

PINTURERIAS DEBALLI

Tersuave

Alba
verni al color

SHERWIN WILLIAMS

menzerna
polishing compounds

AUTO GLASURIT

General Pico: Calle 18 N° 343
Santa Rosa: Av. Luro 1.131
Av. Luro y Alvear / Ameghino y Edison



REGION®

Un puente de comunicación - 30° año de circulación

Del 20 al 26 de marzo de 2020 - N° 1.397 - INPI 1983083 - Redacción: Independencia 195 - (02954) 387800 - (2954 15) 317541
Santa Rosa - La Pampa - info@region.com.ar - www.region.com.ar - Director Propietario: Gerardo Yanés

Gallo
herrajes

Mansilla 145
Tel: (02954) 457700 - S. Rosa

Lograr el aprovechamiento óptimo en el Día Mundial del Agua

En el marco del Día Mundial del Agua, que se conmemora este domingo 22 de marzo, y del Día Nacional del agua, el 31 de ese mismo mes, resulta importante destacar el trabajo que se viene realizando hace tiempo en el Área Bajo Riego de La Pampa, donde el aprovechamiento hídrico alcanza su máxima expresión a nivel nacional, especialmente desde la incorporación de los modernos sistemas de riego por Pivot, que fueron implementados por primera vez, en cultivos de alfalfa, a partir del año 2002 en la localidad pampeana de 25 de Mayo.

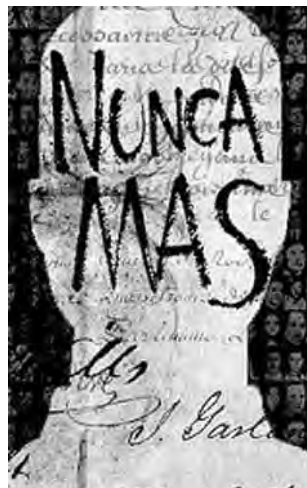


riego para optimizar el uso del agua del río Colorado. La capacitación tuvo una gran convocatoria, y fue dirigida a operadores de pivotes organizada por el Ente Provincial del Río Colorado, INTA, Vital Servicios SRL

y Cámara de Productores Bajo Riego de la localidad pampeana de 25 de Mayo. Esta primera capacitación técnica del año, en las instalaciones del INTA, contó con más de 40 participantes.

En horario de mañana se dio la parte teórica y en el campo de AB-Agro tuvo lugar la práctica en horas de la tarde, a través de la disertación de los representantes de Vital Servicios y de la empresa Valley...

Semana de la Memoria actividades suspendidas



El Gobierno de La Pampa suspendió el acto central y las actividades que estaban programadas en el marco de la Semana de la Memoria por la Verdad y la Justicia en distintas localidades...

110° aniversario de Metileo



En este nuevo aniversario de la localidad de Metileo, el intendente Juan Carlos Pavoni (foto) entrevistado por Semanario REGION® hizo una descripción sobre los proyectos comunales a gestionar durante este nuevo período de gobierno...

Colonia Barón cumple 105 Años



En el contexto de un nuevo aniversario de Colonia Barón, REGION® entrevistó a la intendenta municipal Sonia Noemí Luengo (foto) quién dio precisiones sobre la actualidad lugareña...

La importancia de controlar el miedo



En este contexto social, con la amenaza del Corona Virus (COVID-19) se detecta mucho temor en las personas que las lleva a tomar acciones muchas veces más perjudiciales que la propia amenaza...

Edición 2020 de Revista "Aire Libre"

Ya está en circulación una nueva actualización de la revista "Aire Libre", suplemento color de Recreación, Deportes, Caza y Pesca, producido por REGION® Empresa Periodística.

Entre los contenidos de esta edición: la reglamentación 2020 de caza y pesca; análisis de la temporada de caza anterior; informe de pesca en laguna y mar; torneos y fiestas de caza; la palabra del Sindicato de Cazadores; los 100 primeros del Ranking Pampeano de Caza Mayor y más.

El ejemplar se consigue en los clubes de caza "Mapú Vey Puudú" y "Valle de Quehué"; oficinas y agencias de informes y turismo; principales hoteles; operadores cinegéticos; empresas auspiciantes y en nuestra redacción de Independencia 195, Santa Rosa.

En 2019 fueron declaradas 2.415 piezas de caza mayor

955 DEPORTISTAS DE VARIOS CONTINENTES LOGRARON CAZAR EN LA PAMPA

aire libre
Recreación, Deportes, Caza y Pesca

Parilla Los Caldenes
Pastos
Tel: (02954) 423222 / 422290
Av. San. Marzo 305
Santa Rosa

Vale la pena aclarar que al momento del cierre y entrada a impresión del suplemento "Aire Libre", aún no se había anunciado la máxima alerta sanitaria en la Provincia.

Comprendiendo la amenaza global del COVID-19



"El nivel de mortalidad del COVID-19 es mucho menor que una gripe normal, sin embargo su nivel de contagio es muy elevado" dice la Doctora en Farmacia, Nuria Lorite.

Por intermedio de la Bircham International University, la Doctora en Farmacia, Nuria Lorite, de la Universidad Complutense de Madrid, Master en Gestión de Salud por Florida International University y experta en naturopatía y medicina china, nos ha hecho llegar un interesante trabajo de su autoría,

que ponemos a disposición de los lectores que puedan estar interesados. Se trata del pequeño libro titulado "Comprendiendo la amenaza global del coronavirus COVID-19", que puede descargarse en forma gratuita como archivo PDF, desde nuestra página web: www.region.com.ar ...

POLLERIA La Vela

Pollo Fresco
Carne de Novillito
Cerdo - Chorizos
Fiambres
Lacteos
Bebidas
Art. de despensa

CARNICERIA CALIDAD

R. DIAZ 443 - SANTA ROSA

La Gauchita Especias

El mundo de lo natural

- Cereales • Copetín • Repostería
- Frutas secas
- Condimentos
- Fiambres • Quesos
- Productos para celíacos y diabéticos

Venta por mayor y menor

Tel: (02954) 41-41-99 / Yrigoyen 354

Nuevo Renault LOGAN



MANERA PEREZ
Y CIA. S.A.C.I.I.A.



Calle 17 N° 1154, Gral. Pico
Tel: (02302) 421800/42-2022/422382
Fax: (02302) 422290
Sucursal calle 9 N° 443
Tel: (02302) 433222/329333/329334

maneraperez@speedy.com.ar www.maneraperez.com.ar

Le strade
RENT A CAR
L. de la Torre 96 1er Piso - Of. 1 / Santa Rosa, L. P.
lestraderentacar@gmail.com / lestraderentacar
Tel: (02954) 414600 - Cel: (2954) 15-667796

M&MZ **Martín & Martínez**
Estudio Contable e Impositivo
Trámites Jubilatorios
C.P.N. Ariel D. Martínez
C.P.N. Daniel O. Martín
Urquiza 656 - Tel: (02954) 41-9075
S. Rosa - martinmartinez@cpenet.com.ar

ESCUELA DE INGLÉS
22 AÑOS DE EXPERIENCIA E IDONEIDAD EN LA ENSEÑANZA DE INGLÉS
INSCRIPCIONES ABIERTAS!
DE 10 A 12 - 18 A 21 HS.
INICIO DE CLASES:
9 DE MARZO
PROMOCIÓN
10% DE DESCUENTO
EN MATRÍCULA Y CUOTA
ABONANDO EN FEBRERO
Exámenes UNLPam • SAT • TOEFL • IELTS • Exámenes internacionales
GARIBALDI 254 - TEL. 418618 - 2954 67 34 99
SAINTMARYSLP@GMAIL.COM • ST. MARY'S SCHOOL OF ENGLISH

DigiSapiens 20º aniversario
eCommerce
Desarrollo de sitios Web
PWA / Web Apps
Software Adobe
Acrobat Pro DC
Fotografía para sitios Web
02954 83-4021 info@digisapiens.com
www.DigiSapiens.com

Parrilla Los Caldenes
Tenedor Libre
Pastas
Asador criollo
Especialidad en carnes mechadas al horno.
Pastas caseras (elaboración propia)
SALON CLIMATIZADO
Av. Santiago Marzo Este 385 / Tel: (02954) 429-449
Santa Rosa / www.parrillaloscaldenes.com.ar

En el 105 aniversario de nuestro querido pueblo expresamos nuestro agradecimiento a tantas generaciones que con dedicación, esfuerzo y constancia, trabajaron y trabajan para construir un futuro de bienestar.



Municipalidad de COLONIA BARON

E. Mercoli 352 - Colonia Barón - La Pampa
Tel: (02333) 476210 - Juzgado de Paz: 47-6210
Secretaría: 47-6115 - Concejo Deliberante: 47-6481



1915 - 21 DE MARZO - 2020

Sonia Luengo y el 105º Aniversario de Colonia Barón

En el contexto de un nuevo aniversario de Colonia Barón, REGION® entrevistó a la intendenta municipal Sonia Noemí Luengo, quien dio precisiones sobre la actualidad lugareña:

En primer término, y haciendo referencia a un tema tan candente como lo es la pandemia por Coronavirus Luengo manifestó: "adherimos al Decreto Provincial por Emergencia Sanitaria y hemos mantenido reuniones con el director del Establecimiento Asistencial y con el comisario de la localidad para evaluar medidas de carácter urgente, con intervención además del Centro de Operaciones de Emergencia COE", indicó.

Balneario Municipal y Speedway

"Este año el Centro Recreativo Municipal no dio pérdida como el año anterior, tuvimos muy buenos fines de semana y la afluencia de visitantes fue muy importante, la mayor erogación del complejo es el cloro para mantener la pileta que tiene 8 millones de litros, la energía eléctrica y el pago del personal, quedando de superávit terminada la temporada ciento veinte mil pesos", mencionó Sonia Luengo. "Fuimos base de campamento del gobierno de la provincia porque tenemos un albergue con capacidad para 50 personas, el balneario está totalmente equipado



con toda la infraestructura necesaria, recién este año podemos decir después de haber trabajado e invertido mucho durante tres años, esta temporada estuvo en excelentes condiciones, el balneario es la atracción más importante de Colonia Barón, junto al Circuito de Speedway escenario del Campeonato de Verano Internacional", subrayó la intendenta.

Obras realizadas y proyectadas

Al cierre de esta edición, la intendenta daba su discurso inaugural de sesiones ante los miembros del CD, sobre detalles del mismo tuvimos acceso de manera directa en el transcurso de la entrevista mantenida: "en cuanto a obras ejecutadas la más importante es la renovación de la red de agua potable en 70 cuadras con 445 reconexiones, el cambio de 170

medidores y 100 medidores para futuras conexiones, se automatizaron dos bombas, la Administración Provincial del Agua APA financió 750 metros de la red para proveer de agua potable al barrio de viviendas provincial Mi Casa, para los trabajos en cuestión se contrataron 25 personas de la localidad, la red fue cedida a la Cooperativa de Servicios Públicos para su mantenimiento. En Colonia Barón se construyeron 16 casas con un presupuesto del Instituto Provincial Autárquico de la Vivienda IPAV de \$ 6.400.000, del municipio \$ 8.231.468 y de otros organismos del Estado provincial \$ 5.399.000", con precisión de números fijó sobre obras tan trascendentes para Colonia Barón, Sonia Luengo.

Repavimentación RP10 y RP7

"Afortunadamente se llevaron a cabo las obras, ges-

tionamos una parte de la repavimentación de la RP10 que era la que estaba en peores condiciones, la Dirección Provincial de Vialidad lo hizo con doble tratamiento en frío, preocupaba el ingreso a la localidad que no estaba en buenas condiciones de transitar, por lo tanto también personal municipal limpió doscientos metros de ruta 10 banquina Sur, entoscamos 100 metros de longitud por 7,5 metros de ancho, Vialidad aprobó que ese arreglo fuese pavimentado por seguridad vial, se construyó una dársena de giro por el acceso principal presidente "Raúl Alfonsín"; y habíamos tramitado en la gestión del gobernador Carlos Verna el proyecto de iluminación en la intersección de giro y acceso, y es una obra que terminamos concretando con la gobernación de Sergio Ziliotto", para lo cual Sonia Luengo expresó un especial agradecimiento para ambos gobernadores".

Finalmente saludó a toda la población "que siempre nos apoya, ellos saben bien que el único objetivo que tengo es el crecimiento y el desarrollo de la localidad, para que todos los Baroneses puedan vivir cada día mejor"...

Nota completa en: www.region.com.ar



CENTRO DE ACOPIADORES DE CEREALES DE LA PAMPA Y LIMITROFES

Calle 16 Nº 338 / C.C.180 / C. P. 6360 / General Pico / Tel: (54)-02302 42-4140/321530
Telefax: (54)-02302-42-4568 / e-mail: info@caclp.com.ar / www.acopiadoreslapampa.com.ar

La Reina
PASTELERÍA
L. de la Torre 365 Santa Rosa
Delivery
Tel: 832323

LA TORRE
Especias
TODO PARA EL CHACINADOR
VENTAS POR MAYOR Y MENOR
Dietética
Productos Naturales
Legumbres • Repostería
Frutas secas • Herboristería
L. de la Torre 355 • Tel: (02954) 43-1774

LO INFORMÓ EL GOBIERNO DE LA PAMPA

Actividades por la Semana de la Memoria suspendidas



El Gobierno de La Pampa suspendió el acto central y las actividades que estaban programadas en el marco de la Semana de la Memoria por la Verdad y la Justicia en distintas localidades.

La decisión se tomó en el marco del Decreto 521/20 firmado por el gobernador Sergio Ziliotto por el cual se declara el estado de máxima alerta sanitaria con el objetivo de sensibilizar la vigilancia epidemiológica en prevención del coronavirus COVID-19, y del Decreto de Necesidad y Urgencia Nº 260/2020 firmado por el Presidente de la Nación, Alberto Fernández.

El acto central por el Día de la Memoria por la Verdad y

la Justicia se iba a realizar en Conhello el día martes 24 de marzo en homenaje a Ramerío Pérez, nacido en esa localidad, y de su hijo Eduardo Pérez.

El Gobierno de La Pampa ratifica el compromiso en el proceso de Memoria, Verdad y Justicia para con las y los desaparecidos y asesinados por el terrorismo de Estado y con las víctimas de la represión ilegal en La Pampa por parte de la llamada Subzona 1.4, quienes sufrieron secuestros, torturas y cárcel, durante la última dictadura cívico-militar. Se invita a las pampeanas y los pampeanos a acompañar la fecha de reflexión y ejercicio de la memoria en recordación y homenaje a las víctimas.

POR LA ALERTA SANITARIA

Suspendieron avistaje de Ciervos en Brama y visitas al Castillo del Parque Luro



La Secretaría de Turismo de la Provincia resolvió suspender las excursiones de "Avistaje de Ciervos en Brama", las visitas al Castillo, al Centro de Interpretación, sala de Carruajes y Paseo del Agua en la Reserva Provincial Parque Luro, atentos a la situación de alerta sanitaria manifestada mediante el Decreto 521/2020 y 522/2020.

Todas las actividades mencionadas tienen lugar en la Reserva Provincial, que permanecerá abierta al público únicamente para utilización del sector de parrillas y recorridos en familia por senderos interpretativos al aire libre. Esta Secretaría integra el Comité de Crisis creado para brindar atención a la problemática, por lo que se recomienda a los referentes municipales y demás

sectores involucrados en el área turística, consultar ante cualquier duda.

Al sector de hotelería se recomienda informar acerca de la permanencia de personas extranjeras en sus alojamientos; mientras que a las empresas de viajes el pedido efectuado fue de comunicar el listado de personas radicadas en La Pampa que permanecen en el exterior y la fecha de regreso a la Provincia. Todas las medidas de información y comunicación son necesarias a fin de prevenir a la comunidad ante posibles casos de contagio del coronavirus.

Las consultas pueden efectuarse a través de la página de Facebook: @TurismoLaPampa

VENDO Notebook EXO i7 - 16GB

Intel i7-3632QM 2.20GHz - Video integrado Intel HD4000
16 GB RAM DDR3
Windows 7 PRO 64 bits
Disco 500GB HDD / Pantalla 14"
DVDRW / USB 3.0 y 2.0 / eSata
HDMI / VGA / Ethernet Gigabit
WiFi / Lector de huellas y tarjetas
Conector auriculares y micrófono (2)
Webcam / Parlantes y micróf. incorporado
Cel/WA: 2954-594866



OPORTUNIDAD
ÚNICA
\$ 25.000

*En la Semana de la Memoria,
por la Justicia y la Verdad
recordamos la necesidad
de No Olvidar, para crecer
en paz y solidaridad.*

Municipalidad de
Jacinto Arauz



Tel: (02925) 49-3224 / 49-3470

E-mail: munijacintoarauz@lapampa.gov.ar
www.jacintoarauzlapampa.com

#EstamosCerca

www.unlpam.edu.ar



UNIVERSIDAD
NACIONAL DE LA PAMPA



*La mejor forma de aportar a la protección
de la humanidad: NO OLVIDAR*

*24 de Marzo: Día Nacional de la
MEMORIA, por la VERDAD y la JUSTICIA*



MUNICIPALIDAD
DE 25 DE MAYO
LA PAMPA - PATAGONIA - ARGENTINA



#NOaPortezuelo **Colorado**
enmanosdeMendoza enmanosdetodos

CORONAVIRUS COVID-19

Cuidados:



Lavarse las
manos con jabón
regularmente.



Estornudar o
tosar en el
pliegue del codo.



No llevarse
las manos a los
ojos y a la nariz.



Desinfectar los
objetos que se
usan con frecuencia.



Ventilar
los ambientes.

*Si tenés síntomas y antecedentes de viaje
a zonas de circulación viral comunicate al:*

0800-333-1135

2954-619130 2954-604986 2302-531304

Ministerio de
Salud



GOBIERNO DE
LA PAMPA

SEMILLERIA
Los Amigos

• Venta de alimento balanceado para perros y gatos
• Pájaros • Jaulas • Peces
• Accesorios para mascotas

AHORA TAMBIEN:
2954 47-4344

Tel: 702600
429797

Av. Edison 1062 / Santa Rosa
semilleralosamigos@hotmail.com.ar

Antes de viajar controle el radiador de su vehículo.

RADIADORES SANTA ROSA

Reparación de radiadores de todas las máquinas agrícolas

Trabajos garantizados por 1 año.

Av. Circunvalación este 1266
Tel: (02954) 427-105 / S. Rosa

TALLER MECANICO DIESEL

MEDINA

SERVICIO ESPECIALIZADO

MWM INTERNATIONAL MOTORES AGENTE OFICIAL

TOYOTA UIGIA

Constituyentes 2452 / Tel: (02954) 43-9050
Santa Rosa (L. P.) / e-mail: tallermedina@cpenet.com.ar

SEIBEL

INYECCION ELECTRONICA

Av. Luro 1832 - S. Rosa - Tel: (02954) 243002

autogas gnc

de Carlos Esteban Rojo

- OBLEAS Y PRUEBAS HIDRÁULICAS EN EL DÍA
- VENTA DE EQUIPOS GNC - MECÁNICA EN GENERAL

E.R. EMBRAGUES
REPARACIÓN DE EMBRAGUES EN GENERAL

AUTOS - CAMIONETAS
CAMIONES - TRACTORES
AUTOS DE COMPETICION

Av. Luro 1344, Tel: (02954) 42-08-08 / 43-70-06
Cel: (2954) 15 46-9174 / 15 65-9567
Santa Rosa - autogasgnc@yahoo.com.ar

LUIS M. DE LA IGLESIA

TALLER DE PINTURA

Cel: (02954) 15684640
Calearis 950
Santa Rosa, L. P.

BANCO DE ENDEREZADO

MAQUINA DE COLORIMETRIA COMPUTARIZADA

EUROTALLER

INGRESÁ EN www.eurotaller.com Y SOLICITÁ TURNO ON LINE

DIAGNÓSTICO DE FRENO COMPUTARIZADO

• Frenos a aire nacionales e importados
• Vehículos livianos y pesados
• Válvulas Electroneumáticas
• Suspensión neumática

ENVIOS AL INTERIOR

REPUESTOS y TALLER: Av. Circ. Sur 1650
(02954) 560-222 / 439-092 (02954) 15680435
@elvascoeurotaller - Santa Rosa

SERVICIO DE REMOLQUE

RSR REPUESTOS SANTA ROSA

Más de 30 años de buen servicio

Tel: (02954) 42-6933

Estamos AQUÍ Garay Vivas 1240

(2954) 305032
repsantarosa@gmail.com

ESPAÑA AV. ARGENTINO
M. FIERRO 100
INDEPENDENCI.
STEUR 900
WILDE 800
KARDEC
P. HARRIS
CONGRESO
P. MEDICI
M. AVILA
GARAY VIVAS
M. BALD
A. J. INDA
E. ZOLA
AV. LLURO

Tránsito reprograma turnos

Ante la pandemia declarada a nivel mundial y el estado de alerta y emergencia sanitaria en que se encuentra nuestra provincia; la Dirección de Tránsito (de acuerdo a lo resuelto por el intendente en cuanto a las recomendaciones sanitarias de prevención y reducción de factores de riesgo, teniendo en cuenta la disponibilidad de espacio físico) ha dispuesto la reducción de la atención al público, ajustándose a un protocolo elaborado para la emergencia.

Es así que se han reprogramado los turnos dispuestos.

El municipio recuerda que se encuentran prohibidos todos los acontecimientos públicos masivos

La Municipalidad de Santa Rosa recuerda que en el marco de la declaración del brote de coronavirus como una pandemia por parte de la Organización Mundial de la Salud y en consonancia con lo dispuesto por los Ejecutivos Nacional y Provincial,

La reprogramación contempla turnos a razón de 10 personas por clase, acorde a la capacidad del espacio físico disponible, respetando las recomendaciones de distancia mínima entre los concurrentes.

En cuanto a la renovación de licencias, las personas con turnos asignados, deberán concurrir y serán atendidas en el horario estipulado, evitando concurrir con antelación y así colaborar con las medidas de prevención. El ingreso al edificio de esta dirección, se hará a razón de 7 personas cada 30 minutos.

se ha emitido una resolución adhiriendo a los decretos gubernamentales 521/2020 y 522/2020, disponiendo la prohibición de todos los acontecimientos públicos masivos para así evitar aglomeraciones. En consecuencia, quedaron suspendidas hasta nuevo aviso, todas las actividades oficiales programadas en el marco de la conmemoración de la Semana de la Verdad y la Justicia.

En el mismo sentido, en cuanto a la actividad privada, el Municipio, a través de las dependencias correspondientes, podrá disponer del cierre, clausura y/o no habilitación de cualquier evento masivo de toda índole.

ESTABA PROGRAMADA EN TOAY EL 12 DE ABRIL

ACTC suspendió la fecha de Toay En La Plata correrán sin público



La Asociación Corredores Turismo Carretera (ACTC) suspendió la presentación que el TC iba llevar a cabo del 10 al 12 de abril en el autódromo de Toay, La Pampa, a causa del coronavirus.

Más tarde, esa entidad anunció que, de no mediar imprevistos, retomará su actividad oficial el 26 de abril, en escenario a confirmar.

El ACA también suspende

La Mesa Directiva de la C.D.A., en consideración a la actual situación derivada del Coronavirus (COVID-19) y en relación a los acontecimientos que son de público conocimiento, en el marco de las medidas preventivas recomendadas por las Autoridades Nacionales y Provinciales, informa que se ha dispuesto suspender toda actividad deportiva automovilística correspondiente a los Campeonatos Argentinos fiscalizados por esta C.D.A., hasta el día 31 de Marzo próximo.

Máxima alerta sanitaria

La suspensión se produjo luego de que el Gobernador de La Pampa, Sergio Ziliotto, declarase al territorio de esa provincia en "máxima alerta sanitaria", a raíz de lo cual se "suspende y prohíbe" por el término de 90 días eventos de concurrencia masiva. Esta es la segunda suspensión que concreta la ACTC debido a la epidemia de Coronavirus, luego de cancelara la carrera que se iba a llevar a cabo en Concordia (Entre Ríos), el 29 de marzo.

Todas las fronteras cerradas para los argentinos a los países limítrofes

Al cierre de esta edición, los países limítrofes con Argentina, Chile, Bolivia, Paraguay, Brasil y Uruguay ya anunciaron que cierran sus fronteras para bloquear el acceso a extranjeros, razón por la cual, los argentinos no podrán viajar hacia ningún destino de los países mencionados, ni en su propio vehículo ni por ningún otro medio de transporte.

La medida abarca a los vuelos de cabotaje, micros y trenes de larga distancia y está concebida para evitar por todos los medios, que las personas se trasladen de un lado a otro y se insiste en que permanezcan en sus hogares a resguardo de un posible contagio o transmisión del virus.

Finde Largo fallido

A esto debemos sumar las últimas disposiciones del Gobierno nacional, que anunció la restric-

Planeta Fiat

Repuestos

- Lubricantes - Accesorios
- Autopartes - Suspensión

Edison 1.220 Tel: (02954) 411-110
Entre Pasteur y Wilde - Santa Rosa

Clear Secado Rápido VOC 923-610 Glasurit

menzerna polishing compounds PERFECCION EN PULIDO

DEBALLI

400 2400 3800 3 IN

GENERAL PICO: Calle 18 Nº 343 - Tel: (02302) 433248
SANTA ROSA: Av. Luro 1.131 - Tel: (02954) 453922
LA PLATA: Av. 7 Nº 1237 - Tel: (0221) 4227699 - pdeballigeneralpico.com.ar

RELAJARNOS Y PENSAR

La importancia de controlar el miedo



En este contexto social, con la amenaza del Corona Virus (COVID-19) se detecta mucho temor en las personas que las lleva a tomar acciones muchas veces más perjudiciales que la propia amenaza.

Cuando el miedo toma preeminencia en la vida se torna peligroso

Las emociones son una serie de reacciones de los individuos ante situaciones de peligro, amenaza, daño, pérdida, éxito, etc., que producen cambios en la experiencia afectiva, en la activación fisiológica y en la conducta expresiva. Ante una situación de peligro se producen una serie de reacciones a nivel cognitivo-subjetivo, fisiológico y conductual que llamamos miedo. El miedo dentro de parámetros normales es bueno porque nos aparta del peligro y nos conduce a buscar la seguridad para nuestras vidas, pero cuando el miedo toma preeminencia en la vida se torna peligroso.

El Sistema Inmunitario

Estudios como el llevado a cabo en la Universidad Estatal de Ohio, Estados Unidos, nos señalan que nuestras emociones tienen una relación directa con los procesos fisiológicos y la respuesta inmunitaria.

El sistema inmunitario, el encargado de defender a nuestro organismo de agentes patógenos y enfermedades, se ve afectado cuando el miedo es profundo y como consecuencia se activa el sistema nervioso simpático. En esta circunstancia, el cuerpo se

prepara para luchar o huir, las glándulas suprarrenales liberan cortisol y adrenalina. Niveles altos de cortisol en sangre provocan una serie de cambios en los leucocitos, encargados de luchar contra enfermedades potenciales y frena la producción y acción de las citoquinas, encargadas de iniciar la respuesta inmunológica. Por otro lado, la adrenalina se encarga de la respuesta de alerta, genera energía por si fuese necesario escapar o luchar y aumenta el ritmo cardíaco. La conexión mente-cuerpo es clara, el estrés percibido activa al sistema nervioso y este a su vez influye sobre el sistema inmune a través de la producción de hormonas y neurotransmisores. A pesar de la relación existente entre el sistema nervioso, el endocrino y el inmune, la personalidad también tiene un papel importante en la alteración del sistema inmune.

Que podemos hacer ante una situación que nos genere miedo?

Primero estudiarlo, reconocerlo, mirarse a uno mismo como si fuera otra persona y analizar desde la lógica si "ese miedo" merece el lugar que le estamos dando y, en segundo lugar respirar... respirar profundamente... cerrar los ojos y hacer tres respiraciones profundas nos permitirá bajar el nivel de ondas cerebrales y relajarnos, hacer ese ejercicio todas las veces que puedan es inocuo y es gratis...

María Martínez, hipnoterapeuta
WhatsApp: 2954 625929
@mariamartinezhipnoterapeuta

COMENZÓ SU ACTIVIDAD EN 1970

Pablo Leonart: 50 años de servicio y 39 como propietario de "Baterías Leonart"



El empresario Pablo Leonart cumple 50 años de servicio en el rubro y 39 como propietario de Baterías Leonart. En marzo de 1970 comenzó como empleado, durante 11 años, en lo que fue Acumuladores Vanguard de Oscar Joaquin Alfonso, para abrir luego su propio local en marzo de 1981 en la calle Santa Cruz 60, con su exclusiva marca, "Baterías Leonart". En el año 1993, se instaló en su actual taller en Av. Spinetto 135. Con 50 años en el rubro, Pablo Leonart es uno de los más experimentados y un referente del Sector.

"Siempre desde mis inicios me gustó lo que hacía y me fui asesorando y perfeccionando porque quería estar preparado para cuando lanzara mi propio producto. Siempre pensé en tener un producto que sea de alta calidad y confiable, un producto que está en igual de condiciones a las primeras marcas

del país -comentó Leonart y agregó:- hoy tengo el agrado de poder decir que muchos de mis clientes prefieren mis acumuladores por sobre otras marcas reconocidas, porque nunca le han traído ningún tipo de problemas y eso me llena de satisfacción".

"También es cierto -continúa diciendo el empresario-, que la marca Leonart no se basa solo en el producto, para nosotros es tan importante la atención y la repuesta a los clientes que el propio producto, es por eso que hemos logrado formar un muy buen equipo de trabajo que desde hace ya muchos años venimos avanzando codo a codo. Esto me llena de orgullo, que todo mi equipo esté identificada con la empresa -resaltó. Pablo- quien aprovechó este medio para agradecer a todos aquellos que en estos 50 años de servicio en el rubro y 39 como propietario han aportado su granito de arena para construir este presente.



Repuestos y Servicios
El Porteño

- CALIDAD Y ATENCION
- Envío de repuestos a toda la Provincia
- Entrega Inmediata

Garibaldi 25 - Santa Rosa
Telefax: (02954) 42-42-06
(2954) 404918
www.repuestosep.com.ar
repuestosep@speedy.com.ar

B&M

DIAGNÓSTICO, REPARACIÓN Y MANTENIMIENTO EN GENERAL DE TODAS LAS MARCAS

MECÁNICA INTEGRAL DEL AUTOMOTOR

Especialidad: CITROËN PEUGEOT

Tita Merello
esq. S. Alvarez, a metros de Rotonda Sur.

2954 - 15525477
2954 - 15317540

IGLESIAS

REPARACION Y PINTURA AUTOMOTOR

CABINA DE PINTURA PRESURIZADA

SISTEMA DE COLORIMETRIA COMPUTARIZADO

MAQUINA SACABOLLOS

BANCO DE ENDEREZADO HIDRAULICO

UNICO TALLER EN LA PAMPA CERTIFICADO POR:

CESVI ARGENTINA

Av. Luro 2.708 - Tel: (02954) 45-3027 y 15-51-0583
(6300) Santa Rosa, La Pampa - talleriglesias@hotmail.com

MF MOTORS

SERVICIO TÉCNICO Y REPUESTOS PARA GRUPOS ELECTROGENOS Y MOTOBOMBAS

Plumerillo 77
(02954) 15 712609
MF Motors - Santa Rosa
mfmotors2006@yahoo.com.ar

Cumplimos **50** años de servicio y 39 años de nuestra propia marca

BATERIAS Leonart

Atención Personalizada

NUEVO Tel: 77-4545
Tel: (02954) 42-6984
Av. Spinetto 1358 - Santa Rosa

- AUTOS - MOTOS
- MAQUINARIAS AGRICOLAS
- TRANSPORTE PESADO

TODAS LAS TARJETAS

Baterías nacionales e importadas

ANEXAMOS Bateria MOURA ORIGINALES

SE RECUERDA EL 22 DE MARZO

Lograr el aprovechamiento óptimo en el Día Mundial del Agua



En el lanzamiento de la jornada estuvieron presentes Natalia Gaccio, gerente general del EPRC y Luis Oga, presidente del Honorable Concejo Deliberante de 25 de Mayo.

VIENE DE TAPA

Natalia Gaccio

"Estamos comprometidos con el uso eficiente del agua, día a día vamos a tener que ir optimizando, comprometiéndolo a las empresas que tomen a las personas que se capacitan en el uso de los pivotes" dijo Gaccio a los presentes.

Certificados

Desde la organización se extendieron certificados con la finalidad de que los operarios estén más calificados en la temática y sean eficientes en sus labores, beneficiando a la cadena productiva, haciendo un uso más eficiente del recurso hídrico y el riego por aspersión que permite un uso racional del agua.

Ventajas del riego Pivote

El riego Pivote desde la óptica agronómica, se demuestra que tiene las siguientes ventajas: reducción del gasto en energía de entre un 20% y un 30%, incremento de cosecha demostrado del 15% sobre otros sistemas, uniformidad

de riego del 95% y menor vulnerabilidad al viento.

José Larrazabal

El gerente de producción del EPRC, José Larrazabal manifestó que "este es el comienzo, vamos a trabajar con más capacitaciones durante el año, debido principalmente a los inconvenientes de la crisis hídrica por lo que debemos tecnificar y reducir la cantidad de agua en el manejo del riego, y con los pivotes se avanza en la calidad del mismo".

Carolina Aumasane

Por su parte, Carolina Aumasane representante del INTA, destacó la presencia de productores de 25 de Mayo, provincias vecinas y empleados de empresas del medio, "necesitan ser capacitados en la parte tecnológica para tener más en claro el manejo de los equipos y así mismo poder reducir la cantidad de agua en el riego productivo..."

Nota completa en: www.region.com.ar

CÓMO REFORZAR EL SISTEMA INMUNE

CORONAVIRUS: ¿Qué más podemos hacer para evitarlo?

Aparte de todas las recomendaciones oficiales que son de conocimiento público para no contraer este virus, podemos procurar que nuestro sistema inmune opere más eficientemente con una adecuada alimentación, entre otras cosas. A continuación detallamos algunas sugerencias:



papaya; Vitamina A: zanahoria, batata, mango, espinaca, melón, remolacha, acelga, pimentón rojo, brócoli, lechuga, huevo; Probióticos: yogur natural

Cómo reforzar el sistema inmune rápidamente:

Para reforzar las defensas rápidamente para que el organismo esté más fuerte para combatir agentes agresores se debe:

- Adoptar buenos hábitos de salud, realizando actividad física, durmiendo adecuadamente y evitando el estrés; evitar el cigarrillo o estar expuesto al humo del cigarrillo;
- Exponerse al sol a diario 10 ó 15 minutos, preferiblemente hasta las 10 de la mañana y después de las 4 de la tarde, sin protector solar, para aumentar la producción de vitamina D en el organismo;
- Consumir alimentos saludables y mantener una dieta equilibrada, que incluya la ingesta de frutas, vegetales y legumbres, de preferencia orgánicos o producidos en casa sin agrotóxicos;
- Evitar el consumo de comida rápida, alimentos industrializados y comidas congeladas debido a que contienen sustancias que promueven la inflamación en el organismo;
- Evitar la ingesta de medicamentos sin orientación del médico;
- Beber alrededor de 2 litros de agua mineral o filtrada todos los días.

https://www.cuerpomente.com/blogs/come-limpio/punto-defensas-forma-natural_888

Almacén DE RAMOS GENERALES

Seguimos teniendo todo lo de siempre y más, pero ahora anexamos nuestro Almacén de Ramos Generales donde podrá encontrar artículos de decoración y regalos

Cerrajería - Accesorios
ABIERTO TAMBIÉN SABADO A LA TARDE
Andrada 38 - Santa Rosa - Tel: (02954) 45-4544

NUEVO CEL: 15514982

HERRAJES

14^a Guíaplano ACTUALIZADA

Guíaplano REGION
Santa Rosa - Toay y Zona de Quintas

NUEVA 2020 (Tarj. Débito y Crédito)

INCLUYE:
PLANOS COLOR
PLANOS NEGROS
PLANOS INCANDESCENTES
PLANOS TUBOS
PLANOS DE CASA DE PERSONA
E N DE MEDIO

\$800

14^a actualización

CON PLANO DESPLEGABLE COLOR 0,70x1m DE SANTA ROSA

Consígala en su proveedor habitual o en nuestra oficina de Santa Rosa en Independencia 195. Atención al Consumidor: (02954) 387800

CENTRO CONIN
Santa Rosa

FAMILIA CONIN
POR UN MUNDO SIN DESNUTRICIÓN

¿Qué es Nutrin?

Una Asociación Civil sin fines de lucro cuyos objetivos son:

- Prevenir y abordar la problemática social que origina la extrema pobreza y su consecuencia directa: la desnutrición.
- Promover el desarrollo integral de los niños de 0 a 5 años.
- Capacitar a las madres, o quien cumpla la función, responsables del desarrollo de sus hijos.
- Ser el sustento económico, legal, administrativo y contable del Centro CONIN Santa Rosa.

¿Qué es CONIN?

CONIN (Cooperadora para la Nutrición Infantil) fue creada en Mendoza en 1993 por el Dr. Abel Albino. Lleva 25 años de trabajo en el país y en el mundo con más de 100 centros franquiciados en el país y en el mundo.

CONIN Santa Rosa desarrolla sus actividades desde Junio de 2011 en Errecalde y Francia. Villa Germinal, Santa Rosa.

El Centro de Prevención de la Desnutrición Infantil y Promoción Humana atiende mensualmente, un promedio de 35 niño/as, entre 45 días y 4 años, y sus madres o responsable. Se entregan, anualmente, 800 kilos de leche entera en polvo, y más de 700 bolsones de alimentos. Tu ayuda mensual es indispensable.

No es una colaboración más, son cientos de niños desnutridos menos.

E-mail: socios.coninsantarosa@gmail.com

El Agua es la fuerza motriz de toda la naturaleza.
Leonardo Da Vinci

22 de Marzo: "Día Mundial del Agua"
31 de Marzo "Día Nacional del Agua"

Sin agua la vida en el planeta no existiría como la conocemos.

#NOaPortezuelo
enmanosdeMendoza

sialColorado
enmanosdetodos

MUNICIPALIDAD DE 25 DE MAYO
LA PAMPA - PATAGONIA - ARGENTINA

EL RÍO ATUEL TAMBIÉN ES PAMPEANO

25

REGION
MAPA CARRETERO DE LA PAMPA
PATAGONIA - ARGENTINA

NUEVO

MAPA CARRETERO DE LA PAMPA
16ta Actualización

- Rutas y Distancias • Índice de localidades
- Estaciones de GNC • Sitios Turísticos
- Campings • Corredor Bioceánico
- Casa de Piedra • Ruta de la Cría

\$100

Consígalo en empresas auspiciantes, oficinas de turismo y en nuestra Redacción: Independencia 195, Santa Rosa o por tel: (02954) 387800

EL PROGRESO SEGUROS S.A.

Avellaneda 54 / Telefax: 43-3341
elprogresosantarosa@cpenel.com.ar

Nº de inscripción de SSN El Progreso 0716
Atención al asegurado 08006668400
Organismo de control argentina.gob.ar/ssn

SSN SUPERINTENDENCIA DE SEGUROS DE LA NACIÓN

Bibiana & Bairo
ESTILISTAS

DAMAS CABALLEROS NIÑOS

Av. San Martín 654 / Tel: (02954) 43-2072 / S. Rosa

ESTE 24 DE MARZO ES EL 110º ANIVERSARIO DE METILEO

Energía sustentable, más viviendas y economía social productiva

En este nuevo aniversario de la localidad de Metileo, el intendente Juan Carlos Pavoni entrevistado por Semanario REGION® hizo una descripción sobre los proyectos comunales a gestionar durante este nuevo período de gobierno:

“En realidad la fecha de nuestro aniversario es un día de sentimientos encontrados” (24 de marzo Día de la Memoria por la Verdad y la Justicia).

“Teníamos previsto una peña folklórica y una maratón que hemos suspendido, (por el Coronavirus), trabajamos en conjunto con la Provincia y no podemos ser ajenos a las suspensiones, y creo que es una medida totalmente acertada; pero eso no quita de seguir trabajando en obras, quienes conocen la impronta de quienes hoy llevamos adelante el municipio siempre nuestros festejos son todos los días que inauguramos una obra, ponemos mucho hincapié en eso porque son realidades que se van cumpliendo y eso nos permite que Metileo siga creciendo y hemos puesto mucho trabajo, hemos obtenido importantes logros en estos cuatro años de gestión, (2015 - 2019) y vamos por cuatro años más con planificación para el crecimiento de Metileo”, remarcó Pavoni.

Residuos sólidos urbanos, basura cero

Juan Carlos Pavoni contó sobre el comienzo de la financiación sobre el proyecto iniciado en el 2016 para el tratamiento de residuos urbanos que tuvo su inicio con el relleno del basurero a cielo abierto y que prevé trabajo conjunto con los demás municipios de la microrregión comunal a la que pertenece Metileo, es un proyecto en el



El nuevo acceso a Metileo lleva el nombre “Gobernador Ingeniero Carlos Alberto Verna”.

que hemos trabajado duramente, y que hoy lo podemos ensamblar perfectamente teniendo el reconocimiento del gobierno provincial y nacional por la forma que trabajamos en medio ambiente en Metileo”; reforzó Pavoni. Acceso a Metileo

“Es una obra que ha quedado muy bien, pero no solamente porque ha quedado bonita, ha hermosado el frente de nuestra localidad y garantiza y permite retomar la RP7 con mayor seguridad

vial, quedaron dos accesos perfectamente definidos, junto con Vialidad y Obras Públicas a nosotros nos ha permitido posicionar un pueblo donde se empieza a trabajar con una seguridad distinta y en concordancia con lo que nosotros estamos pretendiendo para Metileo.

Adquisición de tierras y viviendas

“Ya está la Ordenanza aprobada por el Concejo Deliberante para la construcción de un nuevo plan de viviendas

sociales, y queremos empezar a darle un contexto ecológico también, estas nuevas viviendas que vamos a construir van a contar con biodegestores domiciliarios, somos un pueblo chico sin cloacas, tenemos algunas problemáticas por aguas servidas y este tipo de sistemas permitirá hacer un aprovechamiento del mismo agua tratada en la misma vivienda, estamos convencidos que va a funcionar bien para ir sumando a más vecinos que quieran utilizarlo”.

“Para la construcción de más viviendas trabajamos en prescripciones administrativas de terrenos abandonados, y apuntamos a nuevos loteos, además hay vecinos que se han acercado a normalizar sus impuestos y harían pagos entregando tierras, nos va a favorecer porque vamos a poder seguir creciendo y cumpliendo con la demanda de la gente de la zona que está viendo un Metileo distinto proyectado hacia otro futuro”, puntualizó el jefe comunal...

Nota completa en: www.region.com.ar



HOJAS DE RUTAS 37ma Actualización

- Desde Santa Rosa a los principales destinos
- Distancias parciales
- Ruta a Chile por el Paso El Pehuenche
- Estaciones de GNC

Consíglala en empresas auspiciantes, emp. de turismo y en nuestra Redacción: Independencia 195, S. Rosa - (02954) 387800

Alberto Enrietti

ARQUITECTO

edison 857
enrietti@speedy.com.ar
cel. (02954) 15-596052
Telefax: (02954) 450101

Richter Mario

INDUSTRIA ADHERIDA
COMPRE PAMPEANO
MINISTERIO DE LA PRODUCCIÓN

CARPINTERÍA EN GENERAL

Cel: 2954 685728 - SANTIAGO ÁLVAREZ 1.756 - S. ROSA

Col. 627

VENDE

HERMOSA CASA PARA EXIGENTES - DETALLES DE CATEGORÍA

Negocios inmobiliarios

IMPONENTE ESQUINA EN BELLA VISTA (Allan Kardec esq. Independencia - Santa Rosa)

240m² cubiertos y un terreno de 22x17m con las siguientes características: 3 dormitorios / 3 baños / 1 privado / recibidor y living / comedor diario amplio / cocina moderna con desayunador y sector lavadero / patio con parrilla y riego por aspersión / Garaje-quincho / local comercial con acceso independiente de 55m² con baño privado para múltiples usos.

Para más detalles: 2954-15365097

Villegas 780, Santa Rosa, La Pampa
(02954) 15365097 - 771989

NUEVOS HORARIOS

LUNES A VIERNES
06:30 hs. sale de domicilio
13:00 hs. sale de domicilio
16:15 hs. sale de terminal
20:00 hs. sale de terminal

SABADOS
08:00 hs. sale de domicilio
13:00 hs. sale de domicilio
17:00 hs. sale de terminal
20:00 hs. sale de terminal

DOMINGOS
19:00 hs. sale de terminal
22:00 hs. sale de terminal

DE GENERAL PICO

LUNES A VIERNES
06:00 hs. sale de terminal
13:00 hs. sale de terminal
16:15 hs. sale de terminal
20:00 hs. sale de terminal

SABADOS
08:00 hs. sale de terminal
13:00 hs. sale de terminal
17:00 hs. sale de terminal
20:00 hs. sale de terminal

DOMINGOS
19:00 hs. sale de terminal
22:00 hs. sale de terminal

DE SANTA ROSA

VIAJES CONTRATADOS A TODO EL PAIS

• Pasajeros y Encomiendas
OFICINA Nº12 - Terminal S. Rosa
Tel: (02954) 385100 - Cel: 15655322
Encomiendas: 41-1500
LOCAL Nº 1 - Terminal G. Pico
Tel. (02302) 42-1909

FINANCIACIÓN PROPIA EN DÓLARES TASA 0% COMPRA DE MAQUINARIA NUEVA Y USADA

www.elsurcotractoressa.com.ar

1910 - 24 de Marzo - 2020
110º Aniversario de la Fundación de Metileo

Nuestro reconocimiento a todos los que nos precedieron.
Nuestros mejores deseos de prosperidad para todos los habitantes.
Nuestro compromiso de trabajar para dejar un lugar mejor para las futuras generaciones.

Municipalidad de Metileo

Nuestra adhesión al "Día Nacional de la Memoria, por la Verdad y la Justicia"

Tel: (02302) 49-7014
Calle 8 Nº 450 - La Pampa

EL FLAGELO DEL COVID-19
**La inactividad planteada
no tiene antecedentes**



Durante el correr del Siglo 20 y el actual, no recordamos una situación de igual envergadura, frente a una emergencia que, afortunadamente, parece no haber afectado fuertemente a nuestra Provincia por el momento.

Si cines, ni teatros, ni museos, ni exposiciones, ni charlas, ni espectáculos, ni reuniones, ni fiestas, ni poder viajar... la habitual contratapa de esta semana, se viste de otras noticias que acaparan toda la atención informativa a nivel local y nacional.

A esto debemos agregar que

los chicos no tienen clases, pero tampoco deben salir!!!... No es fácil para las familias numerosas. Tampoco para los adultos mayores que son confinados a permanecer en sus hogares como nunca se ha solicitado tanto antes. "Es por el bien de todos" y entonces, debemos colaborar con responsabilidad.

Todos esperamos que este "bache" de actividades concluya el próximo martes 31 de marzo, con el mejor resultado posible en cuanto a que la menor cantidad de personas estén involucradas con el dramático virus.

Comprendiendo la amenaza global del coronavirus Covid-19

VIENE DE TAPA

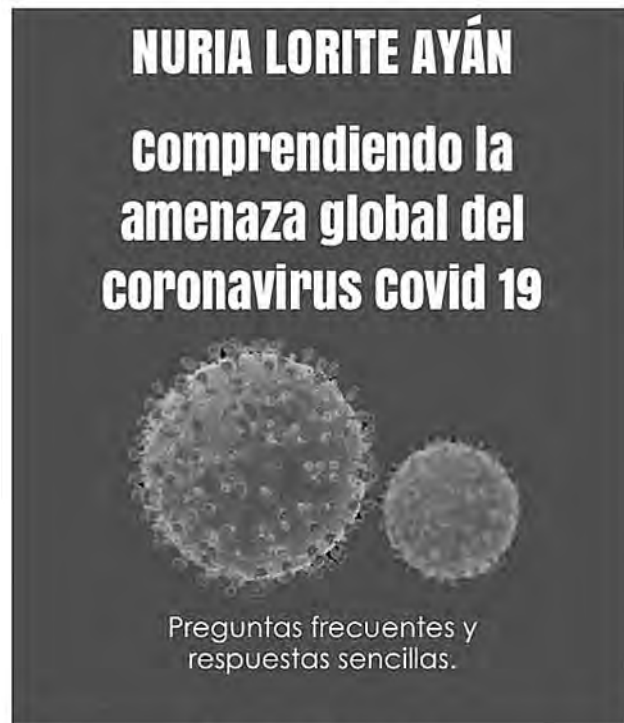
"Desde Bircham International University queremos enviar dos mensajes importantes de cara a la crisis mundial desencadenada por el COVID-19, conocido como coronavirus.

Lo primero es proporcionar información clara y contrastada científicamente sobre este virus, sus efectos, qué podemos hacer y qué podemos esperar -dice la doctora Nuria Lorite, miembro del consejo rector de Bircham International University- quien ha escrito un libro breve, completo y fácil de entender sobre el COVID-19.

Nuria Lorite es Doctora en Farmacia por la Universidad Complutense de Madrid, Master en Gestión de Salud por Florida International University y experta en naturopatía y medicina china.

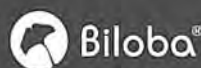
En resumen, el COVID-19 es un virus altamente contagioso que supone un riesgo para las personas con un sistema inmunológico debilitado, afecciones respiratorias o de corazón.

Su nivel de mortalidad es mucho menor que una gripe normal, sin embargo su nivel de contagio es muy elevado. Por este motivo la gran mayoría de las personas lo pasarán sin muchos síntomas, sin embargo este altísimo porcentaje de la población



Preguntas frecuentes y respuestas sencillas.

Este libro es gratuito.
Prohibida su venta.



actúa como medio para difundir este virus, que si puede afectar gravemente a algunas personas. Dado el alto nivel y velocidad de contagio, los sistemas sanitarios están colapsando su capacidad para atender a las personas que realmente lo necesitan, habitualmente mayores de 60 años. Por este motivo los gobiernos están tomando medidas alarmantes.

Lo segundo. Una de las consecuencias de estas medidas será el efecto económico que

supone para la gran mayoría de la empresas y trabajadores. Las consecuencias de este parón económico se sufrirán mas tarde. Sin embargo, con el mismo afán de solidaridad que nos impulsa a ser conscientes de evitar contagiar a otros, podemos tomar otras medidas para que nos ayudarán a salir victoriosos de esta segunda etapa económica de esta crisis.

Aproveche el tiempo de reflexión que pueda estar en casa para ordenar sus asuntos.

tos, analizar lo que realmente necesita y lo que no, librarse de las inercias de consumo innecesarias, y sobretodo comunicarse con sus seres queridos. No gaste en lo que no necesite. Una vez que pase el periodo de la crisis tratemos de ayudar a los pequeños comerciantes y empresas. ¿Cómo? Compremos los productos de estas pequeñas tiendas y locales que son quienes más sufrirán por la recesión económica que esta causando este virus.

A nadie le gusta una crisis. Sin embargo la palabra crisis tiene el mismo origen que las palabras crítica y criterio. Su etimología común significa desmenuzar para analizar. Esta crisis nos invita a reflexionar sobre tres puntos cruciales que pueden hacer nuestro futuro mejor o peor: Observe su estado de salud, y piense en cuidarse mejor; analice sus necesidades de consumo y sea consciente que si gasta el dinero en su localidad ayuda a que ésta prospere, y por último, dedique tiempo a las personas que le importan.

Una crisis siempre es una oportunidad para un nuevo comienzo.

William Martin, CEO & Vicepresident, Bircham International University
<https://www.bircham.edu.es>

Maria Martinez
HIPNOTERAPEUTA
Hipnosis Clínica
Actualizando tu mente a tu favor
Allan Kardec 896 - S. Rosa
WhatsApp: 2954 625929
@mariamartinezhipnoterapeuta

Libro REGION® de La Pampa
Una obra editorial única en la Provincia - Edición de lujo para regalar y regalarse
Envíos con seguimiento digital a cualquier parte del mundo

8ª Actualización \$ 400 (Tarj. Débito y Crédito)

- Encuadernación tapas duras - Bilingüe, castellano / inglés
- Papel ilustración 150 gramos - Impresión offset fotocromo color
- 180 páginas - Laminas dobles - Más de 200 fotos e ilustraciones
- ▶ LA PROVINCIA ▶ ACTIVIDAD TURÍSTICA ▶ DESTINOS

Pídalo a: info@region.com.ar

Reflexología
Digitopuntura
Jorge Antonio Gómez
TURNOS: Tel: 411383 o Cel: 15331766 de 16 a 19 hs.
Atención: lu. a vie. 9 a 12 y 16 a 20 hs.
Independencia 573 - S. Rosa

FARMACIA AMEGHINO
Dtor. Técnico: Farmacéutica Elena Alicia Porras M. P. 85
Perfumería - Herboristería
Bijouterie - Regalería
Accesorios para Bebé
Control de presión arterial
Envíos a domicilio Tel: 41-44-41 / Ameghino 587 (esq. Edison) / S. Rosa

Dr. WALTER VISÑUK
MEDICO FISIATRA
ESPECIALISTA EN MEDICINA FISICA Y REHABILITACION
CIMFYR
CENTRO INTEGRAL DE MEDICINA FISICA Y REHABILITACION
J. B. Justo 278 - Santa Rosa - info@cimfyr.com.ar
Tel (02954) 388433 - Cel: (2954) 337710

DIAS	UBICACION	NUMERO	TEL
LUNES 23/03	BELGRANO - Belgrano (Sur) 442	425239	
	FARMACITY - Avellaneda 236		
	FERRATTO - Raúl B. Díaz 1795	421340	
	SAN ANDRES - Autonomista 846	457776	
	SANTA LUCIA - Luro 565	416661	
VIERNES 20/03	BENEITEZ - Carlos Gardel 285	772913	
	CHANGO MAS/1100 - Av. Perón 2325	425470	
	FAERAC - R. S. Peña 891	418800	
	FARMACITY - Av San Martín 317		
	PASCO - Alvear Alvear 146	413266	
SABADO 21/03	AMERICA - Autonomista 1339	415060	
	CHANGOMAS - Sgo. Marzo 1550	423339	
	DEL MUSEO - Pellegrini 174	413785	
	LEAL - Rivadavia 101	420320	
	PASCO - H Yrigoyen 123	412910	
DOMINGO 22/03	BAGLIANI - B. Mitre 134	460036	
	DEL SOL - San Martín y Urquiza	418006	
	PONCE - Av. Edison 1248	387778	
	SADOWSKI II - Av. Uruguay 681	418155	
JUEVES 26/03	COSTABEL - Uruguay 350	425273	
	DEMARIA - Av. Belgrano (N) 672	427297	
	PALASCIANO - Yrigoyen y Moreno	416400	
	PIO XII - Ameghino y Pio XII	427400	

NEO Ortopedia
Estudio de la pisada
BAROPODIOMETRIA
Ortesis Plantares
Podología
Belleza de Pies
Director Técnico Profesional Pablo G. NUTRICH
Tel: 02954 - 454654 / S. Rosa - www.ortopediano.com

Promo 10 boletos = 1 gratis
RETRIBUIMOS TU FIDELIDAD Y CONFIANZA EN NUESTROS SERVICIOS
Con la compra de 10 boletos a cualquiera de nuestros destinos obtené un boleto sin cargo. Es muy sencillo...
Conservá tus boletos y canjealos por uno sin cargo. Recordá que los mismos son intransferibles y deben ser adquiridos durante el año calendario.
Para más información, consultá en nuestros puntos de venta.

Expreso Alberino s.a.

HORARIOS:
Todos los días 22:40 y 22:20 hs.
Sábados único horario 22:40 hs.

SOLICITE:
Micro con Cena y Desayuno a bordo

EN SANTA ROSA: Terminal de Omnibus, Boletería Nº 3 - Tel: (02954) 45-3780
EN GRAL PICO: Terminal de Omnibus, Boletería Nº 10 - Tel: (02302) 43-6822/7058
EN BS AIRES: Terminal de Omnibus Retiro, Ventanilla Nº 17 - Tel: (011) 4576-7940

Nuevo Sistema de Entretenimiento
Sin apps, sin consumir datos móviles, con tu tablet, teléfono o computadora: **PELICULAS POR WIFI** para ver durante tu viaje...