y garantiza la igualdad.

En la actualidad, algunas mujeres ya gozan de mayores derechos, pero todavía falta mucho por hacer ya que, sin diferencia de raza, religión, cultura, situación económica, social o política, todavía miles de ellas viven en el maltrato y el menoscabo.

No queremos dejar pasar esta fecha sin darle nuestro reconocimiento y admiración a todas aquellas mujeres en todo el mundo que día a día, con su participación en la casa, el trabajo, con su familia y en la sociedad, nos demuestran que tienen la fuerza, decisión y carácter para formar parte de un mundo mejor e igualitario para todos.

No dejen pasar esta fecha sin demostrarle a esa mujer que tienen en su casa, la admiración y agradecimiento con un detalle que, por muy simple que sea, representa tu respeto, apoyo y consideración.



# JUBILACIONES

PARA EL PERSONAL DE LA FUERZAS ARMADAS Y  
FUERZAS DE SEGURIDAD.

Si Usted es Retirado/a o Pensionado/a de FF.AA. además, puede  
obtener su jubilación a través de la ANSES,

**tenga o no aportes.**

## ACUMULE 2 BENEFICIOS JUBILATORIOS

El único requisito a cumplir es tener 60 años de edad las mujeres  
y 65 años de edad los hombres.

No dude en consultarnos sin cargo a los siguientes teléfonos:  
4712-2271 // 4568-2656 // 1567573499



**SOCIEDAD DE BOLSA S.A.**

## **Compra - Venta de Bonos PR 12 - PR 13 - PRE 8**

- Solución a residentes en el interior del país
- Atención personalizada
- Custodia de títulos y valores, sin cargo
- Pago inmediato en efectivo por depósito vía MEP (Medio Electrónico de Pago) al Banco que usted disponga

**Maipú 267- Piso 17 - Capital Federal  
Tel.: 4394-1436 / 1473 / 1488 / 7964 / 2304**

### **OFICINA DE GESTIÓN E INFORMES EN PUNTA ALTA**

Atendida personalmente por la Sra. Analía Bustamante.  
lunes a viernes de 09.00 a 12.00 y de 16.00 a 20.00 horas  
Calle Mitre 446 - Punta Alta - Tel.: 02932-425695





“EN EL BICENTENARIO DEL NACIMIENTO SOBRE LA FAZ DE LA TIERRA DE UNA NUEVA NACIÓN”

## Asociación Civil “Centro de Ex-Alumnos de la Escuela de Mecánica de la Armada”

*Con el correr de la Pluma y al calor del sollado*

### INFORMA

1. El próximo 7 de abril se efectuará la ASAMBLEA ORDINARIA de nuestra Asociación. Se recomienda a los asociados su concurrencia con el propósito de considerar el estado contable del Ejercicio 2009.
2. Para celebrar el BICENTENARIO de la REVOLUCIÓN DE MAYO, hemos reservado para el 25 de mayo a 11.00 hs. salones en el COM, para desarrollar una ceremonia y posterior lunch.
3. La conmemoración del día del ex – alumno se celebrará el sábado 25 de septiembre a 12.00hs con un almuerzo de camaradería a desarrollar en los salones del COM.
4. Como es tradicional, el 29 de octubre nos reuniremos para rendir homenaje a nuestra escuela al cumplirse 113 años de su fundación.

### CON EL RUMBO DE LA MEMORIA

El 29 de octubre del año 1897 es la fecha oficialmente reconocida de creación de la Escuela de Mecánica de la Armada. Sucesivamente, desde su inicio hasta nuestros días, tomo las siguientes denominaciones:

- Escuela de Aprendices
- Escuela de Aprendices y Foguistas
- Escuela de Aprendices, Foguistas y Electricistas
- Escuela de Mecánicos
- Escuela de Mecánica
- Escuela de Mecánica de la Armada
- Escuela de Suboficiales de la Armada

El 25 de mayo de 1910, al celebrarse el centenario de la Revolución de Mayo, los alumnos de la Escuela de Mecánicos participaron en la parada y desfile militar, rindiendo honores a las autoridades nacionales y extranjeras.

El término, “Marineros alumnos”, se otorgó a los Marineros de Primera que ingresaban a nuestro Instituto para aprobar cuatro cursos, de dos años de duración, que los promocionaba a la jerarquía de Cabo Segundo.

La denominación de “Aprendiz Naval” se reemplazó por la de Aspirante Naval a partir del año 1948 al modificarse la Ley para el Personal Militar.

Nuestro Instituto tuvo su primer asentamiento en los Talleres de Marina del Tigre, donde actualmente funcionan el Centro Naval y el Museo Naval de la Nación.

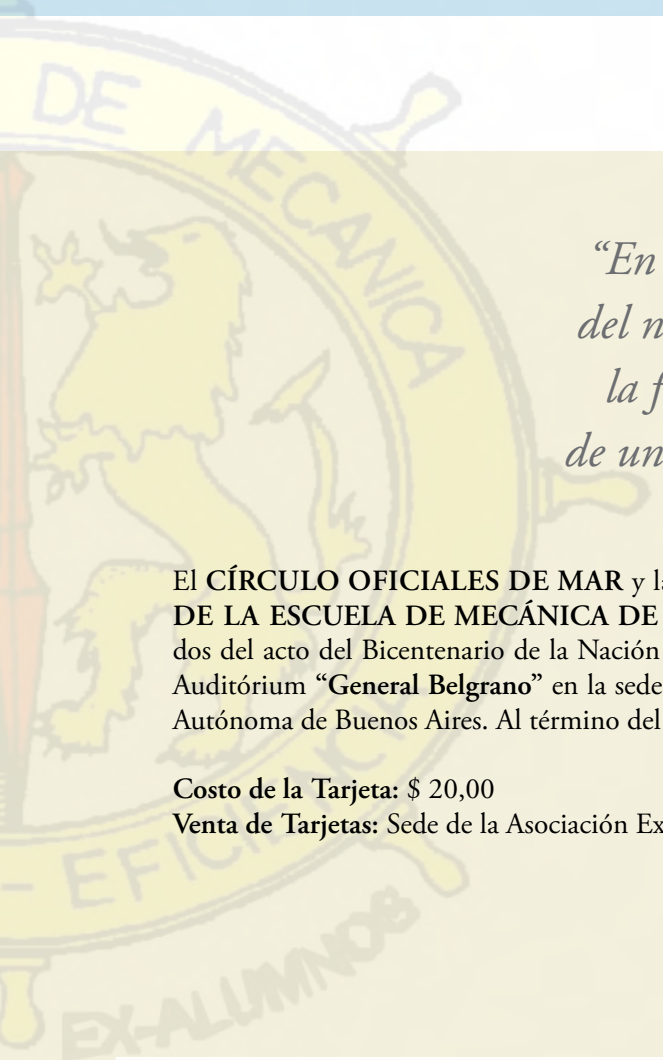
En las décadas de los años 1940 y 1950, los alumnos de la Escuela concurrían a las clases de remo y vela al actual Puerto de Olivos y, a las correspondientes de tiro, al Polígono Federal.

**“LA LEALTAD Y EFICIENCIA NO SE ADQUIERE POR DECRETO SINO POR LA VOCACIÓN, AMOR Y RESPETO POR LA PATRIA”**

## CONVOCATORIA A ASAMBLEA ORDINARIA

En cumplimiento del Art. 26 Incs. a) y d) del Estatuto Social la Comisión Directiva del CEAEMA tiene el agrado de convocar a los Señores socios a la Asamblea Ordinaria anual a realizarse el día 07 de Abril de 2010 a las 10.00 Horas en el Auditorium “General Belgrano” del Círculo Oficiales de Mar, sito en la calle Sarmiento 1867, Capital Federal, para considerar los siguientes temas:

- 1) Designación de dos (02) socios para refrendar el Acta.
- 2) Guardar un minuto de silencio por los socios fallecidos durante el período 01-01 al 31-12-2009.
- 3) Considerar, aprobar o modificar la Memoria, Balance General, Cuenta de Gastos y Recursos e Inventario y el Informe de la Comisión Revisora de Cuentas y Fiscalización correspondiente, del 01-01 al 31-12-2009.
- 4) Considerar la inclusión de elección de miembros de Comisión Directiva y Comisión Revisora de Cuentas, titulares y suplentes, cuando así corresponda.
- 5) Considerar la donación en efectivo para la construcción de la Goleta del Bicentenario (Santa María de los Buenos Aires).



*“En el bicentenario  
del nacimiento sobre  
la faz de la tierra  
de una nueva nación”*

El CÍRCULO OFICIALES DE MAR y la ASOCIACIÓN CIVIL CENTRO DE EX ALUMNOS DE LA ESCUELA DE MECÁNICA DE LA ARMADA, tienen el agrado de participar a sus asociados del acto del Bicentenario de la Nación Argentina a celebrarse el día 25 de Mayo a 11.00 hs. en el Auditorium “General Belgrano” en la sede social ubicada en la calle Sarmiento 1867, 1º piso, Ciudad Autónoma de Buenos Aires. Al término del mismo se ofrecerá un lunch patriótico.

**Costo de la Tarjeta:** \$ 20,00

**Venta de Tarjetas:** Sede de la Asociación Ex – Alumnos, 2º piso.

Eric Fabián LÓPEZ  
*Presidente*

Mario Augusto COLASE  
*Secretario*

Esta Filial, ha gestionado un convenio con la Asociación Socorros Mutuos Italia Nueva, que pone a disposición de los socios del COM cuatro casas ubicadas en la zona del Nihuil, Depto. San Rafael, Pcia. de Mendoza a precios sumamente accesibles.

- Casa N° 1 para nueve (9) personas, \$ 50 por casa y por día.
- Casa N° 2 para cinco(5) personas, \$ 50 por casa y por día.

- Casa N° 3 con capacidad para diez (10) personas, \$70 por día.
- Casa N° 4 VIP, con capacidad para seis (6) personas, \$300 por día.

**Para informes y reservas comunicarse con la Asociación Socorros Mutuos Italia Nueva al 02627 - 421969 por la tarde.**

### FLOTA DE LA REGATA DEL BICENTENARIO LLEGÓ A BUENOS AIRES

A partir del día jueves 4 comenzó el arribo al Puerto de Buenos Aires de las embarcaciones insignia de más de 10 países que participan de “Velas Sudamérica 2010”.

Para homenajearlos de la mejor manera, el programa “Puertas del Bicentenario del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires” realizó “Puerto Luz”, que consistió en una variada agenda de espectáculos y

actividades culturales gratuitas en Puerto Madero.

Como parte de los festejos se realizó un espectáculo lumínico en el Dique 3 durante las noches del sábado 6, domingo 7 y lunes 8 a las 20 horas y se iluminaron las grúas, mientras que el “Puente de la Mujer” estuvo cubierto por un haz de luz coloreado acompañando las actividades y visitas nocturnas.



# M.c.i

## PROPIEDADES

VENTA

ALQUILER

AL. p/TURISTAS

### **TASACIONES SIN CARGO**

Sucursal Centro-Congreso  
Sarmiento 1876 - Tel.: 4371-9038

Para el C.O.M. una inmobiliaria de confianza...socio N° 11581 desde 1967

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



## FILIAL CÓRDOBA

### FELICITACIÓN Y RECONOCIMIENTO

Nuestro socio **Ramiro Romero**, integrante de la Comisión de esta Filial cumplió con un gran anhelo como veterano de Guerra que era el de brindarles un merecido homenaje a los Camaradas que dieron su vida en el Conflicto del Atlántico Sur en defensa de nuestra Soberanía.

La proeza fue una peregrinación a pie desde Ushuaia hasta Punta Alta junto a otros seis veteranos, desde el 1° de diciembre hasta el 4 de febrero, cubriendo 2300 km a un promedio de 40 Km. diarios. En su trayecto brindaron conferencias, charlas en instituciones y regalaron banderas con la inscripción “**NO OLVIDES LOS A QUE DIERON LA VIDA POR NOSOTROS**”. Ellos tienen un sitio web, <http://www.pornuestroscaidos.com.ar/> donde brindan mayor información sobre la peregrinación.

A su llegada a Punta Alta fueron recibidos por familiares, autoridades civiles y una formación militar. Por el COM estuvo presente el Sr. **Félix Cantero**, Secretario de la Filial Puerto Belgrano. En esta Filial, el día 19 de febrero, se realizó una cena en su homenaje.



Como ellos lo querían brindaron un mensaje a la juventud argentina: que todo es posible aún sufriendo discapacidades físicas como la del señor Ramiro que padece de la falta de un riñón.

CUANTA CONVICCIÓN Y PERSEVERANCIA.  
PARA ÉL Y SUS COMPAÑEROS, NUESTRO  
RESPECTO Y ADMIRACIÓN.

## FILIAL LA PLATA

La Comisión de esta Filial tiene el agrado de comunicar a los Asociados que a partir del mes de febrero de 2010, recuperó la gestión del pago de haberes en sus instalaciones. La imagen muestra el instante del cobro por parte del Asociado Emilio Vaquero en presencia de Directivos y empleados.



## FILIAL ZÁRATE

Tenemos el orgullo de saludar en sus Bodas de Oro a la Filial Zárate. Esta Filial fue creada el 9 de enero de 1960 y ha cumplido 50 años el pasado mes de enero. Nuestro reconocido homenaje a los hacedores fundadores de la misma y un reconocimiento a la voluntad, tenacidad y esfuerzo de quienes trabajan en la actualidad que permiten que la Filial funcione al servicio de nuestros Asociados de Zárate. Aunque la situación económica no permite grandes festejos, sí podemos permitirnos un merecido reconocimiento por su trayectoria.

## FILIAL PUERTO BELGRANO

### CURSO PREPARATORIO ESSA

El día 8 de marzo de 2010, a 18.00 hs. se realizará el Acto de apertura del Curso preparatorio de ingreso en la ESSA. Durante su transcurso se realizará la presentación de los Profesores de las asignaturas a dictar.

### HABILITACION SUITE

Continuando con los trabajos de remodelación del Hotel ha sido habilitada una SUITE.

La misma cuenta con aire acondicionado, frigobar y TV cable, ideal para obsequio como Noche de Bodas.

### ALQUILER A DIBA

A partir del 1º de Marzo la DIBA habilitará sus Consultorios Periféricos en nuestras instalaciones de Paso Nº 370.

### PEREGRINOS DE MALVINAS

El 3 de febrero próximo pasado arribaron a nuestra ciudad los integrantes de la travesía "Peregrinación del Santo Rosario", quienes unieron con una caminata a los Centros de Veteranos de Guerra del litoral marítimo, partiendo desde la ciudad de USHUAIA, en memoria a los caídos en Malvinas.

El Sr. Ojeda, Asociado de nuestra Institución Nº 50746-03 fue recibido por el Presidente Sr. Felipe A. MINA y entregó – en nombre del grupo de veteranos – una bandera recordatoria de dicha travesía como obsequio para la Regional.

### 8 de MARZO – 105º ANIVERSARIO C.O.M.

Con motivo del 105º Aniversario del C.O.M., esta Comisión Regional invita a los Sres. y Sras. Asociados/as y empleados a participar del responso que se oficiará

el día 8 de marzo a 10.00 hs. en el Panteón C.O.M. del Cementerio local.

### TALLERES ARTESANALES – DESCUENTO A SOCIAS DEL C.O.M.

"Curso con Flores y Frutos Secos"

"Curso de Bijouterie"

Inicio: 05-04-2010 - martes y jueves

Profesora: Silvia Carrizo

Domicilio: 9 de Julio 467. Tel. (02932) 424930

Cel. (02932) 15417032

### TURISMO

Se invita a los Sres. Asociados/as e invitados a participar de viajes de turismo con costos promocionales para Asociados del C.O.M. e invitados.

Organiza: ELECTRO Turismo E.V.T. Legajo 13.228

### Próximas salidas:

**14 de marzo de 2010 – CAMBORIU ESPECIAL**  
**17 días / 14 noches**

14 noches de alojamiento en Hotel San Marino Casinno 4\*

Régimen: desayuno americano y cena buffet

Bus Semi Cama última generación.

Salidas desde PUNTA ALTA, BAHÍA BLANCA, CNEL. SUÁREZ.

Coordinación permanente..... \$ 2.520.-  
**por persona. Base doble**

**28 de abril de 2010 – VILLA CARLOS PAZ -**

**5 noches de alojamiento en Hotel ALTOS**

**DEL VALLE, 3\* superior**

Piscina climatizada

Pensión completa

Coordinación permanente..... \$ 680.-  
**por persona. Base doble/triple/cuádruple**

**CONSULTE EN SECRETARÍA**



## CÍRCULO OFICIALES DE MAR

### Filial Puerto Belgrano

### UNA MUTUAL ABIERTA A LA COMUNIDAD

HOTEL con HABITACIONES REMODELADAS y SUITES ESPECIALES con FRIGOBAR y AIRE ACONDICIONADO  
QUINCHO CON VAJILLA Y MANTELERIA - CONSULTORIOS MÉDICOS - ENFERMERÍA  
CURSOS DE INGRESO A LA ESSA - CONOZCA LOS BENEFICIOS PARA ASOCIADOS E INVITADOS  
ASÓCIESE YA...LO ESPERAMOS

Bdo. de Irigoyen 371 PUNTA ALTA – Tel. 02932-422376

Visite: [www.circuloofmar.org.ar](http://www.circuloofmar.org.ar)

# La primera Suboficial Mayor de la Armada

Los fenómenos sociales que se iniciaron hace algunas décadas en la búsqueda del derecho de la mujer a la igualdad de oportunidades en el mercado laboral y la característica de la economía que nos lleva a convivir en un mundo globalizado, ha permitido la incorporación de la mujer en papeles considerados tradicionalmente masculinos.

La inserción de la mujer dentro de la orgánica de las Fuerzas se encuentra paulatinamente en pleno desarrollo de acuerdo a las leyes, decretos, resoluciones y reglamentaciones vigentes particulares, donde se contemplan las funciones y tareas que actualmente desempeña el personal femenino. Tenemos que considerar que en nuestro país la incorporación de la mujer en las Fuerzas lleva tan sólo 30 años, frente a otros países que lleva más de 70 años de experiencia.

Es para destacar que la profesión militar reúne características sociológicas institucionales que demandan una vocación sólida de todos sus integrantes, implica una voluntad pura de servir a la Patria, como así renuncia a la aceptación de un sacrificio bajo la tutela de las leyes que rigen este tipo de profesiones.

La mujer argentina ha demostrado en tan corto tiempo una excelente adaptación al medio militar, en el que se ha insertado con verdaderos resultados positivos. Ya ha empezado a ocupar puestos de jerarquía y con responsabilidades de toma de decisiones. Hay muchas incorporadas en misiones de paz que la Argentina posee en distintos países extranjeros. Esta adaptación la logró con capacitación, perseverancia y la

adquisición de habilidades y destrezas que son necesarias para el funcionamiento de los elementos y un trato igualitario con sus pares hombres. Todo esto combinado con una fundamental misión que sólo ella puede hacer, aparte de su trabajo y responsabilidad como militar, la de ser madre y pilar fundamental de la familia buscando el continuo equilibrio para no dejar nada librado al azar.

Hoy, en el mes de marzo, en el cual se celebra el “Día Internacional de la Mujer” como hemos comentado en esta revista, podemos presentar con orgullo a la primera **Suboficial Mayor de la Armada**, marcando así un precedente histórico para las generaciones venideras.

Su nombre es **SILVIA MARÍA ALDRIGHETTI**, oriunda de Mendoza de la localidad de San Martín. En su ciudad natal realizó estudios para ser Enfermera y Técnica Anestésista. Decidió ingresar en la Armada en el año 1981 donde le dieron la jerarquía de Cabo Principal Enfermera en Comisión. Realizó cursos intensivos para el perfeccionamiento de su profesión como “Administración de Servicios de Enfermería Hospitalario”, “Seminario de Administración en Enfermería, Oncología, Neonatología y Pediatría”, “Jornada de Perfeccionamiento Docente”, “Primer Curso de Enfermería de la Sociedad Cardiológica”, “Manejo de Urgencias en Patología Neurológica”, participó en “Conferencias sobre Aspectos Médicos Le-

gales de la Práctica de Enfermería”. Se recibió en el año 1986 como “Enfermera Profesional”, y continuó estudiando ahondando en su profesión y recibiendo en el año 2001 como “Licenciada en Enfermería”, pero el espíritu inquieto y de superación de esta mujer que es ejemplo para muchos jóvenes que inician su carrera, no termina aquí. En el año 2004 realiza una “Maestría en Administración de Servicios de Enfermería”. Los destinos en que prestó servicio fueron: Escuela de Sanidad Naval, Hospital Naval Puerto Belgrano, Intendencia Naval Ushuaia y Escuela de Suboficiales de la Armada en la actualidad.

Los integrantes del **Círculo Oficiales de Mar** le enviamos nuestras más sinceras felicitaciones a la **Suboficial Mayor ALDRIGHETTI**, y un “Bravo Zulu” por llegar a buen puerto con la tranquilidad y la satisfacción del deber cumplido.





SEMANA SANTA 2010

**Mar del Plata**

3días /2noches - C/Desayuno - Bus Semic.  
Hotel Antártida-Tierra del Fuego  
\$ 348

**Cataratas**

7 días/ 4 noches  
Media Pensión - Bus Semicama  
Hotel Libertador - Cacique Salvatti  
5 Excursiones \$ 750

**Bariloche**

8días/5noches - Bus Semic. - Med. Pens.  
Hotel Tivoli \$975 - H. Bucachelli  
\$1170  
Vacaciones de Invierno \$ 1.360

**San Bernardo**

3días/2noches - Bus Semic.- Med. Pens.  
Hotel Sindicato Luz y Fuerza  
\$ 380 Semana Santa

**Mar del Plata**

6días/5noches - C/Desayuno - Bus Semic.  
Hotel Manila  
\$ 522

**Florianopolis**

10días/7noches - C/Desayuno - Bus Semic.  
Hotel Dos Fish / Solimar \$ 1.670

**Canasvieiras**

10días/07noches - C/Desayuno - Bus Semic.  
Hotel Recanto Da Praia \$ 1.320

5días/4noches - Med. Pens. - Bus Semic.  
Hotel Antártida/Tierra del Fuego  
\$ 776 del 31-03 al 04-04

**V. Giardino**

6 días/ 5 noches  
Media Pensión - Bus Semicama  
Hotel Sind. Luz y Fuerza  
\$ 685

**San Rafael**

7días/5noches - Bus Semic.- De-  
sayuno  
Hotel San Rafael - Kalton  
\$ 980

**San Clemente**

2días/1noche - Bus Semic. - Med.  
Pensión  
C/ Entrada a las Termas  
\$ 290

**Mar del Plata**

5días/4noches - C/Desayuno -  
Bus Semic.  
Hotel Manila - Lunes a Viernes  
\$ 483

**Mar del Plata**

3días/2noches - C/Desayuno - Bus Semic.  
Hotel Manila - Fin de Semana  
\$ 311

**Cuba - 6 Noches**

Varadero 4 noches. - Habana 2  
noches.  
Hotel Villa Tortuga / Venado  
u\$s 989 c/aéreo

**Merlo**

7días/5noches Pensión Completa  
Bus Semicama  
Hotel Clima 3 - Sierras de Merlo  
abril \$ 670 - mayo y junio. \$ 680

**Cataratas**

7 días/ 4 noches  
Media Pensión - Bus Semicama  
Hotel Líder - 6 Excursiones  
Abril y Mayo \$ 690

**Termas de Federacón**

5 días/ 4 noches - Media Pensión  
Bus Semicama  
Abril \$630 Mayo \$660 Junio  
\$680

**San Martín de los Andes**

8d/5n - Bus Semic.- Media Pensión  
Hotel Colonos del Sur  
abril a junio \$ 970

**Norte Argentino**

9días/6noches - Media Pensión - Bus Semic.  
4noche en Salta., 1noche en Tañi y  
1 noche Tucumán  
mayo a principio de julio \$ 1.430

**Talampaya - V. De la Luna**

8d/5n - Media Pensión - Bus Semic.  
Hotel Categorías  
Abril \$1.200 - mayo y junio  
\$1.300

**Mina Clavero**

7días - 5noches - Pensión Comp.- Bus Sem.  
Hotel Residencia Serrana  
Abril \$ 780 - mayo \$ 700

**Mendoza**

7 días/ 5 noches  
Bus Semicama - Media Pensión.  
Hotel Pacífico - Hotel Sol Andino  
Abril \$ 780 - mayo y junio. \$ 780

BRASIL: SALIDAS PROGRAMADAS

RÍO DE JANEIRO - BUZIOS - FLORIANÓPOLIS - CAMBORIU - BAHIA

Se informa que por Acta de Comisión Directiva N° 4823, a partir del 15 de marzo de 2010 se modificó la Disposición N° 23/09 sobre alojamiento sin cargo en hoteles del COM para socios vitalicios, según las siguientes alternativas:

**Alternativa 1: Veinte (20) días en temporada baja.**

**Alternativa 2: – Diez (10) días en temporada baja, más diez (10) días en temporada alta al 50% del valor normal para asociados.**

Se deja constancia que en dicho alojamiento, gozarán del mismo beneficio las señoras socias y/o socios acompañantes de los socios Vitalicios y/o Adherentes I (Pensionistas de Vitalicios) aunque no ostenten dichas categorías.

**En ambos casos con desayuno incluido**

**Temporada baja:**

Hotel de Sede Central  
Hotel de Córdoba  
Hotel de Mendoza  
Puerto Belgrano

diciembre a febrero  
marzo a noviembre  
mayo a noviembre  
diciembre a febrero

### Carlos Paz

7 días/ 5 noches

Pensión Completa - Bus Semicama  
Hotel El Mirador - Hotel El Monte  
abril \$ 650 - mayo y junio \$ 670

### San Rafael

7 días/5 noches - Bus Semic. - Media Pensión  
Hotel Regine  
abril a junio \$ 780

### Bariloche

8 días 5 noches - Bus Semic. - Media Pensión  
Hotel Aguas del Sur  
abril y mayo \$ 830 - junio \$ 975

### Buzios

7 noches - C/ Aéreo - C/ Desayuno.  
Posada Barra da Lagoa  
u\$s 535 sin Impuestos

### Mendoza - San Rafael

8 días 6 noches - Media Pensión -  
Bus Semic.  
Hotel Categorías Sup. (Mza o  
Afa)  
abril a junio \$ 940

### Europa

20 días 17 noches - Media Pensión  
19-05 u\$s 3.250 - u\$s 570 Impuestos  
15-09 u\$s 3.350 - u\$s 570 Impuestos

## EUROPA CLÁSICA

ESPAÑA - ITALIA - FRANCIA

## CONVENIOS

Bco. Nación - CONINAGRO - DIBA - AMEPORT  
MUTUAL P. JUDICIAL - SIND. LUZ y FUERZA  
Acción Social - Intercúculos FFAA y Seguridad  
SEDRONAR - UPMAC - Asociación de Federaciones  
de la Tercera Edad de la Pcia. de Bs. As.

# TODO ARGENTINA

Cupos limitados en todos los viajes

Consultar más ofertas

Reservas e informes: "Círculo Oficiales de Mar"

Sarmiento 1867 Tel.: 4372-2583/3778/5750/4941 int. 271  
turismo@circuloofmar.org.ar // www.circuloofmar.org.ar



SEDE CENTRAL 011 - 4372 4941 / 4374 0863 / 5252 1160

## FILIALES

Puerto Belgrano	02932 - 422376
Bahía Blanca	0291 - 4530472
Mar del Plata	0223 - 4956366
La Plata	0221 - 4210695
Córdoba	0351 - 4226632
Ushuaia	02901 - 421131
Rosario	0341 - 4215702
Mendoza	0261 - 4232033
Zárate	03487 - 420615
Trelew	02965 - 432819
Tucumán	0381 - 4220287

## SUBFILIALES

Azul	02281 - 433800
Concordia	0345 - 4225256
Corrientes	03783 - 422605
Posadas	03752 - 430871
Paraná	0343 - 4244772
Salta	0387 - 4212359
San Luis	02652 - 433586
Santiago del Estero	0385 - 4223310
San Juan	0264 - 4310435
San Salvador de Jujuy	0388 - 4228149
Verónica	02221 - 481413

## DELEGACIONES

Del Litoral	0342 - 4594469
Río Grande	02964 - 421709

# **Carlos Farkouh** “Un Estilo Diferente” ESTUDIO INMOBILIARIO

OFRECEMOS NUESTROS SERVICIOS DE TASACIÓN  
Y VENTA DE PROPIEDADES SIN GASTOS  
NI COMISIÓN PARA SOCIOS DEL C.O.M.

*Créditos Hipotecarios*  
*Administración de Alquileres*

Del Barco Centenera 150 - Local 66 (C1424AMD) - C.A.B.A.  
Tel.-Fax: 4903-6282 Tel.: 4902-1620  
Farkouhestudioinmobiliario@yahoo.com.ar  
carlosfarkouh@fibertel.com.ar



# AYUDA ECONÓMICA

*El servicio de Ayuda Económica consiste esencialmente en prestar asistencia financiera a sus Asociados. Ésta se materializa mediante ayudas económicas, a corto plazo (Anticipo de Haberes) y a largo plazo.*

## CRÉDITOS C.O.M.

### AYUDA ECONÓMICA A CORTO PLAZO

Es el otorgamiento de anticipo de haberes, generalmente a cancelar en plazos cortos que no superan los 60 días.

### AYUDA ECONÓMICA A LARGO PLAZO

Son préstamos personales que, mediante la aplicación de una tasa de servicio, pueden amortizarse y el monto de otorgamiento varía en función de la capacidad de endeudamiento y posibilidad de pago de cada socio.

## HOY!!! Plan promocional para Asociados que no posean préstamos a la fecha

Compruebe que nuestro Círculo ofrece las mejores tasas de interés para nuestros Asociados, con una TNA del 18,6% (1,55% mensual). A modo de ejemplo se indican los siguientes montos y cantidad de cuotas.

Capital	Cantidad de cuotas	Importe Cuotas
\$ 1.000	6	\$ 182,17
\$ 3.000	12	\$ 296,50

## Ayuda Mutua

Se constituye con los depósitos de los Asociados por los cuales el Círculo Oficiales de Mar les brinda el beneficio de un estímulo. Están garantizados por el patrimonio de la Institución y se constituyen de la siguiente forma:

### CUENTAS DE AHORRO MUTUAL ESPECIALES

Con acreditación del estímulo el último día hábil de cada mes y sin límites de extracciones mensuales.

### CERTIFICADOS DE AHORRO A TÉRMINO

- Plazos fijos: de 30 días hasta 180 días.
- La mejor tasa de estímulo pactada
- Renovación automática a su vencimiento

## Plazos Fijos

CONSULTE TASAS EN SU FILIAL





# Hipervisión

Red de ópticas

**Pertenecer para crecer**

¡CONSULTAR! Descuentos especiales de hasta un 50% para Socios del C.O.M.

Uruguay 362 9º D (C1015ABH) CABA (011) 4372.7256 (011) 4371.5565  
reddeopticas@redhipervision.com.ar [www.redhipervision.com.ar](http://www.redhipervision.com.ar)

*Dra. Liliana B. Márquez*

ESTUDIO JURÍDICO INMOBILIARIO



Soluciones en inmuebles y emprendimientos  
Asesoramiento - Compraventas  
Alquileres - Tasaciones sin cargo  
Sucesiones - Civil y Comercial

En la Ciudad Autónoma de Buenos Aires y Mar del Plata

*brindamos importantes beneficios a los socios del C.O.M.*

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

Ramón L. Falcón 2181 PB Tel. Consultas: 4634-1462 - Cel.: 15-5457-5323

# CENTRO MÉDICO SEDE CENTRAL

## Nuevo servicio

A partir del mes de enero del año en curso, se ha incorporado un nuevo servicio para la salud: **“Medicina del Deporte y Aptitud Física”**.

Esta especialidad, basada en consultas y estudios, abarca temas generales como fisiología del ejercicio, salud, alimentación, dolores o molestias de la actividad física, prescripciones u orientaciones deportivas y generalmente se canalizan hacia una evaluación para conocer el estado de la persona.

La Aptitud Física, es la capacidad que tiene el organismo humano de efectuar diferentes actividades físicas en forma eficiente, retardando la aparición de la fatiga y disminuyendo el tiempo necesario para recuperarse. Esto da como resultado el buen funcionamiento de los órganos, aparatos y sistemas del cuerpo humano, debido a la realización periódica y sistemática de actividades físicas.

Dado las características interdisciplinarias del Centro Médico, los casos particulares no son tratados exclusivamente por una sola especialidad, sino que son vistos desde varias áreas para una atención integral del paciente.

Entre los objetivos principales de este servicio se encuentran la protección de la salud y la obtención del óptimo rendimiento del

deportista.

La actividad física y el rendimiento atlético en los diferentes deportes está determinado por múltiples variables fisiológicas, neuromusculares, bioquímicas, psicológicas, biomecánicas y del medio ambiente. Por ello, tanto la persona que desea iniciarse en la actividad física como el deportista de alto rendimiento, necesitan una valoración médica especializada antes de comenzar a ejercitarse con el fin de educar, prevenir, tratar y rehabilitar de una manera adecuada todos aquellos riesgos que tiene cualquier actividad sin control.

El deportista o futuro deportista puede inicialmente consultar al Médico Deportólogo. Al ser éste uno de los profesionales encargados del cuidado primario, está capacitado para evaluar, asesorar, diagnosticar y en caso de presentarse alguna lesión iniciar su tratamiento específico. Si fuese necesario lo derivará al especialista indicado para su tratamiento adecuado, junto con el cual coordinará la rehabilitación del deportista. El Médico Deportólogo, en coordinación con un equipo interdisciplinario conformado por fisiólogo del ejercicio, nutricionista, psicólogo, terapeuta físico, odontólogo y entrenador, realizará una completa valoración que incluya la historia clínica, examen médico, antropometría, valoración

nutricional y psicológica, prueba de esfuerzo, fuerza muscular, flexibilidad, coordinación y pruebas de campo específicas según la modalidad deportiva que practique. Por lo tanto, al ser los profesionales encargados del cuidado del atleta, antes, durante y después de la participación deportiva, así como durante los períodos de inhabilidad y salud, deben conocer al deportista de una manera integral.

Esta actividad estará a cargo del Dr. Claudio Crocci, Médico Deportólogo.

### CENTRO MÉDICO INFORME DE GESTIÓN

Durante el período comprendido entre enero de 2009 y enero de 2010, el Centro Médico de Sede Central ha atendido a 34.066 pacientes.

Se han confeccionado 1329 Historias Clínicas nuevas, sumando un total de 21557.

Las prestaciones efectuadas son a pacientes provenientes de:

COM: 20.945  
DIBA: 4.978  
PAMI-VGM: 983  
Médico de Familia: 2346  
Podología: 595  
Gerdanna Salud: 4219  
Otros: 85

## PLAN DE SALUD

A efectos de satisfacer inquietudes de Asociados y para un mejor desenvolvimiento referente a las localidades en donde no hay prestadores convenidos con Gerdanna Salud, se informa el procedimiento a seguir:

### Normas Operativas de Reintegros

El sistema de reintegros se encuentra a disposición de los Asociados en aquellos casos en que:

- Gerdanna Salud no cuente con prestador en la zona de residencia del mismo y por todo tipo de Asistencia Médica u Odontológica, siempre y cuando tal atención se encuadre en la cobertura de Gerdanna Salud.
- Cuando algún Prestador de Gerdanna Salud le cobra al Asociado erróneamente cualquier prestación incluida en la cobertura de Gerdanna Salud.

Siempre serán liquidados al Asociado previa autorización de Gerdanna Salud.

Para la autorización de los reintegros que se encuadren en lo anteriormente expresado, Gerdanna Salud debe establecer:

gros que se encuadren en lo anteriormente expresado, Gerdanna Salud debe establecer:

- Si el reintegro solicitado es por prácticas o estudios incluidos en cobertura.
- Que se encuadren en lo anteriormente expresado.
- Verificar que el Asociado que solicita el reintegro sea quien se haya efectuado la Atención Médica por la que está solicitando el reintegro.

Para la auditoría que permite determinar la correspondencia de los reintegros por estudios o prácticas médicas y/u odontológicas, en todos los casos, se debe remitir fotocopia de:

- Comprobante de pago
- Orden médica
- Informe de estudios efectuados
- Ficha Odontológica

Esto siempre dentro de los 30 días de efectuado el estudio o práctica en cuestión.

A fin de evitar pérdidas de tiempo al Asociado, sólo deben presentarse solicitudes de reintegros que

cumplimenten la documentación indicada, ajustándose a lo requerido, dado que, de lo contrario, los reintegros no pueden auditarse, por lo cual serán rechazados

## IMPORTANTE

Los Asociados que requieran reintegros deberán presentar la documentación a su Filial más cercana y ésta a Gerdanna o remitir la documentación requerida vía fax a Gerdanna Salud.

Ésta remitirá la respuesta a la Filial o Sede Central, es decir, la autorización, en caso de corresponder y, recién entonces, se abonará el reintegro al Asociado.

Gerdanna reintegrará a la Entidad (según la modalidad que se hubiere acordado) los reintegros aprobados, siempre que se adjunten las autorizaciones de Gerdanna y las facturas originales abonadas por el asociado requirente. No serán reconocidos los reintegros que no hayan sido previamente aprobados por Gerdanna Salud.

## CONVENIO – Nuevos Beneficios

Informamos la firma de un Convenio con la Empresa **D&R MEDICAL DEPOT S.A.**, por el cual se ofrece a nuestros Asociados un descuento del 15 % sobre los precios de lista de sus productos para rehabilitación, ortopedia, prótesis, diabetes, vascular y de uso médico general. Consulte en Sede Central o en la Filial más próxima.

## FARMACIA SEDE CENTRAL

Se Informa que se encuentra abierta la Farmacia en el Entre Piso de Sede Central, con los siguientes descuentos preferenciales:

- Afiliados a DIBA y Asociados al COM - el descuento es del 50% más el 15% (con receta).
- Afiliados a DIBA - 50% más el 10%

(con receta) para medicamentos incluidos en el vademécum de la Obra Social.

- Socios COM sin DIBA, AMECOM, OSECAC y GERDANNA descuentos por vademécum hasta el 40%.
- Socios del COM pueden abonar los medicamentos hasta en 3 cuotas mediante descuento de haberes.

Próximamente se habilitará un servicio de entrega entre esta Sede Central y el Edificio "Libertad"

### HORARIO DE ATENCIÓN:

lunes a viernes de 8:30 hs. a 18:30 hs.  
**CONSULTAS: TEL.: 11-4373-5781 o interno 246 del COM.**

# ESTUDIO PÉREZ TORRES & ASOC.

Dr. Carlos Ricardo Pérez Torres  
Dr. Diego Martín Antonio  
Dra. Paula Mariel Osuna  
Abogados

Juicios por reajustes de haberes  
del personal Retirado de FFAA y de Seguridad  
(Decretos 1104/05, 1095/06, 1994/06, 871/07,  
1163/07, 1053/08, 1653/08, entre otros.

Av. Santa Fe 1480 - Piso 13 - Oficina "C" - (1060) Capital Federal  
Tel. / Fax: 011-4813-1944  
draosuna@hotmail.com / dr\_diegoantonio@hotmail.com  
martes y jueves de 15 a 18 hs.

## Representantes en el interior

**Bahía Blanca:** Sres. Napal, José Fermín y Palacios, Gerardo Antonio. 0291-4511781

**Punta Alta:** Sra. Rodríguez de Pantaleo, Teresa. 02932-422306

**La Plata:** Sr. Escobar, Francisco. 0221-4531621

**Mar del Plata:** Sr. Esthirle, Roberto Santiago. 0223-493-9365 - Cel. 0223-156801552

**Zárate:** Sr. Aguilar, Huilfredo. 03487-421807

**Trelew:** Sr. Aciar, Nicolás Fermin. 02965-429081

**Mendoza:** Sr. Zabia, Abel Nelson 0261-4393889



# Seguros de vida y ART

*El Círculo Oficiales de Mar informa sobre seguros de vida que le son descontados al personal en actividad hasta su retiro como así también sobre los seguros denominados de "Riesgos del Trabajo" que cubren todo aquel accidente de trabajo o enfermedad profesional.*

## ¿Cuáles son los seguros de vida que le descuentan al personal en actividad?

Seguro de Vida Obligatorio para el Personal del Estado (Ley 13.003): Este seguro lo abona el agente bajo el código de descuento 307.

Seguros Colectivos Optativos: Si bien son optativos, la mayoría del personal los contrata y le son descontados por recibo de haberes bajo el código de descuento: 314 para el titular y 320 para el cónyuge.

Seguro de Vida Colectivo Obligatorio Decreto 1567/74: es el único caso donde la prima es abonada por la Armada.

## ¿Cuáles son los riesgos asegurados por estos seguros?

Seguro de Vida Obligatorio para el Personal del Estado: Este seguro tiene los siguientes riesgos asegurados: Fallecimiento, Incapacidad Total y Permanente, por accidente o enfermedad, Incapacidad Parcial y Permanente, por accidente, en los casos de incapacidad el agente debe presentar el reclamo antes de cumplir los 65 años de edad.

## Seguros Colectivos Optativos

### Riesgos asegurados:

Muerte sin límite de edad.  
incapacidad total y permanente (por enfermedad o accidente) siempre que a la fecha del retiro el agente o cónyuge no haya cumplido

do los 65 años de edad.

Pago anticipado del 50% del Capital Asegurado por enfermedades graves: Cáncer, Infarto de Miocardio, Accidente Cerebrovascular, Insuficiencia Renal, Cirugía Revasculatoria Coronaria, Parálisis, Distrofia Muscular, Esclerosis Múltiple.

## ¿Cuáles son los plazos para su presentación?

Seguro Obligatorio Ley 13.003: Es de 10 años.

Seguro Colectivo Optativo: El plazo es de 1 año desde que la obligación es exigible.

Seguro de Vida Colectivo Obligatorio Decreto 1567/74: Es de 1 año desde que la obligación es exigible.

## ¿Cuáles son las Compañías de Seguros?

En el caso del Seguro de Vida Obligatorio para el Personal del Estado (Ley 13.003) y Seguro de Vida Colectivo Obligatorio Decreto 1567/74 la aseguradora es: **La Caja de Seguros S.A.**

En cuanto a los Seguros Colectivos Optativos la aseguradora es: **Nación Seguros S.A.**

## ¿Cuáles son los requisitos a cumplir para iniciar el reclamo?

No haber cumplido los 65 años de edad

En el último recibo de haberes estando en actividad deben constar los descuentos de los seguros mencionados.

Para el reclamo del Seguro Colectivo Optativo es importante saber que el titular lo puede reclamar una vez producido el retiro o cese laboral. En cuanto al cónyuge, la presentación se puede hacer en cualquier momento.

## ¿Cómo es el mecanismo del reclamo?

El reclamo cuenta con tres etapas:

La primera administrativa, (el asegurado lo puede hacer en forma personal).

Mediación: etapa previa obligatoria donde necesariamente debe concurrir con letrado patrocinante o apoderado.

Y finalmente, el inicio del juicio.

## ¿Qué ventajas obtiene el agente al contratar sus servicios?

**Primero:** El asesoramiento preventivo es totalmente gratuito. Consta de un dictamen legal y médico a fin de evaluar la posibilidad de inicio de la acción por el cobro del seguro.

**Segundo:** El Estudio se ocupa del seguimiento del reclamo desde su presentación administrativa, cuestión de vital importancia, ya que, por ejemplo, en varias oportunidades en faz administrativa, se cometen errores de presentación que después dificultan el seguimiento del mismo. Lo ideal es que el Estudio tome intervención desde el inicio, contando además, el agente, con un plantel de médicos legistas que, previa presentación de Historia Clínica y/o documentación médica, lo revisarán a fin de extender un informe exacto en cuanto a su situación física y psíquica actual en relación con: porcentaje de incapacidad, evolución de la/s patología/s en cuestión, fecha de inicio de la incapacidad, planteos de rechazo por límite de edad, etc.

**Tercero:** En cuanto a los honorarios, el Estudio trabaja a resultado, es decir, si el agente cobra, paga el honorario convenido, de no ser así no debe suma alguna por ningún concepto.

## Accidentes de trabajo y Enfermedad Profesional

Estando vigente la relación labo-

ral, el trabajador puede sufrir:  
Una enfermedad inculpable (ajena al trabajo)  
Un accidente inculpable (ajeno al trabajo)  
Una enfermedad laboral  
Un accidente de trabajo

La diferencia principal entre enfermedad y accidente es que la primera es de desarrollo progresivo y el segundo es un hecho

imprevisto, súbito y violento que provoca un daño psico-físico. La enfermedad laboral guarda relación de causalidad con el trabajo, tipo de tareas desarrolladas, ambiente de trabajo, condiciones de salubridad, etc.

El accidente ocurrido con motivo o en ocasión del trabajo, comprende también los accidentes "in itinere" acaecidos en el trayecto

habitual y directo entre el domicilio del trabajador y el lugar de trabajo o viceversa.

También en estos temas intervienen nuestros consultores técnicos de parte que evaluarán el estado de salud del agente y elaborarán un informe médico-legal, elemento esencial para el inicio de la acción que corresponda.



**SuperNova**  
Filmación y Fotografía Digital

Tel.: 0291-4819934  
Cel.: 0291-154127277  
0291-154722056

Castelar 2364

E-mail: hugoibauza@hotmail.com

**NOMBRANDO ESTA REVISTA 10% DTO. A VECINOS DE LAS CIUDADES DE PUNTA ALTA Y BAHÍA BLANCA**



**Minimercado Maxi**

Tarjetas de crédito y débito  
Aceptamos tickets canasta 1 a 1

Descuento para socios del C.O.M., 5% (presentando carnet)

Murature Esq. Pellegrini - Punta Alta - Tel.: 435761

# Pautas para una buena alimentación en la Tercera Edad

El ser humano es básicamente sociable. Si se corta toda relación social, es difícil que un individuo mantenga una personalidad estable. De ahí la importancia de los centros de día, bares, los centros de jubilados, las asociaciones y clubes de la ciudad, espacios donde se pueda crear una red social, de amigos y conocidos. Así, de esta manera, la persona tiene que ocuparse en arreglarse y hasta compartir comidas con otros.

En esta etapa de la vida muchos se encuentran solos, sus hijos tienen sus propias vidas y es difícil reunirse con amigos. Hay que realizar las compras, acarrear las bolsas y elegir qué es lo mejor para comer. Hace falta una buena organización para elegir qué comer y qué se va a cocinar.

La alimentación es el acto cultural más importante del ser humano: comemos como nuestros antepasados, nos gustan las mismas cosas que a nuestros padres y valoramos aquellos alimentos que nos han enseñado a valorar.

El mejor consejo es “**Construir una nueva rutina**” cuando ya no tiene que correr para los hijos o para el marido. Hay que cambiar la rutina por una nueva.

1. Hacer por lo menos 4 comidas: desayune, almuerce, meriende y cene. No saltee comidas! Póngase horarios y respételos.
2. Camine todos los días
3. Compre los mejores alimentos para Ud.
4. Dése los gustos
5. Planifique comer con amigos, con sus hijos o invite a sus nietos a su casa.
6. Beba abundantes líquidos.
7. Controle su peso una vez por semana y anótelos.
8. Concurra a centros donde se encuentre con sus pares.
9. Pida ayuda cuando lo necesita
10. Concurra al médico y consulte a un nutricionista en caso de padecer alguna enfermedad.

*Vamos a tratar de comprender el porqué de estos consejos:*

Si hacemos 4 comidas nos aseguramos el ingreso de alimentos. La falta de ingreso de alimentos hace que pierda peso y no cubra las recomendaciones para su edad. Si lo prefiere puede comer 6 veces en pequeñas cantidades.

La caminata diaria mejora el humor, la circulación, fortalece sus músculos y huesos. Tiene temor de caminar en la ciudad? Camine en su casa o haga pequeños ejercicios que mantengan su circulación y el tono muscular.

Limite los alimentos con exceso de sal, grasa y/o azúcar. Los fiambres, quesos y productos enlatados tienen gran cantidad de sal, cómalos una o dos veces por semana.

La digestión es más lenta en esta etapa de la vida y algunas personas pueden sufrir de constipación si no comen hortalizas, frutas o no beben suficiente agua.

Tome leche o yogur, 2 tazas diarias. En algunas personas la leche es mal tolerada porque se ha perdido la capacidad de digerir la lactosa (azúcar de la leche). Compre leche deslactosada y prepare postres como arroz con leche, avena con leche, licuados de frutas con leche, flan, cremas o salsa blanca.

Las carnes deben estar presentes todos los días, al menos en una comida: quítele la piel al pollo, la grasa visible y si le gustan las milanesas fritas, trate de que sea sólo una o dos veces por semana. El pescado es un excelente alimento “buenas grasas y proteínas” Prepare empanadas, tartas, hamburguesas, albóndigas o pan de carne si es que tiene problemas dentarios.

Coma por lo menos dos huevos por semana. Las proteínas del huevo son la del mejor calidad. Puede comerlos duros, revueltos, en omelet, en tortillas, picado en sándwiches o frito si su nutricionista lo permite.

Coma frutas de estación: la manzana es dura, “rállela”. Los cítricos, si le caen, mal “tómelos colados”. La vitamina C de cítricos, kiwi y frutillas debe estar presente todos los días. Las frutas son alimentos maravillosos. La banana y la palta pueden incorporarla todos los días. Maduras, tienen una excelente tolerancia. Dos platos de hortalizas y 2 frutas nos aseguran las vitaminas y minerales necesarios.





El pan, el arroz, los fideos, las papas y los alimentos que tienen harina, completan la alimentación pero no deben ser consumidos como platos únicos. Prepare un guiso con carne y arroz, una ensalada de tomate, arroz y atún, canelones de verdura con salsa boloñesa, fideos con brócoli, si come sándwiches agregue tomate y lechuga. Si sufre de constipación, prefiera los panes y galletitas integrales o con salvado pero no olvide beber abundantes líquidos con las comidas. Aceites, nueces, legumbres y aceitunas completan una alimentación variada

¿Le gustan los helados, las facturas, los sándwiches de miga, el asadito, el vino, la cerveza, la pizza? Está muy bien pero no haga de esos sus alimentos diarios. Se sabe que el comer con otros estimula el apetito, planifíquelo Ud. No espere a que lo llamen, invite, vaya de visita, llame por teléfono. Haga la torta que le gusta a su hijo, compre las facturas o los sándwiches que le gustan a su hermano, invite a sus nietos con un helado.

Pida ayuda si no puede comprar por problemas de locomoción, de vista o porque su médico le ha dicho que no puede estar mucho tiempo de pie. Trate de usar la licuadora y el microondas. Cuando uno se siente mal y esta cansado son buenos aliados.

**¡Pida ayuda! Pocos días de mala alimentación pueden dañar su salud.**

A veces, con la edad se pierde la sensación de sed. Beba aquellas bebidas que le resulten estimulantes, tome infusiones, jugos de frutas, licuados. Entre 8 y 10 vasos diarios son suficientes. Con la edad la talla disminuye y por lo tanto el peso. Las personas mayores deberían pesar menos que cuando eran jóvenes, pero ¿Cuál sería un peso seguro?

El peso tiene importancia porque además de los datos de laboratorio nos dice el estado nutricional. Si tiene alguna enfermedad que limite la ingesta de alimentos

consulte a un profesional en nutrición. Un plan de alimentación adecuado para su patología mejorará los síntomas y evitará otras complicaciones.

**Graciela Aída González**

*Lic. en Nutrición-MN796*

*Presidente de AADYND*

*Jefe de Alimentación del HJAF y Clínica AMEBPBA*



**ODONTOLOGÍA  
INTEGRAL**

**CON LABORATORIO DENTAL**

Experiencia de 30 años trabajando para Socios del Centro Naval y dependencias de la Armada

**PRÓTESIS EN 48 hs.  
Y ARREGLOSEN EL ACTO  
IMPLANTES DENTALES  
Y PRÓTESIS FLEXIBLE**

**COSULTAS Y ASESORAMIENTO SIN CARGO  
A SOCIOS Y FAMILIARES DEL C.O.M.**

**DESCUENTOS ESPECIALES PAGADEROS HASTA EN 6 CUOTAS**

**Av. Corrientes 745 - Piso 4º - Dpto. "48" - Cap. Fed.  
Tel.: 4322-7674**



## COM-EDUCA...

**E**l Círculo Oficiales de Mar se adhiere a la celebración del Bicentenario de la Patria con acciones concretas en diferentes áreas, tales como; Salud, Turismo, Servicios Sociales y Educación.

En esta página nos corresponde desarrollar los avances que la Comisión Directiva ha logrado implementar en el área de la Educación, luego de un año intenso de gestión para incorporar a su plan de servicios la creación del “Departamento Educación del COM”, el que a partir del 18 de febrero del corriente año, asumió su propia identidad y responsabilidad en el área de su competencia, conforme Acta de CD N° 4821.

A continuación vamos a simplificar el amplio y profundo significado de lo que la palabra “educar” y la “acción educativa” son y serán para quienes desde la Conducción de nuestro Círculo propulsarán múltiples actividades para ser puestas a disposición de nuestros Asociados, sus familiares y amigos y posibilitar los cambios y mejoras en su calidad de vida integral.

### Educar -¿qué significa?

La palabra educar lleva la raíz de la palabra latina *ex ducere* (educare >> *ex educere*). *Ducere* viene de una raíz indoeuropea que significa guiar. Con lo que educar sería “guiar o conducir” en el conocimiento. Otra acepción de *ex ducere*:

*re*: encaminar. Dar al que aprende los medios para abrirse al mundo, encauzarlo hacia el pleno desarrollo de sus posibilidades. También *ex ducere*, se interpreta como: *ex* = sacar, ¿qué cosa?, lo mejor de cada uno, desde adentro hacia afuera: valores y virtudes como la fortaleza, la voluntad, el autodominio, generosidad, perseverancia y demás.

Hay otra versión válida de “educare” que significa alimentar, “llenar de conocimientos” a la persona que es alimentada-educada. Mientras que *ex ducere* significaría identificar las potencialidades de las personas y conducir las desde la ignorancia a la sabiduría.

No obstante la claridad de estas ideas, creemos firmemente que el “agente principal de la educación” es **Uno Mismo**, es la propia persona que formula y desarrolla su proyecto personal, la que participa y motiva, la que demanda y se compromete. Los medios para alcanzar los objetivos propuestos son dos: la motivación y el esfuerzo. La motivación nos mueve a actuar y mediante el esfuerzo realizamos pequeños vencimientos concretos, repetidos una y otra vez hasta conseguir el control de la propia conducta, hasta cumplir las metas y alcanzar el objetivo de un título, de una capacitación, de la incorporación de conocimientos, de la superación personal.

En esta línea de pensamientos, el

COM pone a su disposición carreras de nivel universitario y postgrado, carreras técnicas de nivel terciario, carreras de informática, inglés básico y avanzado, cursos de marinería para cubierta y máquinas y el Programa Adultos 2000, para quienes desean completar y/o cursar el Secundario.

Para quienes están en condiciones de realizar una carrera de grado universitario en Capital Federal y Gran Buenos Aires, el COM ha firmado convenio con la Universidad de Flores (Sede en el Barrio de Flores) para que sus asociados, hijos y nietos tengan el beneficio de un 50% en la matrícula y un 15% de descuento en las cuotas mensuales de todas sus carreras: Psicología, Psicopedagogía, Derecho, Contador Público, Arquitectura, Ingeniería Ecológica, Actividad física y Deportes, Ciencias de la Administración, Ciencias de la Comunicación, Diseño Gráfico, Seguridad, Higiene y Control Ambiental Laboral, Tecnicatura en prevención de la drogadicción, Doctorado en Psicología, (<http://universidad.ufflo.edu.ar/>)

En cualquier lugar de nuestro país, para quienes son profesores de educación física y psicopedagogos o profesores de psicopedagogía que quieran obtener la Licenciatura en un año y medio, contamos con la modalidad “a distancia” para la que también tenemos beneficios. Para quienes deseen realizar una carrera terciaria de tres años en Capital Federal, continúan los

programas convenidos con el Instituto Estrada para la Tecnicatura en Administración del Personal y Guía de Turismo, con cuotas muy económicas.  
Para quienes piensan en una ca-

rrera informática corta, con pronta salida laboral, hemos constituido en Sede Central un convenio con el centro de entrenamiento IT Training Center, con más de 10 años en el mercado de la edu-

cación, representante de empresas tales como Microsoft, IBM, Adobe y Sun Microsystems.

Las carreras que darán inicio en el mes de abril, son las siguientes:

Carrera	Inicio	Horario	Días	Duración
Carrera Especialista en Herramientas de Escritorio Microsoft Office.	06/04/2010	18 a 20 hs. o de 20 a 22 hs.	martes y jueves	8 meses.
Carrera Especialista en Soporte, Reparación, Armado de PCs y Cableado Estructurado	09/04/2010	18 a 22 hs.	viernes	8 meses
	10/04/2010	9 a 13 hs	sábados	8 meses
Carrera Especialista en Diseño Web Adobe	12/04/2010	18 a 20 hs. o de 20 a 22 hs.	lunes y miércoles	8 meses.

### Cursos para Mayores de 50 años:

Nunca es tarde para aprender. El Círculo de Oficiales de Mar, la Fundación para la Educación y el Trabajo en Tecnologías de la

Información (FETTI), e IT Training Center, ponen a su disposición Cursos de Introducción a la PC e Internet, armados especí-

ficamente para personas mayores de 50 años.

Fechas:

Carrera	Inicio	Horario	Días	Duración
Curso de Introducción a la computación e Internet	06/04/2010	11 a 13 hs. o de 14 a 16 hs.	martes y jueves	2 meses
				2 meses
Curso de Intermedio de computación e Internet	05/04/2010	11 a 13 hs. o de 14 a 16 hs.	lunes y miércoles	

**Inscripciones e informes:** Círculo Oficiales de Mar 4º Piso – Tel.: 5218-6611 int 213 – [carreras@ittc.com.ar](mailto:carreras@ittc.com.ar)



**ESTUDIO JURÍDICO  
NUÑEZ Y ASOCIADOS**

---

**ATENCIÓN: lunes - miércoles y viernes de 14:30 a 18:30 hs**  
**Doctores NUÑEZ y VIOLA**  
 martes y jueves de 14:30 a 18:30 hs.  
**Doctores MOLINA TEJADA y SAIEGK**

---

SUCESIONES - DIVORCIOS - DESPIDOS - ACCIDENTES DE TRABAJO - DESALOJOS - COBRO DE ALQUILERES - EJECUCIONES HIPOTECARIAS - COBROS EJECUTIVOS JUICIOS CONTRA EL ESTADO POR CUESTIONES RELACIONADAS CON LOS HABERES DEL PERSONAL MILITAR RETIRADO Y EN ACTIVIDAD - ACCIDENTES DE TRABAJO DEL PERSONAL MILITAR EN ACTIVIDAD - PENSIONES MILITARES Y FUERZAS DE SEGURIDAD - CONCURSOS Y QUIEBRA - CUESTIONES DE CONSORCIO, ETC.

**Rodríguez Peña 434, Piso 3º "A", Ciudad Autónoma de Buenos Aires - Tel.: 4371-5056**

# “Que no sean olvidados”

*Dedicado a los tripulantes de los Buques “Isla de los Estados”, “Bahía Buen Suceso”, “Forrest”, “Monsunen”, “Formosa”, “Penélope”, “Caracaraña” y “Yehuín”, a los Infantes de Marina y Soldados que combatieron en el suelo y mar malvinense y en memoria del Comandante Militar del Bahía Buen Suceso, Capitán de Navío Don Héctor Enrique ZUKOWSKY y del Marinero Alfonso LÓPEZ, que nos precedieron en la partida...”*

A la guerra de Malvinas  
la Armada, dos buques  
de transporte envió.  
Uno, el Isla de los Estados  
el Bahía Buen Suceso, el dos.

Miles de tareas hicieron  
con sacrificio y valor  
que ellos no sean olvidados  
por ese acto de AMOR!!!

El Isla de los Estados  
con lluvia, frío, tesón...  
para detener al agresor  
minas de contacto, fondeó.

Pero el cañoneo enemigo  
en el Estrecho San Carlos  
lo hundió!!!  
Veinte valientes lo siguieron.  
No lo quisieron dejar!!!  
Vigías eternos se convirtieron  
en aquella parte del mar.

Sólo dos se salvaron  
después de mucho luchar...  
¡El Capitán Payarola y el Marinero López  
que pelearon contra el mar!  
Rescatados por el Forrest  
a Bahía Fox, los llevó  
donde al Buen Suceso, encallado  
un gran temporal, lo dejó.

Los Sea Harrier atacaron  
¡Bombas, metrallas, explosión...!  
Y como no había antiaéreos,  
con fusiles, la Bahía  
y la tripulación, respondió!!!  
El Capitán Niela fue herido en el puente,  
el Cabo Vázquez, en la radio, también.

Y el Teniente Rodríguez, en tierra  
decenas de esquirlas, recibió.  
Fue la primera sangre argentina  
por el enemigo derramada,  
al este de Bahía Fox.

Con el 8 de Infantería  
y el 9 de Ingenieros,  
el marino, se hermanó...  
Y en esos pozos de zorro  
los bombardeos navales,  
muchas noches, aguantó!!!

Y para no ser menos,  
dos centinelas ahí dejó...  
a Botaro y a Turano  
custodiando Bahía Fox.

Y al terminar ya la guerra  
el Buen Suceso, sus válvulas  
de inundación, abrió,  
para no ser entregado indemne  
al pirata usurpador...

Duerman tranquilos viejos marinos  
sigan descansando junto con Dios,  
que su tradición de honor y coraje  
hasta el 82 llegó...  
Por eso el marinero y el infante  
fue a Malvinas...  
y con bravura ahí peleó!!!

Miles de tareas hicieron  
con sacrificio y valor  
que ellos no sean olvidados  
por ese acto de AMOR!!!

**Ovidio Néstor Bertorello**  
*Suboficial Mayor Armas  
Submarinas  
Ex - Tripulante del Buque A.R.A.  
“Isla De Los Estados” y A.R.A.  
“Bahía Buen Suceso”*





ODONTOLOGIA INTEGRAL

*Romina P. Quiroga - Odontóloga U.B.A.*

*Se realizan tratamientos abarcando desde caries - endodoncia, periodoncia, hasta la colocación de coronas, pernos, prótesis completas, blanqueamientos y placas miorelajantes.*

*Contacto: (011) - 15-6825-3115 / E-Mail: romina.p.quiroga@gmail.com*



Estas Pascuas,  
te esperamos en tu hotel

En **Mar del Plata**, toda la calidez de verano,  
también en otoño.

Precio Socios \$50.-  
desayuno incluido

RESERVAS  
tel. 0223 494 5257  
Santiago del Estero 2345

hotelcirculoofmar@gmail.com  
www.comhotelmdp.com.ar



Hotel del Circulo  
Oficiales de Mar



# La Comisión Directiva lamenta informar el fallecimiento de los Asociados que a continuación se mencionan, haciendo llegar a sus deudos las más sentidas condolencias

## Socios Activos fallecidos

APellido/NOMBRE	JERARQUÍA	Nº de SOCIO	FECHA	LUGAR	APellido/NOMBRE	JERARQUÍA	Nº de SOCIO	FECHA	LUGAR
<b>JUNIO 09</b>									
TAPIA, Lázaro	SMTR	S- 8386	24/6/09	BAHIA BLANCA	GONZALEZ, José	SPIM	S- 6893	16/11/09	PUNTA ALTA
<b>JULIO 09</b>									
LAZARTE, Celin C.	SSMA	S- 6307	13/7/09	SEDE CENTRAL	FLORES, Alfredo	SMMQ	S- 4691	17/11/09	MENDOZA
<b>AGOSTO 09</b>									
SORRENTINO, Luis	SIMU	S- 8527	4/8/09	SEDE CENTRAL	MAGALDI, Antonio	SMSV	S- 11303	17/11/09	SEDE CENTRAL
VANZETTI, Marcos	SIAE	S- 18680	8/8/09	PUNTA ALTA	CUFRE, Raúl E.	SSAR	S- 13025	17/11/09	PUNTA ALTA
	SITR	S- 8877	20/8/09	CORDOBA	SANTISO, Alfredo M.	SMIF	S- 6609	19/11/09	ENTRE RIOS
<b>SEPTIEMBRE 09</b>									
RIZZO, Rafael	SMAR	S- 5669	6/9/09	BAHIA BLANCA	RIPOSATI, Rinaldo G.	SIIM	S- 9012	19/11/09	SEDE CENTRAL
MORILLAS, Manuel O.	CSCA	S- 53809	6/9/09	ESTADOS UNIDOS	CORRALES, Luis M.V.	SIMA	S- 9918	23/11/09	SEDE CENTRAL
TORNOSO, José	SIAE	S- 10261	14/9/09	CORDOBA	MARTINEZ, Alfredo A.	SMIM	S- 7085	24/11/09	SEDE CENTRAL
TAMALET, Héctor R.	SMIM	S- 6853	27/9/09	BAHIA BLANCA	CABELLO, Alberto	SSFU	S- 10.040	24/11/09	ZARATE
<b>OCTUBRE 09</b>									
ALVAREZ, Juan	SIAE	S- 4312	2/10/09	VERONICA	DELFINO, Luis A.	SMIM	S- 16246	28/11/09	LA PLATA
LLORET, Antonio	SIMQ	S- 3930	5/10/09	SEDE CENTRAL	MACIEL, Norberto	SMEL	S- 11396	29/11/09	CHACO
FERNANDEZ, Fortunato I.	SSSV	S- 8982	6/10/09	SEDE CENTRAL	VARGAS, Nicolás Gabriel	SPMQ	S- 15342	30/11/09	PUNTA ALTA
DEAMBROGGIO, Roberto M.	SIMQ	S- 3.424	9/10/09	SEDE CENTRAL	ROMERO, Luis M.	SMMQ	S- 11569	30/11/09	PUNTA ALTA
ZINI, Pedro R.	SMMA	S- 6916	21/10/09	SEDE CENTRAL	CARDOZO, Eustacio	SIEL	S- 11861	30/11/09	SEDE CENTRAL
TORRES, Roberto	CPMQ	S- 53688	27/10/09	SEDE CENTRAL	<b>DICIEMBRE 09</b>				
FABBI, Victorio M.	CPAR	S- 50289	29/10/09	BAHIA BLANCA	GALVAN, Francisco D.A.	SIIM	S- 15822	2/12/09	PUNTA ALTA
<b>NOVIEMBRE 09</b>									
ENIZ, José A.	SSSV	S- 8477	1/11/09	MAR DEL PLATA	ARBIZU, Joaquín	SPFU	S- 8005	4/12/09	LA PLATA
PALACIOS, Ramón S.	SIFU	S- 11401	1/11/09	LA PLATA	RUIZ, Raúl E.	SMIM	S- 14640	6/12/09	SEDE CENTRAL
MARQUEZ, Raúl M.	SISV	S- 15168	1/11/09	ZARATE	ALONSO, Francisco L.	SIMU	S- 11706	7/12/09	SEDE CENTRAL
SAHAGUN, Emilio C.	SPIM	S- 9609	2/11/09	PUNTA ALTA	RATTO, Héctor M.	SSEN	S- 11405	9/12/09	LA PLATA
BERJON, Rafael	SPEL	S- 4028	3/11/09	SEDE CENTRAL	PEVERE, Arturo L.	SPAR	S- 4978	9/12/09	PUNTA ALTA
BOGGIANI, José Luis	SPIM	S- 14243	4/11/09	PUNTA ALTA	ALONSO, Eliseo Reymundo	SSFU	S- 10483	11/12/09	SEDE CENTRAL
DALINGER, Roberto	CSMA	S- 53720	6/11/09	ENTRE RIOS	CARNEVALE, Emilio Oscar	SIMA	S- 6.253	16/12/09	SEDE CENTRAL
PEREA, Dario E.	SMFU	S- 12324	12/11/09	LA PLATA	MARTEL, Manuel Gerardo	SMIM	S- 16247	19/12/09	SEDE CENTRAL
MAZZA, Andrés José	SPAE	S- 7856	15/11/09	SEDE CENTRAL	POGGIO, Julio M.	SPCO	S- 11404	20/12/09	SEDE CENTRAL
					ESCAMILLA, Gumersindo	SMMA	S- 5.154	20/12/09	CORDOBA
					AMATO, Vicente Domingo	SMET	S- 7435	28/12/09	SEDE CENTRAL
<b>ENERO 10</b>									
					IRIQUIN, Oscar Domingo	SMAS	S- 4-577	2/1/10	LA PLATA
					GOMEZ, Domingo Miguel	SSAR	S- 12971	2/1/10	SEDE CENTRAL
					MANSILLA, Hugo Alberto	SIAR	S- 14788	5/1/10	MAR DEL PLATA
					OLIVARI, Domingo José	SMCA	S- 4778	7/1/10	SEDE CENTRAL

## Socios Adherentes 1 fallecidos

APellido/NOMBRE	Nº de SOCIO	FECHA	LUGAR	APellido/NOMBRE	Nº de SOCIO	FECHA	LUGAR
<b>JULIO 09</b>							
RIOS, Lilian G.	S- 11973/20	16/7/09	PUNTA ALTA	RATTI, Zulema B. (de Buezas)	S- 9646/20	9/11/09	SEDE CENTRAL
ORTENZI, María A. (de Rinaudo)	S- 8828/20	21/7/09	SEDE CENTRAL	DESIRELLO, Amelia R. (de Castagnola)	S- 3697/20	9/11/09	SEDE CENTRAL
ALVAREZ, Raquel E. (de Calvo)	S- 6453/20	29/7/09	PUNTA ALTA	RODRIGUEZ, María A.A. (de Benvenuto)	S- 4762/20	11/11/09	SEDE CENTRAL
<b>AGOSTO 09</b>							
BARDIN, Ana C. (de Asevedo)	S- 2271/20	4/8/09	CORDOBA	MONTECCHIARI, Gina (de Cappa)	S- 8095/20	12/11/09	SEDE CENTRAL
MERCAUJUAREZ, Sunilda (de Vega)	S- 1674/20	17/8/09	SEDE CENTRAL	VILLEGAS, Alicia A. (de Lyall)	S- 11240/20	13/11/09	SEDE CENTRAL
<b>SEPTIEMBRE 09</b>							
BUSTOS, Severa A. (de Nieto)	S- 7333/20	6/9/09	SEDE CENTRAL	MARTINEZ, Leolinda M.I. (de Pavon)	S- 10562/21	14/11/09	MAR DEL PLATA
SURACE TONDI, Lina (de Salas)	S- 2129/20	28/9/09	PUNTA ALTA	TANGO, Rosario (de Ohet)	S- 2329/20	17/11/09	SEDE CENTRAL
GRECCO, Natalia C.E. (de Arguello)	S- 12267/20	29/9/09	CORDOBA	BARRERA, María de los Angeles (de Rosa)	S- 30088/20	18/11/09	SEDE CENTRAL
ALETTI, Felisa C. (de Carbajales)	S- 2228/20	29/9/09	SEDE CENTRAL	RANCICH, Ana María	S- 626/21	19/11/09	LA PLATA
<b>OCTUBRE 09</b>							
OJEDA, Delfina (de Bruses)	S- 6547/20	12/10/09	MENDOZA	GOMEZ, Lydia (de Blanco)	S- 9171/20	20/11/09	MAR DEL PLATA
DEL PUNTA, Amelia (de Scarafía)	S- 2212/20	14/10/09	BAHIA BLANCA	IBARRA, Norma E. (de Maidana)	S- 2861/20	28/11/09	MAR DEL PLATA
VAZQUEZ, Domingo	S- 946/21	18/10/09	SEDE CENTRAL	BALASINI, Elsa H. (de Chiossoni)	S- 4428/20	30/11/09	LA PLATA
SCHMIDT DUKARDT, Bárbara (de Destefano)	S- 4799/20	18/10/09	BAHIA BLANCA	<b>DICIEMBRE 09</b>			
VALERIO, Edith A. (de Fernandez)	S- 6563/20	21/10/09	SEDE CENTRAL	CORNIDE, Dora E. (de Florentini)	S- 11344/20	1/12/09	SEDE CENTRAL
HONAINÉ, Albina (de Cabrera)L	S- 4547/20	22/10/09	MAR DEL PLATA	ZAFRANI, Rufina (de Molina)	S- 10470/20	3/12/09	SEDE CENTRAL
BORDONI, Fanny (de Bagnat)	S- 1370/20	23/10/09	SEDE CENTRAL	GIULIANELLI, María Luisa (de TELLO)	S- 6512/20	3/12/09	ROSARIO
ESTRAVIS ZUDAIRE, Delia (de Dombronsky)	S- 2712/20	24/10/09	PUNTA ALTA	LOPEZ ALVAREZ, Mercedes (de GIOVANNI)	S- 2721/20	7/12/09	SEDE CENTRAL
STEFANINI, Olga (de López)	S- 1758/20	25/10/09	SEDE CENTRAL	PALLARIA, Catalina Concepción (de JULIANO)	S- 10507/20	11/12/09	SEDE CENTRAL
VERON, Elisa (de González Valle)	S- 2901/20	27/10/09	SEDE CENTRAL	MONZON, Carmen O. (de Stagnaro)	S- 3379/20	12/12/09	SEDE CENTRAL
BASSI, Josefa E. (de Martinez)	S- 30035/20	28/10/09	SEDE CENTRAL	DELLE DONNE SENTONI, Florinda Elva (Cattanio)	S- 4468/20	12/12/09	MAR DEL PLATA
BERTANI, María Helena (de Yaben)	S- 7994/20	28/10/09	AZUL	URIARTE, Margarita Juliana (de ALONSO)	S- 3806/20	13/12/09	ZARATE
TOCCACELI, Nelly A. (de Burgos)	S- 7024/20	29/10/09	SEDE CENTRAL	PERALTA, Estela H.	S- 30196/20	16/12/09	SEDE CENTRAL
VIDAURETA, Matilde V. (de Manzi)	S- 3346/20	30/10/09	SEDE CENTRAL	GIULIANO ALBO, Verónica DANZINI de	S- 1756/20	17/12/09	ZARATE
DOHLE, Magdalena E. (de Terclavers)	S- 1966/20	31/10/09	SEDE CENTRAL	PETTI, María Rosa (OMODEO VANONE)	S- 2.436/20	19/12/09	LA PLATA
<b>NOVIEMBRE 09</b>							
GABBARINI, Matilde (de Heinz)	S- 2609/20	1/11/09	SEDE CENTRAL	GRAVES, Eves Alba	S- 6052/20	24/12/09	SEDE CENTRAL
AGUIRRE, Izar (de Molina)	S- 1110/20	3/11/09	SEDE CENTRAL	GRABOIS, Sara Juana (de IGLESIAS)	S- 3334/20	24/12/09	MENDOZA
ALABASTER, Catalina M. (de Santana)	S- 3450/20	5/11/09	SEDE CENTRAL	FERRARI, Angela (de PACIFICO)	S- 2191/20	29/12/09	SEDE CENTRAL
SCODELARI, Beatriz C. (de Sarjoy)	S- 9154/20	5/11/09	PUNTA ALTA	FERNANDEZ, Amelia N. (de LOPEZ)	S- 5.189/20	30/12/09	LA PLATA
ROMERO, María Alba (de LIZAUR)	S- 8601/20	5/11/09	MAR DEL PLATA	<b>January-10</b>			
				CARRANZA, Rosa Guillermina (de NAVARRO)	S- 12976/20	2/1/10	PUNTA ALTA
				TRAVERSO BEL, Amelia (de GOMEZ)	S- 3900/20	6/1/10	PUNTA ALTA
				VETRUGNO, Rosa Francisca M. (de CARBONARI)	S- 3840/20	7/1/10	CORDOBA
				QUESADA, Rosalía del Carmen	S- 9579/20	8/1/10	PUNTA ALTA
				ARANCIBIA, Sara Matilde	S- 51.138/20	8/1/10	SEDE CENTRAL
				ZACARIAS, María Antonia (de PASCARELLI)	S- 3039/20	10/1/10	MAR DEL PLATA
				MANGANIELLO, Nydia Haydée (de PEREYRA)	S- 8078/20	11/1/10	PUNTA ALTA

GRUPO D'ARC  
acompaña al  
Círculo Oficiales de Mar



**D'ARC** 

**D'ARC** 

**MAYNAR** 

**Alamo**  
Rent a Car

Ventas: **4511-2163**

[ventasinternet@grupodarc.com.ar](mailto:ventasinternet@grupodarc.com.ar)

lo invitamos a visitar nuestra sucursal virtual en  
[www.grupodarc.com.ar](http://www.grupodarc.com.ar)



ODONTOLOGÍA

CEIOP

CONSULTORIOS

ESTÉTICA E IMPLANTOLOGÍA  
ORAL DE PALERMO

Construimos la confianza con el paciente -niño o adulto-, a través del conocimiento. Es importante comprender la habitualidad de la consulta como parte de la prevención y el cuidado de su salud, no sólo bucal, sino de su bienestar psicofísico.

La tendencia actual de la ciencia médica y la visión de CEIOP consiste en asistir antes que las molestias se transformen en complicaciones, o que la duda estética, impida la satisfacción de su calidad de vida.

CEIOP: Profesionales de la Odontología muy cerca suyo.

■ A LOS SOCIOS  
DEL C.O.M.  
Y A SU  
GRUPO FAMILIAR:  
**25% BONIFICADO**  
ATENCIÓN DE FILIAL LA PLATA

■ Y AMPLIOS  
PLANES DE  
FINANCIACIÓN

CONSULTAS SIN CARGO

■ LUNES A VIERNES 10 A 19 HS.  
■ TURNOS ESPECIALES

■ UGARTECHE 3107 ■ 1º A ■  
■ TEL. 3535-0949 ■ PALERMO

TECNOLOGÍA  
DE ÚLTIMA GENERACIÓN  
APLICADA A LA SALUD.

DIAGNÓSTICO CON  
CÁMARA INTRAORAL

ODONTOLOGÍA GENERAL

ADULTOS Y NIÑOS

ORTODONCIA

CIRUGÍA

BLANQUEAMIENTO  
Y ESTÉTICA

CONFECCIÓN  
Y REPARACIÓN  
DE PRÓTESIS

IMPLANTES

