Órgano de difusión interno de la AMPF y AMPC

El Correo Solidario

Año 14 Nº 91
Julio / Agosto / Septiembre 2014
Publicación de distribución gratuita para el asociado
Prohibida su venta

ISSN 1853-4805

Odema
continúa difundiendo el mutualismo americano en organizaciones internacionales **Pág. 6**

Asociados
de todas nuestras delegaciones realizan actividades para integrarse y hacer amigos **Pág. 8 a 13**

Un sueño que se hace realidad

Centro médico y de diagnóstico de AMPF

Asociación Mutual de Protección Familiar
MATRICULA INAES Nº 1856 C.F.

Asociación Mutual del Personal de Comunicaciones
MATRICULA INAES Nº 309 C.F.

Sede Central Tte. Gral. Juan D. Perón 1379/83 - CABA - (011) 4124-9910 y rot. - www.ampf.org.ar - info@ampf.org.ar

Asociación Mutual de Protección Familiar
MATRICULA INAES Nº 1856 C.F.

Comisión Directiva
Presidente
Alfredo Sigliano
Vice-presidente
Francisco José Savoini
Secretaría General
Andrés Blas Román
Secretario Ejecutivo
Darío Martínez Corti
Secretario de Actas
Hugo Héctor Bozzini
Tesorera
Graciela Inés Galera
Pro-tesorero
Norberto Gabriel Tsujoi
Vocales Titulares
1º María Cristina González
2º María Fernanda Sigliano
3º María Rosa E. Sáenz Saralegui
Vocales Suplentes
1º Panelli, Cristian Omar
2º Minissale, María Elena
3º Castro, Carlos Vicente
4º Lanaro, Néstor Roberto
5º Galli, Juan

Junta Fiscalizadora
Fiscalizadores Titulares
1º Eduardo José Repond
2º Ricardo Daniel Ferraro
3º Gisela Mariana Hernández
Fiscalizadores Suplentes
1º Rubén A. Calcagno
2º Eduardo F. Marone
3º Roberto N. Palmucci

Asociación Mutual del Personal de Comunicaciones
MATRICULA INAES Nº 1597 C.F.

Comisión Directiva
Presidente
Alfredo Sigliano
Vicepresidente
Francisco J. Savoini
Secretaria General
Oreste Bardelli
Secretario de Actas
Ricardo Ferraro
Tesorero
Camilo R. Lanaro
Pro-tesorero
Rubén Atilio Calcagno
Vocales Titulares
1º Darío Martínez Corti
2º Abel Blas Román
3º María Cristina González
Vocales Suplentes
1º María Elena Minissale
2º Juan Roque Fama

Junta Fiscalizadora
Fiscalizadores Titulares
1º Carlos E. Peralta
2º Roberto De Cicco
3º Eduardo Repond
Fiscalizadores Suplentes
1º Carlos R. Abregu Villalba
2º Segio Nicolás García

Sumario

03 Editorial, por Alfredo Sigliano
04 Institucional
05 Institucional, por Blas Castelli
06 Odema
07 Salud
08 Regionales / Turismo
09 Regionales / Remesa
10 Regionales: Día del niño
11 Regionales / Proveeduria
12 Regionales / Padrino
13 Regionales / Ayudas Económicas
14 Entrevistas: Juan Carlos Sigliano
15 Servicios y direcciones
16 Servicio Exequial / Ahorro Mutual

Fallecimiento de Roberto Palmucci

La Asociación Mutual de Protección Familiar y la Asociación Mutual del Personal de Comunicaciones participan con dolor el fallecimiento de Roberto Néstor Palmucci, miembro de la Junta Fiscalizadora de AMPF, acaecido el 23 de junio pasado.

Integrante del grupo fundador de Protección Familiar en 1994, fue también de los dirigentes iniciadores de la Mutual de Comunicaciones, en cuya comisión directiva desempeñó diversos cargos en diferentes períodos. AMPF y AMPC conjuntamente expresan su pesar por la pérdida de su querido compañero y dirigente mutualista y acompañan en el dolor a familiares y allegados.-

Certificación servicios de educación
ISO 9001:2008

AMPF y AMPC son entidades adheridas a:

ODEMA Organización de Entidades Mutuales de las Américas
issa

Staff

DIRECTOR GENERAL Alfredo Sigliano | DIRECTOR EDITORIAL María Rosa S. Saralegui | DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN Federico L. Rubba • Claudio G. Gutiérrez • María C. Panelli | FOTOGRAFÍA Claudio G. Gutiérrez | REDACCIÓN Guillermo Defranco | COLABORACIONES Soledad Kalichú • Eduardo Saralegui • Blas Castelli | PROPIETARIO Asociación Mutual de Protección Familiar | IMPRESIÓN Editorial Perfil S.A. | PARA PUBLICIDAD EN LA REVISTA COMUNICARSE CON CASA CENTRAL | Tirada de esta edición: 20.000 ejemplares. La publicación es propiedad de la Asociación Mutual de Protección Familiar. Revista de interés general de distribución gratuita entre sus asociados. Las colaboraciones y artículos expresan la opinión de sus autores y no de la Dirección de la Revista, la cual no se responsabiliza por el contenido de los mismos. Registro de la Propiedad en Trámite.

Centro médico y de diagnóstico de AMPF

Por Alfredo Sigliano

Una obra de y para los asociados

Han comenzado las obras de remodelación en nuestra Sede, proyectadas y diseñadas bajo normas de construcción técnico-científicas, adecuadas a la idea y propósito de la Comisión Directiva de instalar en 18 meses, tiempo calculado para terminar los trabajos en el inmueble de la Mutual, el Centro Médico y de Diagnóstico, que incorporará un valor agregado de gran importancia y trascendencia en las prestaciones del servicio de salud a las familias asociadas.

Este ambicioso emprendimiento, que habrá de transformar y gravitar sensiblemente en el desarrollo de la Asistencia Primaria de la Salud (APS), que la AMPF viene brindando a sus asociados con singular éxito, fruto de la permanente incorporación de profesionales y prácticas especializadas, muchas de las cuales han tenido su origen en pedidos y propuestas surgidas en los diálogos de la Comisión Directiva con los mismos, constituye un avance considerable en el proceso de lograr, paulatinamente, la asistencia de salud integral hacia la que están dirigidos todos los esfuerzos de la Mutual.

Es altamente significativo y meritorio, que una obra de esta envergadura, que demanda una considerable inversión financiera y cuyo presupuesto primario en materia edilicia y de implementación del área de diagnósticos, se haya encarado, pese a la difícil condición económica general imperante, que afecta especialmente a nuestra Mutual, en razón de la evidente disminución de la cuantía y poder adquisitivo de los ingresos por aportes societarios, restringidos en su actualización, situación existente desde hace más de un año, y que recién a partir del mes de noviembre próximo, tendrá una actualización racional.

Creemos que una vez más, nuestra Mutual pone en evidencia la forma virtuosa en la que direcciona los ingresos provenientes de las obligaciones societarias, conducta que ha sido y es un ejemplo, dentro del sistema mutualista nacional e internacional, al punto que podemos decir, con legítimo orgullo, que se la considera como un modelo a imitar, no sólo en la variedad y calidad de sus servicios, sino también en la eficiencia y transparencia de su administración y en la adhesión y reconocimiento de sus miles de familias asociadas.

por SUMAR
Programa Web TV
Recorre los hechos vinculados a las entidades que en toda América forman parte de la organización.
ODEMA Organización de Entidades Mutuales de las Américas
Para ver el programa:
www.odema.org/prensa/porsumar.php

Importante visita a Pampa Napenay

La Mutual presente con los chicos de nuestro país.

El pasado 15 de julio, una comisión de AMPC visitó la Escuela nº 490 de Pampa Napenay, en la provincia del Chaco. La Mutual apadrina al mencionado establecimiento educativo y en tal sentido periódicamente envía donaciones de ropa, alimentos, útiles escolares y juguetes para sus alumnos.

En esta oportunidad, la encargada de la delegación Sede Central, conjuntamente con personal de Logística y Mantenimiento y de Comunicación Social se trasladaron a la provincia norteña para así tomar conocimiento directo de las necesidades de la comunidad educativa de Pampa Napenay -paraje ubicado a unos treinta kilómetros de Presidencia Roque Sáenz Peña- y llevar donaciones aportadas por la Mutual y el grupo solidario de asociados. Los donativos incluyeron ropa, calzado, juguetes, alimentos no perecederos, guardapolvos nuevos para todos los alumnos, golosinas, útiles escolares, material didáctico actualizado y tres computadoras.

La EGB nº 490 cuenta con una matrícula de 16 alumnos divididos entre 1º y 2º ciclo, atendidos por su directora y un docente.

La delegación Presidencia Roque Sáenz Peña de AMPC y su personal obran de importante nexo con la Escuela y colaboraron en la organización del viaje desde Buenos Aires.

Durante la visita se evaluaron las condiciones edilicias como así también las necesidades más urgentes cuya atención propenda a un mejor funcionamiento del establecimiento y una mejor calidad de vida de sus alumnos.-

Personal de la Mutual junto a los alumnos de la escuela que apadrina

Agustín Vera ganó el primer premio de Ellos pintan fuerte

Asociado en Resistencia, se hizo acreedor a una tablet.

Finalizada la edición 2014 del programa Ellos Pintan Fuerte, se realizó en Sede Central el sorteo correspondiente entre todos los chicos participantes.

Resultaron ganadores los siguientes asociados:

El primer premio fue para Agustín Bastian Vera, de Resistencia, Chaco. El segundo correspondió a Daiara Yazmín Bravo, de Barrio Rivadavia I, CABA. El tercer premio se lo llevó Nahiara Avril Rival, de Río Gallegos, Santa Cruz. Cada uno de ellos se llevó una tablet.

Los siguientes galardonados se adjudicaron cada uno un reproductor de Mp4 y fueron: Mateo Miraglio, de Carcarañá, Santa Fe; África Luz Soto, de Villa Nueva, Mendoza; y Lara Abril Lorenzatti, de San Justo, Buenos Aires.-

Agustín Bastian Vera, de Resistencia, ganó el primer premio

El sorteo se realizó en Sede Central con la perticipación de asociados

Las mutuales en la reforma social

Por Blas José Castelli

Como hemos sostenido en escritos anteriores, ratificamos que el mutualismo se propone elevar la dignidad, la responsabilidad civil, la conciencia, desarrollar la democracia y suprimir la expoliación de personas.

Para llevar a la práctica su humanitario programa genera sus propias y nobles instituciones, basadas en puros principios que ostentan peculiaridades ideales.

Son numerosas las organizaciones internacionales que han señalado, con énfasis, la importancia del movimiento mutualista y el rol que representan las asociaciones de este género como instrumentos con alta capacidad para el progreso social. Se señala enfáticamente que resulta ser el medio eficaz para mejorar la situación económica, social cultural de las personas que libremente participan en el mismo, fomentando su espíritu de iniciativa mediante su sana conformación solidaria.

Para lo cual crea importantes servicios en el campo de la salud, la ayuda económica, la vivienda, el consumo, la cultura, entre muchos otros, para asistir a sus asociados a elevar su nivel de vida.

La acción e influencia que desarrolla el sistema se siente en los países con la más difícil estructura social y política. Esto genera que sea advertido como hecho digno de ser apoyado para que evolucione permanentemente, asegurándole cumplir cabalmente sus concretos y honrosos objetivos.

El mutualismo es tan antiguo como la sociedad humana, muchos lo practican cotidianamente dentro de un complejo social denso, oscuro, sin advertir siquiera que están siendo actores y beneficiarios de una actividad de la más alta escala, fruto de la cultura general y de la democracia sincera.

Los enunciados conceptos se fundan en la participación igualitaria, activa, directa, proporcionando un marco de complementación, comunicación e integración que hace posible la urdimbre de relaciones interindividuales, favoreciendo la estabilidad y el avance en paz de las personas con vocación de servicio.

> "... el mutualismo se propone elevar la dignidad, la responsabilidad civil, la conciencia, desarrollar la democracia y suprimir la expoliación de personas.

Este bien ganado prestigio se funda en razón de que el sistema representa un programa que libera a las personas de las injusticias sociales y económicas. Por lo cual los pueblos mutualistas alientan permanentemente su tarea impidiendo que pueda concretarse cualquier intención interesada en paralizar o demorar su desarrollo.

Resulta positivo afianzarlo y ser promovido por los gobiernos al reconocer sus propósitos de fuerza concurrente para el bien comunitario.

A medida que transcurran los años el mundo será diferente y, por supuesto, la sociedad de cada país también será distinta; pero los seres humanos, con sus virtudes y con sus vicios, serán los mismos, pues tendrán iguales o más necesidades que actualmente, de diferente orden o naturaleza.

Por lo enunciado a todos debemos proteger y estimular con nuestra experiencia y ejemplo. A ello tienden los objetivos de Odema, organización ejemplar de orden internacional, constituida por un dirigente argentino, Alfredo Sigliano, que la preside por voluntad de todos quienes la integran, con el propósito de que este noble movimiento solidario se proyecte como modelo de solidaridad y grandeza en los pueblos.

Odema estuvo en las sesiones plenarias de OIT

Alfredo Sigliano habló por cuarto año consecutivo.

Alfredo Sigliano, en representación del mutualismo americano, se dirigió por cuarto año consecutivo a las delegaciones tripartitas de los 185 estados miembros que componen la Organización Internacional del Trabajo-OIT.

La 103 sesión de la Conferencia Internacional del Trabajo (CIT), que contó con más de cinco mil delegados, disertó sobre la migración laboral y las estrategias para el empleo, las estrategias para salir de la informalidad y el fortalecimiento del convenio sobre el trabajo forzoso de la OIT.

El director general de la OIT hizo un llamado a favor de políticas justas en materia de migración y de medidas más fuertes contra el trabajo forzoso, y resaltó que "la formalización del trabajo proporciona protección y mejores condiciones laborales a los trabajadores, garantiza una competencia justa y mejora la sostenibilidad de las empresas, genera ingresos y fortalece la autoridad de los gobiernos".

En la sesión plenaria el presidente de Odema aseveró que el mutualismo de América cumple sobradamente las mejores condiciones laborales, donde se privilegia la eficiencia y la honestidad de procedimientos, con sujeción a las normas legislativas y convencionales, vigentes en los países de actuación. Expresó: "las entidades de la economía social y solidaria, pueden blasonar con ejemplos que responden fielmente a su historia. Esto es así, habida cuenta que existen ejemplos de mutuales americanas que han sido distinguidas por instituciones de gran prestigio mundial, como empresas sociales donde el clima laboral de sus trabajadores alcanza niveles de excelencia".

Reunión paralela

Asimismo, la comitiva de Odema estuvo presente en la reunión paralela realizada por la oficina Partnerships and field Support, donde se trabajaron temas que relacionan a la OIT con las Organizaciones de la sociedad civil: mensaje 2015; proyecto sur-sur y cooperación triangular y la cooperación técnica en los informes de la OIT y sus resultados.

Texto completo de la intervención de Alfredo Sigliano en: http://www.odema.org/img/descargar/AlfredoSigliano_OIT2014.pdf

Video completo: www.ilo.org/ilc/ILCSessions/103-recordings/lang--es/index.htm (Viernes 6 de junio, tarde – 3h.20m).

Alfredo Sigliano en la OIT

El mutualismo joven en la ONU

Representantes de Odema participaron de los debates.

La red de jóvenes de Odema estuvo presente en el foro de la juventud ECOSOC 2014, organizado por ese órgano constitutivo de las Naciones Unidas denominado "Foro 2015. Darse cuenta del futuro que desean". Tuvo como objetivo principal llevar la voz de los jóvenes al debate sobre los desafíos para alcanzar los objetivos del desarrollo del milenio y la configuración del futuro programa de desarrollo.

Jovenes de Odena en la ONU

El Foro contó con sesiones de trabajo donde los jóvenes tuvieron la oportunidad de escuchar y participar en debates interactivos sobre los desafíos, las buenas políticas, estrategias y programas sobre Promoción de Empleo Juvenil - Crear trabajo decente para un futuro más sostenible, en particular en sectores dinámicos como el empleo que promuevan el desarrollo sostenible y las nuevas tecnologías de la información y de la comunicación.

La delegación de Odema tuvo la oportunidad de participar en el evento paralelo, organizado por la Comisión Permanente de El Salvador ante la ONU: "Fomento de la participación de la juventud en la toma de decisiones en la agenda de desarrollo post 2015". Allí expresó que el sistema mutualista "ofrece una herramienta válida, basada en la solidaridad, el trabajo y la idoneidad, que permite dar respuestas concretas a las necesidades de nuestros jóvenes y los sectores más desprotegidos en las sociedades".-

Odema en la Asamblea de la OEA

Promoción la economía social y solidaria.

Odema participó de la 44º Asamblea General de la OEA. En el aparte dedicado a las organizaciones de la sociedad civil, la representación de Odema intervino en el espacio denominado "Diálogo de los jefes de delegación, el secretario general y el secretario general adjunto de la OEA con los representantes de la sociedad civil, de los trabajadores, del sector privado y otros actores sociales".

Dentro de las recomendaciones que surgieron durante las deliberaciones, los representantes de Odema pudieron incorporar el siguiente punto:

"Recomendar que se promueva la economía social y solidaria para posibilitar el desarrollo equitativo de asociaciones civiles como: mutuales, cooperativas, fundaciones, ONG's, entre otras".-

Odema promociona la Economía Social y Solidaria en la OEA

Emergencia, urgencia y visita médica domiciliaria
El Servicio funciona en todo el país, las 24 hs. los 365 días del año.
0810.222.0290
0810.222.7798

Frutas y hortalizas: un reino de vitaminas y minerales

Consejos para aumentar el consumo de frutas y hortalizas

En el almuerzo, acompañar carnes con una porción de hortalizas cocidas y una ensalada de vegetales crudos. Preferir una fruta como postre.

Elegir empanadas o tartas rellenas con chocolo, ó cebolla, ó espinaca.

Preparar licuados a base de frutas.

¿Cómo hacer para que no se pierdan las vitaminas y los minerales?

La vitamina C se perderá menos si aquellos alimentos que la contienen son preparados antes de comer. Por ejemplo, si se comerá tomate, mejor cortarlo antes de comer; si se pelará un kiwi o si se exprimirá una naranja, también es útil que se realice antes de ese momento.

En general las hortalizas tendrán menos pérdidas si se las cocina con muy poco agua o si se las somete a agua en ebullición por pocos minutos. También conserva los nutrientes cocinar al vapor y en microondas. La sopa de verduras que contiene más cantidad de líquido es muy nutritiva porque el caldo contiene los nutrientes que liberan los vegetales. Lo mismo sucede con las compotas de frutas.

¿Cómo es una porción?

Algunos ejemplos para dar idea del tamaño de una porción:

1 fruta mediana; 1 vaso de jugo de frutas u hortalizas; 1 taza tamaño té de frutas; 1 plato playo de hortalizas de hojas cocidas; 1 plato hondo de hortalizas de hoja en crudo; 1 plato playo de puré de hortalizas; 1 plato hondo de ensalada de hortalizas; 1 verdura mediana.

Una receta fácil y nutritiva

Arroz multicolor en microondas (para 5 personas)

1 taza tipo desayuno de arroz integral, 2 ½ tazas de agua, 1 zanahoria pequeña rallada, 1 zapallito pequeño rallado, ½ taza de cebolla de verdeo picada. 1 morrón pequeño cubeteado, sal y 1 cucharada tamaño sopa de aceite de oliva.

Colocar en recipiente apto para microondas el arroz, el agua, la zanahoria, el zapallito, la cebolla de verdeo, el morrón y la sal.

Programar a potencia máxima por 28 minutos. Dejar reposar unos minutos. Agregar el aceite. Servir frío o caliente.

Aporta carbohidratos complejos, fibra, magnesio, carotenos, ácido fólico, vitamina E, potasio, selenio, fósforo, sodio y ácidos grasos esenciales.

Artículo escrito por Viviana Lacher, nutricionista de Sede Central.

Incorporación de profesionales

Sede Central	Oftalmólogia, Gino Lenin Salazar Garces
	Kinesiología, Lic. Matías Hernán Antagli
	Ortodoncia, Castriciano Florencia
	Odontología, Marina Carena
San Juan	Medica de familia, Dra Patricia Mut
Quilmes	CEDIAC Berazategui: diag. por imágenes y TAC
	Kinesiología, Lic. Iglesias
San Luis	Nutricionista, Maria Eugenia Furnari Pipitone
Mercedes	Médica de familia, Dra. Analía Soledad Pérez
Formosa	Odontología, Dr. Mario Osvaldo Rámirez
Paraná	Médica de Familia, Dra. Tomasini Elisa
	Instituto Sta. Lucía: Oftalmología
Bariloche:	Clínica del Sol: TAC
Villa Nueva	
Guaymallén	Psicología, María Laura Di César
Saenz Peña:	Bioquímico, Dr. Aiquel
Metan:	Médico de Familia, Dr. Oscar Gonzalo Leyendecker
H. Grande	Odontología, Angelina Fabling
	Cardiología, Dr. Gerónimo
	Hospital Regional de la Falda
V. Mercedes:	Médico de Familia, Dr. José Francisco Hernández
	Nutricionista, Lic. Olariaga Gauna Sabrina
General Roca	Colegio Bioquímicos de Río Negro
	Traumatología, Dr. Gustavo López
Santa Fé	Médica de familia, Dra. Mónica Isabel Sosa
R. S. Peña	Psicología, Lic. Claudia S. Genovesio
	Asistente social, Carla F. Herrera

El Correo Solidario . Año 14 . Número 91 . Julio / Agosto / Septiembre de 2014 . Órgano de difusión interno de la AMPF / AMPC

Cartelera turística

Iguazú
Hotel Orquídeas Palace

Junto a la tranquilidad del lugar Orquideas Hotel & CABAÑAS le ofrece la intimidad de 60 habitaciones y 11 cabañas delicadamente decoradas, con todos los detalles de confort y excepcionales vistas a nuestra autóctona vegetación misionera. Cuenta con estacionamiento propio y conexión WIFI. Vigilancia privada las 24 hs

$ 980 por persona en base doble

$ 800 por persona en base triple

3 Noches de alojamiento
Con desayuno
Consultar por traslados y excursiones

Península Valdés
Apart Los Tulipanes

Cuenta con departamentos dobles, triples, y cuadruples. Los mismos poseen kitchenette, microondas, frigobar, tv por cable, calefacción por loza radiante, Wi Fi.

$ 1350 por persona en base doble

$ 1150 por persona en base triple

$ 1250 por persona en base cuadruple

5 Noches de alojamiento
Con desayuno

Mar del Plata
Hotel Prince

Ubicado a metros de la peatonal San Martín. Habitaciones Alfombradas, TV Color por Cable, Teléfono, Acceso a Internet, Secador de Cabello, Caja de Seguridad, Ventilador de Techo, Calefacción Central, Cerraduras con Tarjetas Codificadas. Cocheras cubiertas opcionales.

5 Noches de alojamiento
Con desayuno

$ 1050 por persona en base doble

Tarifas validas desde el 01/10/2014 hasta 20/12/2014 . No incluye fines de semanas largos ni feriados . Las tarifas pueden sufrir modificaciones sin previo aviso. Sujeto a Disponibilidad

Departamento de Turismo 4124-9918 | Legajo Nº 12640 Disposición Nº 2249 E.S.F.L.
Vacantes Limitadas. Tarifa sujeta a cambio sin previo aviso. Servicio exclusivo para asociados de la Mutual

Salud femenina en Resistencia

Una decena de asociadas participó de la charla con profesionales

En el marco del programa preventivo de salud, la delegación Resistencia realizó un encuentro con asociadas, a cargo del equipo interdisciplinario de profesionales. La trabajadora social, la psicóloga y la médica de familia, tuvieron como objetivo principal de la actividad trabajar en la prevención y la promoción de la salud femenina.

Las socias presentes mostraron interés en los temas expuestos, los cuales respondían a sus propias inquietudes.

Se entregó folletería informativa y se compartió un refrigerio.-

Asociadas participan de la charla en Resistencia

Actividad chileciteña

La delegación riojana realizó una salida de miniturismo y un encuentro de salud.

La delegación Chilecito realizó dos importante eventos en estos últimos meses.

El 16 de agosto, asociados y allegados a la Mutual viajaron a las Termas de Santa Teresita, importante centro termal de la provincia de La Rioja. Socios, familias y amigos aprovecharon el paisaje natural y el beneficio de las aguas termales.

Previamente, el 21 de junio el grupo de asociados "Los abuelos del corazón" tuvieron su encuentro con charlas y actividades saludables para el corazón, y terminaron con un momento de confraternidad.-

Asociados de Chilecito en su visita a las Termas de Santa Teresita

También participaron de una jornada de actividades saludables para el corazón

Manos limpias, manos sanas

Campaña de concientización de higiene de manos en Córdoba.

A lo largo del pasado mes de junio la delegación Córdoba llevó a cabo una campaña de concientización de higiene que llevó por lema "Manos limpias, manos sanas".

El objetivo fue concienciar a los asociados de la importancia del lavado de manos como contribución activa al cuidado de la salud.

Se tomó la sala de espera de consultorios y los distintos sectores de la Mutual como lugar de distribución de folletería informativa y muestras gratis de alcohol.

Todo el personal y los profesionales de la delegación formaron parte de esta campaña, basada en lineamientos dictados por la Organización Mundial de la Salud.-

Córdoba promueve el cuidado activo de la salud

Por el Valle de la Luna

La delegación Caucete hizo miniturismo en Ischigualasto.

Unas 60 personas de la delegación Caucete (entre asociados, profesionales y personal) realizaron un viaje a Ischigualasto, conocido como "Valle de la Luna", en el extremo norte de la provincia. Es un área protegida de 275.369 hectáreas, célebre por resguardar una importante reserva paleontológica declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, en 2000.

Durante el paseo, unos y otros compartieron un momento agradable y divertido, confraternizaron e intercambiaron sus experiencias de vida.-

El Valle de la Luna y nuestros asociados compartiendo un día de paseo.

SEGURO MINIMOS REQUISITOS ENVIO Y RECEPCION DE DINERO CONFIABLE
DINERO REMESA MUTUAL ENVIO Y RECEPCION DE DINERO EN TODO EL PAIS

REMESA MUTUAL
envío y recepción de dinero

- Con el más bajo costo administrativo (4%)
- Con mínimos requisitos
- Seguro y confiable
- Disponible en todo el país
- Sólo una de las partes debe estar asociada

Testimonios "Yo uso el servicio de Remesa Mutual para moverme de una provincia a otra, porque es más seguro viajar con poco dinero encima. Yo lo deposito en una ciudad y lo cobro yo mismo en otra. Y me cuesta sólo $ 4 pesos por cada 100 que envíe".

Variados festejos por el Día del Niño

Como cada año, los chicos de la Mutual de todo el país se reunieron en sus delegaciones y anexos para celebrar su día.

Según los casos, hubo animaciones, juegos, música, baile, dibujos y, por sobre todo, mucha alegría compartida.-

Sede Central

Junín

Cutral Có

La Plata

Resistencia

La Rioja

Jujuy

Córdoba

La Proveeduría

financialos con tu tarjeta de crédito

Nebulizador
Ultrasónico compacto aspen con mascarilla de adulto y niños

Tensiómetro digital
ASPEN de muñeca

Plancha seca
ELECTROLUX con spray rociador y base antiadherente

Secador de Pelo
Bellisima 2000w.
3 temperaturas
y 2 velocidades

Las fotos son solamente ilustrativas

Más ofertas para vos y tu familia

| Audio y video |
DVD Portátil DAEWOO c/ Bolso y Auriculares
Home Theatre HITPLUS. 105w + Reproductor de DVD. 5.1
| Electro Hogar |
Plancha a vapor Oster. Base aluminio.
Plancha seca ultracomb. Base de aluminio. 1000 w
| Cuidado personal |
Planchita de cabello Bellísima
Secador de cabello ATMA 1300W. 2 vel. c/ mango plegable
| Línea Blanca |
Lavarropas LONGVIE automático. 16 Prog. C. Frontal. 5 Kg.
Termotanque Señorial a gas o eléctrico 30, 50, 85 y 120 LITROS
| Cuidado de la salud |
Almohadilla cervical Aspen. Control digital de 5 temperaturas
Tensiómetro aneroide Aspen con estetoscopio
Tensiómetro Aspen Semi automático de brazo
Tensiómetro Aspen digital inflado automático de brazo
Nebulizador compacto ultrasónico Aspen c/ mascarillas

Consulte en su delegación y/o anexo por otros artículos (AA, Colchones Piero, Ollas ESSEN, etc) Precios y formas de pago

ACCIDENTES
> PERSONALES

Para que, en caso de accidente, el factor económico no sea una preocupación más

- Una cuota fija que no aumenta con la edad
- Cobertura las 24 horas, los 365 días del año, en cualquier parte del mundo
- Sin exámenes médicos previos

COBERTURA
Fallecimiento por accidente

Cuidados prolongados por accidente

Diseñado especialmente para jubilados
Edad mínima de ingreso: 60 años.
Edad máxima de ingreso: 80 años.
Edad máxima de permanencia: 81 años.

Línea de consultas y siniestros para el asociado
0810.333.2075

ASISTENCIA
> HOGAR

Con una simple llamada telefónica, asistencia inmediata ante cualquier evento en el hogar

ASISTENCIA DOMICILIARIA
- Asistencia de plomero, electricista, cerrajero, vidriero o gasista. Tres (3) eventos de cada rubro al año.
- Asesoramiento en la contratación de otros profesionales.

GESTOR PERSONAL
- Entretenimiento: información sobre reserva y compra de tickets.
- Transmisión de mensajes urgentes.
- Asesoramiento en trámites jubilatorios e impuestos.

SALUD ASISTIDA
- Información sobre farmacias de turno las 24 hs.
- Delivery de medicamentos (logística a cargo del solicitante).
- Información sobre centros de salud, asistenciales y médicos.
- Recordatorio de toma de medicamentos.
- Durante un viaje:
  - Asistencia, traslado y repatriación sanitaria en caso de accidentes y lesiones.
  - Traslado y/o repatriación del asociado fallecido a consecuencia de un accidente con lesiones.

Línea para la asistencia
0810.666.4197

SEGURO
> HOGAR

Un seguro para la protección de nuestro hogar contra incendio y robo, con opciones de acuerdo a tus necesidades...

COBERTURA
- Incendio edificio
- Incendio contenido general
- Responsabilidad civil linderos
- Robo y/o hurto contenido general
- Electrodomésticos
- Responsabilidad civil hechos privados
- Cristales

ADEMÁS...
- Remoción de escombros
- Daño por tentativa de robo
- Alimentos en freezer
- Gastos extras a consecuencia de incendio

Línea de consultas y siniestros para el asociado
0810.333.2075

ROBO
> CAJEROS

Un seguro que protege tus extracciones

- Reembolsa las sumas de dinero que te hayan sido robadas, luego de ser extraídas de cualquier cajero físico o automático
- Dentro o fuera de la entidad bancaria hasta 24 horas después de efectuada la extracción

COBERTURA
Robo en cajeros físicos.

Robo en cajeros automáticos.

Robo o hurto de documentos personales y/o llaves.

Línea de consultas y siniestros para el asociado
0810.333.2075

San Nicolás hizo donaciones

La delegación llevó ropa para una parroquia y monitores de computación a una institución para discapacitados.

Sendas donaciones a dos instituciones de la ciudad realizó la delegación San Nicolás de la Mutual.

Fruto de la campaña "Un regalo por una sonrisa" se entregaron diez bolsones de ropa para niños a la parroquia San Cayetano, que trabaja con barrios carenciados de la zona norte de la ciudad.

Del mismo modo, se donaron monitores de computadoras a APAC COOPERANZA, institución sin fines de lucro para el tratamiento, la recreación y la inclusión de personas con discapacidades. Su modalidad de centro de día fomenta el despliegue de las aptitudes e integración de personas discapacitadas.-

APAC es una de las instituciones que recibió donaciones de la delegación San Nicolás

Tiempo libre y salud

La temática fue abordada en un taller interdisciplinario en La Rioja.

Con el objetivo de promover la ocupación saludable del tiempo libre en los asociados, la delegación La Rioja llevó a cabo un taller denominado "Mi tiempo, mi salud".

El mismo estuvo a cargo de la trabajadora social, la nutricionista, la kinesióloga y la médica de la Mutual, quienes se refirieron al concepto y los beneficios del tiempo libre y actividades beneficiosas para la salud, tanto cognitivas, como manuales y físicas.-

"Mi tiempo, mi salud" Un taller interdisciplinario organizado por la delegación La Rioja

Charla de salud en Tandil

Fue sobre prevención de enfermedades intestinales.

Como parte del programa de salud preventiva que impulsa la Mutual, el pasado 14 de agosto se realizó una charla para asociados en la delegación Tandil.

"Problemas intestinales y su prevención" fue el tema abordado por el equipo de salud, y el evento contó con la participación en su fase organizativa de todo el personal de la delegación.-

Problemas intestinales fue el tema de taller para asociados de Tandil

Cuidado de pies en Tucumán

Se realizó una charla, en el marco de la atención primaria de la salud.

Una docena de asociados participó de la charla sobre cuidado de los pies que se realizó en San Miguel de Tucumán.

Podóloga y médico de familia estuvieron al frente del encuentro con los asociados, con el apoyo de todo el equipo interdisciplinario de la delegación.

Mediante el desarrollo temático los asistentes adquirieron conocimientos acerca del cuidado de los pies, como parte de la práctica de atención primaria de la salud.

En el final del encuentro se sortearon variados premios y se compartió un refrigerio.-

Asociados de Tucumán participaron de una charla de salud sobre cuidado de los pies

Crónicas de Macarena

ALEGRÍA, EL MÁS RICO PERFUME DE LA VIDA

Alegría

La más hermosa de las palabras. La más hermosa de las sensaciones. La más difícil de explicar.

Porque, ¿qué es la alegría? Es algo hermoso, más ligera y burbujeante que la misma felicidad.

Es un estado aéreo, una risa alada.

Es algo que contagia.

Es una sensación maravillosa.

Pone alas en tus pies, sonrisa en tus labios, risa en tus ojos y tus dedos bailan...

No te puedes explicar qué es la alegría, pero cuando aparece, cambia el mundo.

Y no te digo qué cosa la produce ni en qué entorno aparece, porque la alegría es mágica.

Magia pura.

Hoy se me acaba de aparecer detrás de la niebla más espesa que pueda haber en un mediodía de invierno.

No se vé nada. Desaparecen los edificios, el río, los árboles, pero allí está ella, la alegría, jugando conmigo a la escondida tras de la niebla blanca.

Y quiero contagiarte hoy esta alegría que proviene de nada para que tú también puedas volar con ella por arriba de todo.

Alegría, el más rico perfume de la vida.

El lugar del encuentro

Recuerdos, adornos cuidadosamente elegidos y ubicados, regalo de gente querida, son el tesoro de Juan Carlos Sigliano.

Hace diez años, la casita heredada de sus suegros estaba vacía, al fondo de su propio hogar. Una pequeña repisa que conservaba desde los tiempos de su casamiento se convirtió en el primer eslabón de una larga serie de objetos y adornos que poco a poco le devolvieron la vida a ese apéndice del hogar de Juan Carlos Sigliano, el delegado de la Mutual en Quilmes.

"Es el lugar de encuentro con la familia, con los amigos –explica mientras invita a pasar-. Llevó diez años hacerlo, con cariño, con ayuda de amigos, pero bueno, ya está". Con orgullo, Juan Carlos muestra lo que fue el comedor de la casa: muchos recuerdos, muchos adornos cuidadosamente elegidos y ubicados, la mayoría regalos de gente querida, dice, mientras convida con café que sirve sobre la mesa de pool que es la gran protagonista del lugar.

Sigliano –hermano menor de Alfredo, presidente de la Mutual- cuenta que los trabajos en hierro son obra de un amigo suyo, e incluyen algunos estantes, la estructura de un sillón que se completa con madera gruesa, y algunos otros detalles de los muchos que abundan.

Una rueda de carro devenida en repisa, la cabeza embalsamada de un potrillo, un ternero y un ñandú, un sinnúmero de frenos para caballos y viejas herramientas le dan el toque campestre a una parte de la habitación. En un rincón, fotografías y recortes periodísticos referentes al colectivo son el testimonio de la tarea que desarrolló su padre.

En otro extremo, una casaca del equipo de polo La Ellerstina, un casquete y unos tacos llaman la atención. "Son del tiempo en que yo decoraba vidrieras de comercios. Tenía que tener elementos diferentes para armar las vidrieras de los clientes. Era una época en que se daba mucha importancia a esa actividad", cuenta.

Hay, también, reproducciones de antiguas fotos del Quilmes de antes, otras –muchas- relacionadas con el Turismo de Carretera y el fútbol, y entre estas últimas, dos que merecen especial mención: una foto de Diego Maradona autografiada y dedicada por el ídolo, y una camiseta de Independiente de Avellaneda, el club de los amores de los hermanos Sigliano.

Juan Carlos dice que aprendió el oficio de vidrierista ejerciéndolo. No estudió para serlo, sino que su sentido estético intrínseco le permitió hacerse camino en una actividad donde los buenos se cuentan con los dedos de una mano. Y de sus manos salieron emblemáticas vidrieras de importantes firmas de Buenos Aires y alrededores.

Pero en 1995, cuando por la situación económica del país la demanda había disminuido, la Mutual se cruzó en su vida. "Mi hermano me dijo que me dejara de andar dando vueltas tratando de conseguir clientes. Que en la Mutual había trabajo para mí, que me necesitaba. Entonces comencé a trabajar en la Mutual y me hice cargo de la delegación de Quilmes", rememora.

Sigliano posa para las fotos, detalla el origen de sus objetos más queridos, piensa en la próxima reunión con amigos en torno a esa mesa de pool, y una expresión de satisfacción se adivina detrás del cristal de sus anteojos.-

Recuerde que para acceder a los servicios se deberán tener las obligaciones sociales al día.

- **SERVICIO DE SALUD**
  - Medicina Familiar
  - Derivaciones a especialidades médicas
  - Estudios de diagnóstico
  - Oftalmología - Cirugías
  - Odontología - Prótesis - Implantes
  - Emergencia, Urgencia y Visita médica domiciliaria
  - Cobertura en Óptica
  - Ortopedia sin cargo
  - Psicología
  - Farmacia Mutual
  - Enfermería
  - Podología
  - Programas de prevención de salud
- **SERVICIO SOCIAL**
  - Orientación y Capacitación Ocupacional
  - Talleres de construcción de proyectos ocupacionales
    - Talleres de orientación laboral y búsqueda de empleo
    - Talleres de orientación en micro-emprendimientos
    - Servicios de socios para otros socios
    - Espacios de recreación
    - Grupos solidarios mutualistas
    - Apoyo para la capacitación en oficios y computación
  - Asistencia para el desempeño funcional
  - Fondo Solidario
  - Fondo para apoyo a socios ante una situación crítica.
- **ASESORAMIENTO LEGAL Y PREVISIONAL**
- **EDUCACIÓN**
  - Subsidio por escolaridad primaria o preescolar
  - Becas -secundarias, terciarias y universitarias-
- **BIBLIOTECA**
- **INSTITUTO DE CAPACITACIÓN Y FORMACIÓN MUTUAL**
- **SERVICIOS ECONÓMICOS**
  - Ahorro Mutual
    - Caja de Ahorro Mutual
    - Ahorro Mutual a Término
  - Ayudas Económicas
  - Proveeduría Mutual
  - Ayuda para servicio de sepelio
  - Remesa Mutual
- **TURISMO**
- **SUBSIDIOS**
  - Por nacimiento y/o adopción
  - Por casamiento
  - Por fallecimiento del titular
  - Por fallecimiento de familiar directo
  - Por discapacidad
- **SEGURO MUTUAL**
  - Salud I y II
  - Asistencia hogar
  - Accidentes personales
  - Robo cajeros
  - Hogar
- **SERVICIO EXEQUIAL**
  - Por Prestación o Por Reintegro
- **COMUNICACIÓN SOCIAL**
  - El Correo Solidario
  - Página Web (www.ampf.org.ar)
  - Padrino Solidario
  - E-asociados
- **COA – Centro de Orientación al Asociado**
- **CULTURA**
  - Ateneo Mutual
    - Concurso Literario
    - Concurso Fotográfico
    - Exposiciones
  - Ediciones Ateneo Mutual

Teléfonos y direcciones

Centro de atención al asociado
0800.333.5613

BAHÍA BLANCA
Berutti 146 / 0291.452.6783
BALCARCE
23 644 / 02266.42.5903
BARILOCHE
Mitre 791 / 0294.443.2058
BERISSO
11 4390, loc. 1 / 0221.461.5118
CABALLITO
Av. Donato Álvarez 31 / 011.4632.5401/22
CARCARAÑÁ
Belgrano 1092 / 0341.494.0979
CATAMARCA
Salta 636 / 0383.445.3936
CAUCETE
San Martín 692 loc. 1 / 0264.496.1753
CHASCOMÚS
Libres del sur 469 / 02241.42.5530
CHILECITO
Joaquín V. González 168 / 03825.42.0107
COMODORO RIVADAVIA
Francia 991 / 0297.446.3853
CONCEPCIÓN
Colón 158 / 03865.42.7050
CONCORDIA
Laprida 637 / 0345.422.6923
CÓRDOBA
Colón 476 centro / 0351.421.1522 / 568.0032
CORRIENTES
Córdoba 1338 / 03783.446.1961
CURUZÚ CUATIÁ
Caa Guazú 756 / 03774.42.4056
CUTRAL CÓ
Rivadavia 308 / 0299.496.6700
FLORENCIO VARELA
B. Mitre 269 / 011.4355.3112
FORMOSA
25 de mayo 534 / 0370.42.9425
GENERAL ROCA
España 1572 / 0298.443.5991
GOYA
José Eusebio Gómez 1282 / 03777.42.5172
GUERNICA
Lc Viviano de Alonso 513 / 02224.49.1167
HUERTA GRANDE - LA FALDA
Sarmiento 199 - La Falda / 03548-42.4465
JUNÍN
Álvarez Rodríguez 87 / 0236.442.6596 / 0236.15.613.180
LA PLATA
Diag. 80 886 / 0221.427.0260 / 427.7939
LA RIOJA
Joaquín V. González 364 / 0380.446.5035
LANÚS
Salta 1970 / 011.4249.0756
MAR DEL PLATA
Av. Luro 3553 / 0223.473.5231
MENDOZA
Alem 29 / 0261.420.0059 / 429.3937
MERCEDES (BA)
21 y 18 s/n / 02324.43.2260
METÁN
José Ignacio Sierra 38 / 03876.42.4250
MONTE GRANDE
Nuestras Malvinas 234 / 011.4284.0406
MORÓN
25 de Mayo 506 / 011.4483.0486
NEUQUÉN
San Luis 365 / 0299.442.3060
OLAVARRÍA
Necochea 2545 / 02284.428622
PARANÁ
25 de Mayo 227 / 484.0653
PERGAMINO
9 de Julio 608 / 02477.42.6960
POSADAS
Córdoba 1493 / 0376.443.4610
QUILMES
Hipólito Yrigoyen 57 / 011.4254.6418 / 4253.1171
RESISTENCIA
Pueyrredón 139 / 0362.448.7807
RÍO CUARTO
Av. Italia 1347 / 0358.463.8585 / 0358.463.8389
RÍO GALLEGOS
Errazuriz 226 / 02966.42.0392
RÍO GRANDE
Pellegrini 904, esq. Borges 02964.49.2480
ROQUE SÁENZ PEÑA
Saavedra 437 / 03732.42.6246
ROSARIO
Buenos Aires 1128 / 0341.424.4268
SALTA
San Luis 369 / 0387.421.7979
SAN JUAN
Sarmiento (sur) 154 / 0264.420.0991
SAN JUSTO
Almafuerte 2850 / 011.4482.3113
SAN LUIS
Junín 417 / 0266.443.9090
SAN MARTÍN
Mitre 3401
11.4713.9119 / 4752.3661
SAN MIGUEL
Pte. Juan D. Perón 1865 / 011.4667.1665
SAN NICOLÁS
Almafuerte 30 bis / 0336.45.0707
SAN RAFAEL
Godoy Cruz 49 / 0260.442.3717
SAN RAMÓN DE LA NUEVA ORÁN
Av. F. Pizarro 57 / 03878.42.5588
SAN SALVADOR DE JUJUY
Salta 1037 / 0388.422.7504
SANTA FE
Lisandro de la Torre 2838 / 0342.483.5054 / 483.5250
SANTA ROSA
Pellegrini 31 / 02954.43.0274
SANTIAGO DEL ESTERO
Tucumán 345 / 0385.422.6113
TANDIL
Rodríguez 143 / 0249.442.7703
TUCUMÁN
24 de septiembre 786 / 0381.422.7551
VILLA LUGANO
Sayos 5578 / 011.4601.6839/4638.3955
VILLA MERCEDES
Urquiza 132 / 02657.42.7319
VILLA NUEVA GUAYMALLÉN
Arenales 126 / 0261.426.9302
ZAPALA
Mitre 291 / 02942.42.4641

www.ampf.org.ar
info@ampf.org.ar

Medios de pago

En delegaciones y anexos
Asociación Mutual de Protección Familiar

El Correo Solidario . Año 14 . Número 91 . Julio / Agosto / Septiembre de 2014 . Órgano de difusión interno de la AMPF / AMPC

Servicio Exequial

Una prestación
de la Mutual implementada
por pedido de los asociados.

En ambas modalidades, la cobertura se inicia el primer día hábil del cuarto mes posterior a la adhesión al servicio.

Nuestro servicio exequial es una importante cobertura de protección de alta calidad, que garantiza el apoyo y la tranquilidad, frente al difícil momento que conlleva la partida de un ser querido.

Por Prestación

Se trata de una cobertura por sepelio en cocherías de todo el país (Red Nacional de Cocherías). Además el servicio le brindará un complemento de cobertura de $ 1.000

Condiciones de ingreso:
- Edad mínima: sin límite
- Edad máxima: 70 años cumplidos
- Permanencia: sin límite

Por Reintegro

Se realizará contra la presentación de la factura del servicio de sepelio por un valor de hasta $5.850 con un complemento de cobertura de $500

Condiciones de ingreso
- Edad mínima: 71 años cumplidos
- Edad máxima: sin límite
- Permanencia: sin límite

AHORRO MUTUAL

Depositá tus ahorros
en la Mutual, y preocupate
solo por imaginar
como disfrutarlos...

+2% ADICIONAL
A LA TASA VIGENTE
DEL AHORRO A TÉRMINO CLÁSICO
EN DEPÓSITOS
MENORES A $ 3.000*

TASA PREFERENCIAL MICROAHORROS

- LA MEJOR TASA ESTÍMULO
- SIN GASTOS DE MANTENIMIENTO

*La totalidad de los ahorros a término con depósitos nuevos o renovaciones no podrán superar los $3.000