

Belgrano R es tuyo



MAYO
2021

NRO.
163

R *40 Aniversario*
SOCIEDAD DE FOMENTO
DE BELGRANO R



D'Antonio

PROPIEDADES

EXPERIENCIA PARA
TASAR

EFFECTIVIDAD PARA
VENDER

📍 Belgrano: +54 9 113888-5756

📍 Caballito +54 9 116199-4400

📍 Av. Melián 1902

📍 Av. Pedro Goyena 1300.

🌐 www.dantoniopropiedades.com.ar

ÍNDICE

04. BREVES

UN RELATO PERSONAL

06. Cada día más vecina del barrio

MINI REPO

08. Jorge Botas

MINI REPO II

10. Lic. Sandra Marro

14. ESPACIOS VERDES

Otoño alborotado

16. SEGURIDAD

En busca de un marco de seguridad más confiable

SALUD

20. Vacunas: una herramienta invalorable

40 ANIVERSARIO DE LA SFBR

22. Ser y pertenecer, en palabras y en los hechos

DESDE LA SFBR

30. "Amnistía inmobiliaria": nada para festejar

32. El Corredor Verde, otro hito cumplido

SEGURIDAD VIAL

34. ¿Por qué reducir la velocidad salva vidas?

34. ¿Cómo llevar a los más chiquitos en la bici?

38. TIEMPO LIBRE

Tips Recreativos Deportivos

40. EL BUEN CATADOR

Es verdad que el vino mejora con los años?

GOURMET

41. Mousse de queso azul y almendras

44. INFORMACIÓN Y CONTACTO

45. DATOS ÚTILES

EDITORIAL

CUANTAS MÁS VOCES JUNTAS, MEJOR



ESCRIBE SERGIO MUR

Presidente de la Sociedad de Fomento de Belgrano R

40 años atrás nació la Sociedad de Fomento de Belgrano R como organización vecinal. Con el objetivo primigenio de conservar la arquitectura de Belgrano R, su estructura urbana, sus calles empedradas y sus espacios verdes; cuatro décadas después continuamos desandando ese camino con la misma motivación y la misma certeza: la historia, la cultura y el bienestar de nuestra comunidad están estrechamente ligadas con los lugares que habitamos.

Desde sus inicios, la Sociedad de Fomento de Belgrano R promovió el crecimiento urbano ordenado y planificado. El propósito de mantener una densidad de población que permitiera garantizar la calidad de vida no constituyó una utopía para nosotros sino un precepto vital que seguimos hasta la fecha.

Hoy, a cuarenta años de distancia de nuestro punto de partida podemos observar cómo el crecimiento edilicio desmesurado devastó nuestros barrios vecinos, que sucumbieron ante proyectos inmobiliarios y cambiaron su fisonomía para siempre. Sus tranquilas calles con árboles y casas bajas, características que compartíamos antaño dieron lugar a torres y emprendimientos inmobiliarios enormes que los convirtieron en la contracara de Belgrano R.

La Sociedad de Fomento de Belgrano R continúa trabajando en defensa de una urbanización orientada hacia la calidad de vida y en la consolidación de los espacios verdes como parte fundamental del patrimonio barrial. En la actualidad canalizamos todos los esfuerzos a través de la activa participación de nuestros representantes en los Consejos Consultivos Comunales y en los distintos foros de participación ciudadana, donde seguiremos batallando para resguardar los intereses y derechos de esta comunidad.

Nuestro desafío inmediato es afianzar los espacios ganados en los distintos organismos municipales y también, en tiempos de redes digitales y aislamiento social, vincularnos como una plataforma donde los vecinos y comerciantes puedan acercar sus ideas, discutir las y llevarlas a cabo. En tantos años de convivencia, hemos aprendido que **cuantas más voces juntas, mejor.**

Sergio Mur



TAPA "Casa Salvatori" por Roberto Frangella
EDICIÓN 163
MAYO 2021

facebook

Podés dejarnos tu opinión en nuestro facebook
@SociedadFomentoBelgranoR

🕒 Ricardo Viglione

Q.E.P.D.



Tenía el andar y el don de gente de las personas de bien. En el jardín de su casa en más de una ocasión disfrutaba al explicar cómo jugar al *bowls*, haciendo los movimientos propios de un deportista y revelando algunos de sus secretos para arrimar la bocha al *jack*. Sentía orgullo de haber representado al Belgrano Athletic, su segundo hogar, en diferentes competencias. Para los amigos del club y sus compañeros de equipo, era el *Chato*, un jugador que disfrutaba del juego y bravo a la hora de poner en apuros al rival. Para los vecinos de Belgrano R, simplemente Ricardo, el hombre con su pipa en la mano lista para saborear un buen tabaco y al lado siempre de su compañera de la vida. A María Rosa, hijos y nietos, a sus familiares y amigos, nuestras condolencias.

Sociedad de Fomento de Belgrano R

🕒 Alberto Salvatori

Q.E.P.D.

Cuando tenía 8 años su abuela le había revelado un secreto: "para que las plantas y flores crezcan hay que tener dedos verdes y un cariño muy grande por la naturaleza". A esa edad, las palabras suenan mágicas y él las guardó para siempre, como un legado y que también supo transmitir a su familia. Amigo de sus vecinos y un trabajador más junto a sus empleados, tenía la empatía suficiente para reunir en una misma mesa, a esas pequeñas comunidades que se unían alrededor de una nueva obra. Ángel Alberto Salvatori embelleció los jardines y las plazas del barrio y además, fue artífice luego de una larga lucha vecinal de la puesta a punto de la Plaza de los Olmos. Nieto de una familia de inmigrantes, echó raíces y sembró caminos con pétalos de flores. A su esposa Aurora, a sus hijos César, Adriana y Roxana, a sus nietos y bisnietos, a su hermana Mónica, amigos y familiares, nuestras condolencias.



Alberto Salvatori junto a sus hermanas María Luisa (ya fallecida) y Mónica.

Sociedad de Fomento de Belgrano R

Pastas Frescas Artesanales



Ahora también nuestra exquisita línea en postres y pastas light, dietéticas y sin sal



HORARIOS DE ATENCIÓN

Lunes a Sábados 8 a 21 hs.
Domingos y Feriados 8 a 14 hs.

Av. Crámer 1775 - Tel: 4783-3493

www.masterpastas.com.ar



Di Zucchero
Pasticceria

Superí 1810

Tel. 4554-7193

📞 11 2324 0755

Buscanos en  



Sworn Junior College

1964-2021

Belgrano R
Virrey del Pino 3299
Capital Federal
Tel: 4551-0546/5008
belgrano@sworn.esc.edu.ar

web: www.sworn.esc.edu.ar

Pacheco
Av. de los Constituyentes 3124
Tel: 03327-457739/457884
pacheco@sworn.esc.edu.ar

“Cada día más vecina del barrio”

ESCRIBE MIRTA ROISOVSKY
mirtarovsky@gmail.com



Mi llegada al barrio aconteció hace casi dos años. Confieso que las pocas referencias que tenía de Belgrano R se asociaban a la presencia de una de las más bellas librerías de nuestra ciudad, “Caleidoscopio”, cuya dueña y mentora es una amiga de mi infancia a la que sigo queriendo y admirando como entonces. El otro motivo de visita también se vinculaba a un espacio creativo iniciado por amigas. “Enamorada del Muro” es un local de diseño, alegre, dan ganas de apropiarse de todos sus dibujos, temas y colores para incorporarlos a nuestra vida.

El año pasado, inolvidable y difícil en más de un sentido, me permitió intensificar los recorridos por las calles y avenidas del barrio. Fueron largas y variadas

caminatas, de a poco me fui sintiendo menos turista y visitante y más vecina de un barrio que empecé a sentir como propio.

Me invadió la felicidad al ver las calles empedradas, las casas y edificios de alto valor patrimonial que constituyen testimonios de otras épocas y otros espíritus, la variedad de árboles y plantas presentes y accesibles a la mirada. También me detuve en los edificios escolares y la presencia de la multiculturalidad comunitaria y religiosa, una hermosa manera de compartir y convivir en un mismo barrio.

Soy parte del espacio urbano que está en etapa de construcción y desarrollo, el llamado corredor Donado-Holmberg. Mi propia historia familiar tuvo que ver con otro “nacimiento barrial” que fue Palermo Viejo. Es natural

reflexionar sobre cómo cambian las ciudades en lo que podríamos considerar la larga duración, una temporalidad diferente a la de las vidas individuales. También ser sensibles a las transformaciones que no pueden dejar de lado la identidad de cada barrio y que por el impulso de cada época requieren de un diálogo creativo y respetuoso entre la tradición y la innovación.

En el presente año me acerqué a la Sociedad de Fomento de Belgrano R, agradezco de corazón a sus miembros haberme dado la posibilidad de colaborar con su tarea que es encomiable y necesaria y que ya lleva cuatro décadas! La agenda de temas y preocupaciones es extensa por lo que creo sinceramente en la labor permanente de las asociaciones de vecinos comprometidos activamente con el devenir del espacio común que habitamos. ☺



FÁBRICA DE PASTAS Y DE MOMENTOS COMPARTIDOS

 **LA JUVENIL**

www.lajuvenilpastas.com.ar 



EN LOS MOMENTOS DIFÍCILES, TAMBIÉN ESTAMOS CON VOS

#QUEDATEENGASA



ENVÍOS A DOMICILIO • PEDIDOS POR WHATSAPP

 4552 3271  11 6802 0346

LA PAMPA Y SUPERÍ • Lun a Vier: 8 a 21 hs. - Sáb: 9 a 21hs •  /farmacia.superi.3  farmaciasuperi



 Wine & Champ Club de Vinos

 Wine & Champ Club de Vinos

 @wineandchamp7

 wine & champ club de vinos

 11 58311841 Asesoramiento y pedidos las 24 h

 www.wineandchamp.com.ar

Wine & Champ
TU CLUB PRIVADO DE VINOS

Ahora los amantes del buen vino tienen una nueva comunidad a la cual pertenecer, la comunidad de **Wine & Champ** que te invita a disfrutar de las **promociones y beneficios** más destacados y exclusivos

Wine & Champ es el único club sin cuota de ingreso, ni mensual que te permite seleccionar los vinos y armar tu Propia Caja sin que Nadie la Arme por Vos.



HOY: Jorge Botas

Rebelde, sin prisa y con causa

NACIÓ EN EL AÑO QUE “EL HOMBRE LLEGÓ A LA LUNA”. EN WOODSTOCK MEDIO MILLÓN DE PERSONAS RECLAMABAN “AMOR Y PAZ”, EN UN PAÍS AGRIETADO POR LA GUERRA DE VIETNAM. LA CIENCIA DABA UN PASO ADELANTE AL CONCRETAR EL PRIMER TRASPLANTE DE CORAZÓN ARTIFICIAL Y SAMUEL BECKETT, EL DE ESPERANDO A GODOT Y LOS DÍAS FELICES, GANABA EL PREMIO NOBEL DE LITERATURA. LOS BEATLES DECÍAN ADIÓS MIENTRAS ALGUIEN ENVIABA EL PRIMER MENSAJE DE UN ORDENADOR A OTRO. COMENZABA LA ERA DE INTERNET Y EL PEQUEÑO JORGE BOTAS LLEGABA A ESTE MUNDO, EN UN RINCÓN LEJANO, PERO NO MENOS AGITADO Y CON REVUELTAS OBRERAS Y ESTUDIANTILES. EDUCADO EN UNA FAMILIA DE LECTORES, EN SU ADOLESCENCIA NO FUERON LOS LIBROS SINO SU PASIÓN POR LOS AUTOS Y LAS MOTOS SU MAPA DE LA FELICIDAD. PENSÓ EN QUE NADIE TIENE LA COMODIDAD GARANTIZADA, COMO ESCRIBIÓ EN UNO DE SUS DOS LIBROS DE POEMAS PUBLICADOS, Y SALIÓ EN BUSCA DE ALGÚN PUERTO SEGURO.

ESCRIBE ANDRÉS ASATO

-¿Un puerto seguro, además de tu hogar fue el club?

-Sí, sin dudas, los lugares donde forjé los valores y como lo señala mi madre en el prólogo en mi primer libro de poemas, *Sin prisa y con pausa*, lo que yo aprendí sobre la amistad y los amigos en el Belgrano Athletic fue algo así como un *guiño del destino* y una *elección del alma*.

-¿Qué otras cosas marcaron tu paso por allí?

-La identidad, porque yo venía de otro barrio y cuando venís todos los días desde los 10 años en colectivo y caminás unas cuantas cuadras para llegar, todo ese recorrido lo vas incorporando. Las fiestas estudiantiles en el colegio Bethania y las misas de los domingos en San Patricio, todo



te va envolviendo de un *aura*, de una manera de sentir y vivir el barrio.

-¿Cómo nace tu pasión por las motos y los autos?

-De chico porque mi padre (Miguel Ángel Botas) fue de andar en motos toda su vida. Ya

de joven me quise comprar una y si bien en un principio *mi viejo* se opuso, cuando se dio cuenta que no me lo podía prohibir me dio su segunda moto y siempre me aconsejó bien “de arriba”, de la cabeza. Como escribí en *Estados de ánimo* (su segundo libro) atento va el que sabe y evita las sorpresas.

-¿Cuáles son tus vehículos preferidos?

-Tengo una Honda CB750F que fue de mi papá y hace poco compré un Chevrolet Caprice 1967 y una camioneta Apache del 64. Y está en marcha un Chevrolet 1950 Rat Rod. Soy un fanático de los autos clásicos, pero la moto te lleva a todas partes, con ella recorrí toda la Patagonia. Lo importante es encontrar buenos motores.

¿El encierro por la pandemia te llevó a explorar otros recorridos?

-Sí, como a todos. La literatura la tuve siempre allí, mi casa era un hogar de bibliotecas, mi abuelo contaba anécdotas de Jorge Luis Borges, y mi madre escritora (Olga Fernández Latour), se especializó en folklore, historia y filología, además de integrar la Academia Argentina de Letras. Ellos me transmitieron su sensibilidad por las letras y como dice mi madre en uno de los prólogos, *no importa el lenguaje que uno elige para manifestarse ni la materia con la que trabaje, sino saber expresar los afectos con intuición y sentimiento*. Por eso mis libros son autorreferenciales.

-¿Tu segundo libro actuó como un salida al encierro por la pandemia, no?



-Una *receta saludable*, por cierto, como escribo en uno de mis poemas para enfrentar este mal. Una mezcla de optimismo, un puñado de valentía, partecitas de altruismo y volcar todo en un frasco de esperanza. Un toque de sabores diferentes y que no afectan a la balanza.

-Decís que el rugby te dio valores ¿qué pensás cuando ves un grupo de chicos de rugby involucrados en hechos de violencia ajenos al deporte?

-Yo escribí que el “*rugby era un juego, no había cicatrices*”, esa fue nuestra escuela y si bien es un deporte de contacto físico, los hechos que fueron públicos no hay que atribuirlos a su práctica porque no se inculcan esos valores. Lo que no se puede es *mirar para otro lado* y tanto en los clubes como en las casas hay que *ajustar las clavijas* con más docencia. El rugby también enseña que *no siempre se puede ganar*. ☺



Nacimiento

Le damos la bienvenida a Felipe Cassisi Rodríguez, que nació el 11 de marzo con un peso de 3,372kg, y es el primer hijo de Florencia y Luciano. Florencia Rodríguez Daniel trabajó como diseñadora de nuestra revista durante muchos años y es hija de María del Carmen Daniel Casati, “Chere”, quien fuera también directora de Belgrano R es Tuyo y presidenta de la Sociedad de Fomento. A disfrutar su llegada que son tiempos que hace falta mucha luz.



PELUQUERÍA BARBAS

Desde 1982 en Belgrano R

Echeverría 3111

WhatsApp 15 6748 7766



HOY: Lic. Sandra Marro

Psicóloga Clínica y terapeuta cognitiva con posgrado en neuro cognitivismo.

“Barbijo” para la salud mental

EL OBJETIVO DE ESTA ENTREVISTA ES EVALUAR CON UNA ESPECIALISTA, VECINA DE BELGRANO R, LOS RESULTADOS NEGATIVOS DE ESTA PANDEMIA Y ASÍ PODER INFORMARNOS DE CÓMO PODEMOS REINVENTARNOS A TRAVÉS DE NUESTRAS FORTALEZAS Y REVITALIZARLAS, PARA QUE PODAMOS ENFRENTAR LAS NUEVAS NORMAS DE VIDA QUE SE NOS PRESENTAN Y SE NOS VAN A PRESENTAR. NADA SERÁ COMO ANTES...

ESCRIBE MARÍA SILVINA ROCCA

-¿Se viene una crisis de salud mental?

-El covid19, no solo ataca nuestra salud física, también provoca sufrimiento emocional con secuelas psicológicas. Desde el inicio de la pandemia se ha vivido con gran incertidumbre, miedo, aislamiento, angustia y ansiedad, trastornos cognitivos, causando estrés

adicional a la realidad preexistente tanto a nivel individual como social. La situación de pandemia ha provocado un gran impacto en nuestras vidas, como no pensar en una crisis mental que se mantendrá a través del tiempo dependiendo los recursos mentales de cada individuo y su entorno. Personas con trastorno mental de base, problemas socioeconómicos, ancianos o quienes padecen incapacidades o problemas de salud física son parte de población vulnerable a quien hay que prestar asistencia y apoyo.

-¿Por qué no se lo interceptó antes?

-Es imposible hablar de salud sin incluir la condición mental. No se han empleado mecanismos de prevención, contención, amplitud de criterio suficientes en materia de salud mental por parte del estado ni los medios de comunicación. Se enfocaron en la salud física sin considerar que está íntimamente ligada a lo mental. Inclusive el confinamiento

excesivo sin analizar variables socioeconómicas ha provocado mayor deterioro emocional. Faltó asesoramiento e inclusión de profesionales de la salud mental.

-¿Cómo se puede preservar la salud mental?

-No podemos generalizar, cada individuo está atravesando diferentes situaciones de acuerdo con su condición socioeconómica, trastorno mental de base y estado afectivo. Es importante que se puedan compartir las emociones, que la persona exprese que está sintiendo, que no se aísle, respetando los protocolos sanitarios sociabilizar con grupo reducido al aire libre, distancia y barbijo. También es clave el empleo de herramientas digitales para comunicarse con otras personas cercanas o grupos de acuerdo a sus intereses. A su vez, es necesario no abandonar la actividad física, al contrario, aumentarla en la medida de lo posible, establecer orden con una rutina sana en la alimentación, el sueño y actividades. El



San Benito

RESIDENCIA GERIÁTRICA

“Más que un geriátrico,
el hogar de tu ser querido”

NUESTROS SERVICIOS

- Médico gerontólogo
- Nutricionista
- Psicóloga
- Terapia ocupacional
- Terapia con animales
- Yoga y talleres
- Kinesiología
- Peluquería, manicuría y podología
- Asistencia las 24 h con personal capacitado
- Camas ortopédicas en todas las habitaciones
- Lavandería

Desde
\$70.000 + IVA
mensuales



arte, la naturaleza, la lectura, la música y distracciones en general ayudan para aprovechar sanamente el tiempo canalizando emociones y pensamientos negativos. En caso de padecer trastornos mentales preexistentes, siempre buscar apoyo profesional sin abandonar tratamientos, así como también personas que están atravesando crisis emocional y no han logrado superarla con sus propios recursos.

-¿Qué es el estrés que tanto perjudica a la salud mental?

-Es el conjunto de reacciones fisiológicas que prepara el organismo para la acción. En términos globales se trata de un sistema de alerta biológico necesario para la supervivencia. Sería la pérdida de armonía, la sumatoria de procesos y respuestas adaptativas neuroendocrinas, inmunológicas, emocionales y conductuales ante situaciones que significan una demanda de adaptación mayor que lo habitual para el organismo, y/o son percibidas por el individuo como amenaza o peligro, ya sea para su integridad biológica o psicológica. La amenaza puede ser objetiva o subjetiva.

-¿Qué relación existe entre la hormona del cortisol y el estrés?

-El cortisol es una hormona producida por la glándula suprarrenal. Se libera como respuesta al estrés y a un nivel bajo de glucocorticoides en la sangre. Cuando el estrés se convierte en crónico, los niveles de cortisol se mantienen siempre altos, lo

que equivale a decir que nuestro cuerpo está en un estado de lucha o pelea interna y todos los sistemas, indispensables para la supervivencia, no funcionan como deberían. El elevado cortisol constante produce alteraciones en nuestra salud, afectando el sistema de defensa, enfermedades cardiovasculares, digestivas, alteraciones metabólicas aparato reproductor, sexualidad, dificultades en el sueño y trastornos emocionales.

-¿Cómo se manifiesta la fiebre de la cabaña?

-Es una expresión popular, no un término médico ni una enfermedad. Se la define como la respuesta psicológica ante

situaciones prolongadas de encierro como ha pasado con la cuarentena. Se manifiesta a través de sensaciones de irritabilidad, inseguridad, aburrimiento, intranquilidad, depresión y ansiedad. El encierro prolongado puede generar una sobre adaptación a dicha situación, generando rechazo o fobia al salir al exterior... Se ha visto esto en todas las edades, por eso es importante que existan salidas, si se siente ansiedad al estar fuera de casa, se realicen paseos cortos al principio con aumento gradual...

**Sandra, gracias por habernos dado las claves para poder confeccionar nuestro propio... ¡barbijo emocional! 🍷*

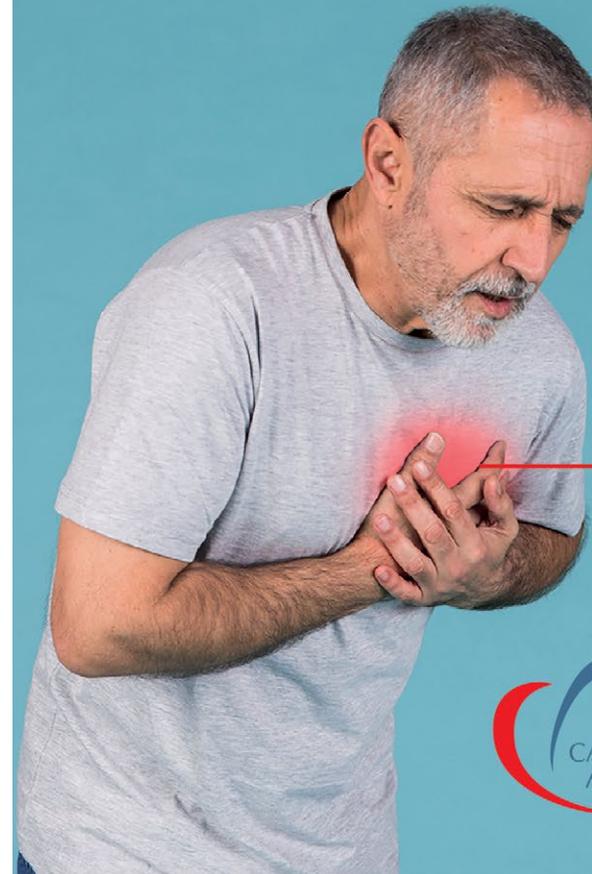
¿Consejos para enfrentar el estrés crónico?

- Consumir una dieta saludable, hacer ejercicio regularmente y dormir entre 7 y 8 horas.
- Practicar técnicas de relajación, como intentar hacer yoga, practicar respiración profunda, recibir un masaje o aprender a meditar.
- Tomar tiempo para pasatiempos, como leer un libro o escuchar música.
- Fomentar amistades saludables.
- Intentar trabajar positivamente la actitud y el buen humor.
- Estimular el pensamiento, la creatividad, la atención ya sea leyendo, escribiendo, estudiando, realizando cursos.
- Realizar actividades al aire libre.
- No anticiparse negativamente ante la incertidumbre tampoco magnificar.
- Evitar fomentar pensamientos que generan emociones negativas. No sabes que sucederá entonces no afirmes que algo malo pueda suceder.
- Trabajar la tolerancia y paciencia. Las dificultades, las crisis son parte de la vida, imposible que no transitamos situaciones que nos cause malestar.
- Buscar asesoramiento profesional cuando sea necesario.
- Sociabilizar con protocolo. Somos seres sociables. Necesitamos de las demás personas.

Un minuto **más** de espera, es un minuto **menos** de vida.



No descuides tus controles cardiológicos.



Ante síntomas, acudí a nuestro servicio de emergencias.

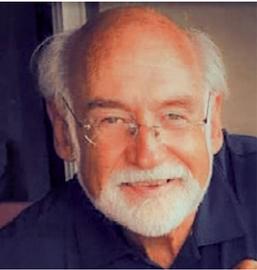
📞 **4014-1500**

📍 **Estomba 1710**, esquina Virrey del Pino (C1430 EGF). C.A.B.A.



🌐 clnicaadventista.org

Otoño alborotado



ESCRIBE ING. AGRÓNOMO EDUARDO STAFFORINI

NI TIEMPO PARA DARNOS CUENTA DE LA LLEGADA DEL EQUINOCCIO DE MARZO, NUESTRO OTOÑO PARA EL COMÚN DE LOS HUMANOS. EL VIENTO, EL FRÍO Y, SOBRE TODO, LOS TURNOS DE ENTRADA DE LOS CHICOS A CLASE NOS ALTERARON EL RITMO SERENO Y TRANQUILO DEL VERANO.

En fin, nos iremos acomodando y todo volverá a la normalidad o nos acostumbraremos a que la vida nos incluya sobresaltos, para que conservemos paciencia y agilidad. Ahora llegan esos colores, que tanto llenan nuestros sentidos y nos incitan a desear ser parte de una naturaleza romántica, con hojas de los árboles bailando y corriendo en el césped.

Mágico encanto, consecuencia de que las plantas van guardando sus nutrientes, vaciándolos desde las hojas y llevándolos a buen resguardo. Provocarán el renacer de la primavera. El verde se va con ellos y deja aparecer a los amarillos y rojos, que tanto nos deslumbran.

Quien no recuerda un manto amarillo bajo un *ginkgo biloba*, por días y días sobre la alfombra verde. O el rojo borravino de los *liquidambar* y el temprano dorado de los fresnos. Es cierto también que no a todos deleita. Para algunos es basura para recoger. Como todo aquello que nos llega por los sentidos, lo percibimos gracias al aprendizaje que nos ha modelado.

Músicas, sabores, caricias, coloridos y embriagantes aromas. Infinidad de placeres o rechazos provocan indistintamente en unos y otros. A veces es cuestión de atreverse, rompiendo esa barrera invisible que nos frena, y un día nos encontramos sonrientes caminando sobre el césped con el rocío de una mañana de primavera o pidiéndole al jardinero que no rastrille las hojas coloridas, por esa semana. Probemos.

Tiempos de ver nuestro jardín desde adentro, con *“la ñata contra el vidrio”*, lo que no le quita importancia. Todavía las bignonias rosadas están a pleno y los laurentinos asoman alguna flor. Lindos días para preparar nuestros canteros de flores, mejorarles la calidad de su suelo con compost propio o comprado y estar atentos para cuando lleguen las primulas.

En estos días las anémonas perennes están a pleno con sus flores blancas o rosadas, de modo que en ellas solo limpiezas. Todavía es buen momento para aportarles hierro a jazmines y azaleas, con mucha prudencia si es sulfato de hierro, o con hierro líquido o *quelatado* sobre las hojas, que es menos peligroso para las plantas.

Así como irá bajando la temperatura, irá descendiendo la necesidad de humedad para las plantas, porque ellas lentifican su ritmo fisiológico y ya no transpiran tanto. Ello quiere decir que debemos suspender o reducir mucho el riego. El exceso de agua en el suelo provoca inundación de los poros y las raíces se asfixian, mueren y la planta también.

El equipo de riego debe apagarse y solo activarse si aparece una sequía prolongada. En nuestros jardines siempre hay alguna planta indicadora de falta de agua, como los acantos o cucarachas. El mejor método para detectarlo es pinchando el suelo con un cuchillo o varilla de alambre. Recordemos que las plantas se recuperan fáciles de una falta transitoria de agua, pero

muy difícilmente lo hagan si es por exceso, donde las raíces mueren.

El frío y la humedad son una combinación perfecta para el desarrollo de hongos que causan daño a hojas, flores y frutos. La temperatura es difícil de controlar, pero la humedad no. Las plantas tropicales, como lo es la grama bahiana o brasileña, son sumamente susceptibles a manejos inadecuados. Es una planta que requiere de mucho follaje, o sea corte del césped a una altura elevada en relación a las otras especies. El ideal es 5 cm, lo que le permite una gran fortaleza de toda su estructura y, consecuentemente, su calidad estética.

Una práctica recomendable para templar el espíritu, ejercitar la paciencia y demostrarnos la gran capacidad de enseñanza que tenemos, es invitar a nuestros nietos a podar con nosotros, algunas ramas, flores secas, frutos que no sirven o enfermos. Obviamente que deberemos tener una



tijera para cada uno, un sector único de cada uno, y la perseverancia de recorrer constantemente para observar la tarea de cada uno, en especial ante el llamado de *“abuelo ayudame, o “cómo se hace”, o “no puedo”*.

Junto a todo lo obtenido de tan meritoria tarea, deberá ser expuesto, admirado y comentado con el resto de la familia, cuidando que cada uno se lleve su “premio” por la felicitación... ☺

B SOCIEDAD DE FOMENTO DE BELGRANO R

DURANTE MAYO Y JUNIO

BELGRANO R
SOLIDARIO

PARA MÁS INFO
VISITÁ LA WEB DE LA
SOCIEDAD DE FOMENTO
DE BELGRANO R

Ayudemos al
Comedor de Barrancas

 www.facebook.com/Comedorbarrancas/

 [/Comedor.barrancas.de.belgrano](https://www.instagram.com/Comedor.barrancas.de.belgrano)

Banco Ciudad / Alias: Comedordebarrancas



El Comedor de Barrancas

Nuestro comedor no recibe subsidios del Estado.

Todo lo conseguimos con el esfuerzo de voluntarias, voluntarios, amigos, amigas y algunas instituciones sensibles que nos acompañan.



Ropa de
abrigo, frazadas
y Zapatillas

Tras la pandemia

En busca de un marco de **seguridad más confiable**



ESCRIBE **SERGIO MUR**

VARIOS EPISODIOS DE INSEGURIDAD SACUDIERON A NUESTRO BARRIO DURANTE LOS ÚLTIMOS DÍAS. LA OSADÍA DE LOS MISMOS GENERÓ PREOCUPACIÓN YA QUE LOS NUEVOS MÉTODOS DELICTIVOS PUSIERON EN JAQUE A LOS VECINOS Y A LAS AUTORIDADES POR IGUAL..

Si bien desconocemos el impacto que tendrá la pandemia a nivel seguridad en el mediano plazo, sí podemos prever algunas de sus consecuencias tomando los datos de nuestra realidad y proyectándolos hacia el futuro. De esta forma vamos a estar más preparados y podremos contar con mejores herramientas para enfrentar los problemas que nos esperan.

Con el objetivo de implementar políticas de seguridad adecuadas a las características de cada comuna el Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires estableció los Foros de Seguridad Pública (FOSEP). Estos son los espacios participativos donde se convocan a asociaciones vecinales, ONGs, centros culturales y comunitarios y clubes para intercambiar experiencias y planificar en forma directa con representantes del Ministerio de Justicia y Seguridad, el Ministerio Público Fiscal, la Policía de la Ciudad y las Comunas.

El FOSEP es el ámbito donde todos los actores de la sociedad pueden identificar las herramientas necesarias para generar cambios en

materia de seguridad de la propia comunidad y trabajar de forma conjunta para solucionarlos. Una caja de resonancia para transmitir, intercambiar y enriquecer los conocimientos y las experiencias en relación a las buenas prácticas de seguridad ciudadana.

El rol del FOSEP en tiempos de crisis

La inseguridad es un fenómeno cada vez más complejo, hoy no se limita a los delitos tradicionales sino también a la violencia intencionada y exacerbada que observamos a diario en las calles del barrio. La crisis económica que nos aqueja y algunas políticas de estado que promueven cierta polémica como disponer del arresto domiciliario de detenidos para reducir la superpoblación carcelaria y evitar la propagación del virus en tiempos de pandemia, son ingredientes que no hacen más que crispar los ánimos en estos largos meses de aislamiento.

En este contexto la Sociedad de Fomento de Belgrano R participó el pasado miércoles 18 de



Founded by Alexander Watson Hutton in 1884

**137 AÑOS CULTIVANDO
LA EDUCACIÓN EN NUESTRO PAÍS**

**FELICITAMOS A LA
SOCIEDAD DE FOMENTO
DE BELGRANO R
POR SU
40 ANIVERSARIO
JUNTO A LOS VECINOS
Y LA EDUCACIÓN**

BUENOS AIRES ENGLISH HIGH SCHOOL

LANZAMIENTO



• RESIDENCE •

AV. CRAMER 1745
 BELGRANO R



EXCLUSIVAS RESIDENCIAS

1 • 2 • 3 • 4 AMBIENTES
 3 y 4 AMBIENTES
 CON DEPENDENCIAS

PISCINA CLIMATIZADA • SOLÁRIUM
 SALÓN PARA NIÑOS • GIMNASIO
 SAUNA • SUM • LAUNDRY • BAULERAS
 ÁREAS PARQUIZADAS • PARRILLA
 VIGILANCIA LAS 24 HS.

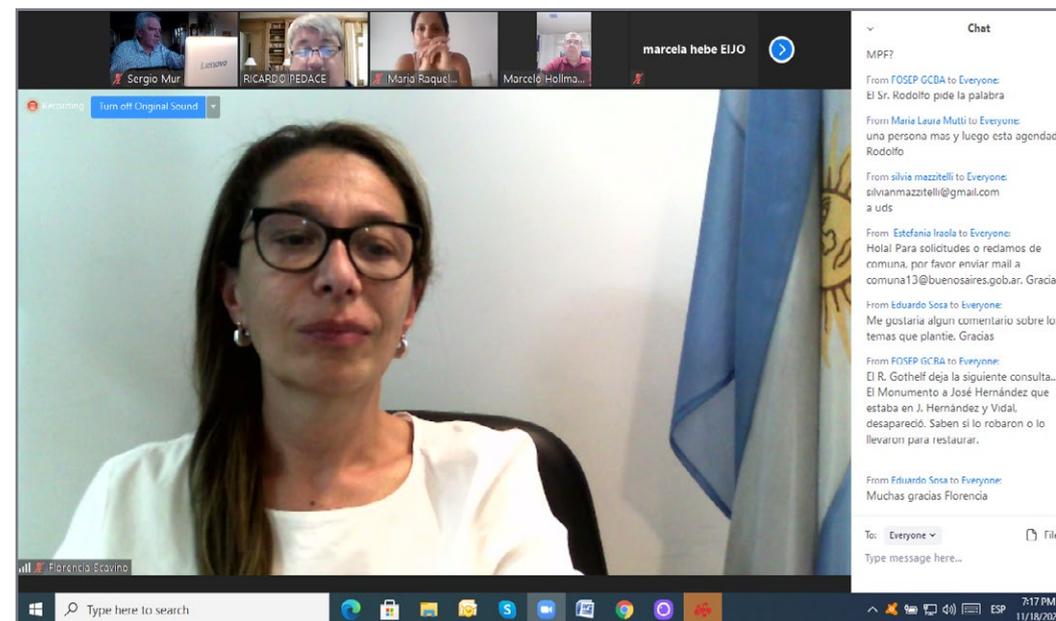


CMSI 5544 / CUCICBA 1544

SOLDATI

SUCURSAL BELGRANO R
 de JAVIER DOMINGUEZ
 Washington 2201 | 4545.2222

SEGURIDAD



Florencia Scavino, presidente de la Comuna 13 durante la última reunión de 2020 del FOSEP.

noviembre de la última reunión del año de los Foros de Seguridad Pública y durante la misma las principales autoridades de la comuna hicieron un repaso de la situación no solo de Belgrano R, sino también de los barrios linderos Colegiales y Núñez. El comisario Marcelo Hollman, responsable de las tres comisarías de la Comuna 13 detalló las medidas que se están tomando y los esfuerzos puestos en la prevención del delito. Asimismo, Florencia Scavino, Presidente de la Junta comunal y David Kucaucas, del Ministerio de Justicia y Seguridad resaltaron la importancia de la planificación de estrategias a largo plazo y la coordinación entre los integrantes del foro.

En nuestro barrio los hechos delictivos de mayor relevancia y que exhiben una operatoria más sofisticada en su accionar se fueron neutralizando por el trabajo de la policía, basado principalmente en la prevención y la disuasión, elementos clave para su eficacia. Pero por otro lado, se

han registrado actos de vandalismo que van en aumento, intrusión de la propiedad privada y los arrebatos en la vía pública. El hurto de objetos metálicos: válvulas de medidores de gas a cables eléctricos y telefónicos, equipos de aire acondicionado, placas de bronce y de porteros eléctricos ha aumentado también.

La agenda de seguridad para el 2021

Está claro que en este contexto el desafío que se viene es mayor, a pesar de los esfuerzos de las autoridades y de las organizaciones sociales que venimos trabajando en comunidad para que nuestro barrio sea un espacio para que nuestros hijos crezcan en paz y se desarrollen en un marco social que no conspira en contra de ello. Para el próximo año nuestro objetivo es colaborar para revertir o aminorar este clima de inseguridad con las medidas que sean necesarias y planificadas por las autoridades competentes. ☺

Vacunas: una herramienta invaluable

ESCRIBE GERARDO SARTORIO
Bioquímico



Las vacunas son un elemento terapéutico destinado a desarrollar en el organismo inoculado, una protección contra la acción de factores externos (bacterias, virus, hongos, parásitos tóxicos, etc.) a los que reconozca como ajenos o peligrosos. Esta protección se obtiene mediante la puesta en funcionamiento de numerosos mecanismos *naturalmente preexistentes en los individuos* y, consecuentemente, a la producción por este, de anticuerpos específicos contra el agresor (*inmunidad adquirida*). La primera vacuna fue desarrollada por el médico rural **Edward Jenner** en 1798 quien, en plena epidemia de viruela, observó que los ordeñadores ingleses no contraían la enfermedad debido al contacto con las pústulas secas de las ubres de vacas infectadas con viruela bovina. En 1881, Pasteur generalizó el nombre “vacuna” a todas las inoculaciones similares para otras dolencias.

La generalización de dichos enfoques médicos llevó a la desaparición y prevención de numerosas enfermedades. El éxito de estos procedimientos

no impidió la aparición de individuos o grupos opuestos a las vacunas por motivos no científicos, ideológicos o simplemente por ignorancia, como el religioso Edward Massey que sostenía que eran *opuestas al designio de Dios*.

En 2019, la Organización Mundial de la Salud declaró a los grupos antivacunas como *una de las principales amenazas* para la salud pública mundial. El papel de una vacuna no solo tiene como objetivo el inactivar y/o destruir al agente peligroso sino también el de generar en el huésped una “memoria inmunológica” que permanece “archivada” en algunos tejidos para una rápida producción de anticuerpos en el caso de futuras infecciones.

Las vacunas son inocuas y solo pueden producir leves molestias (febrícula, malestar corporal o inflamación local) por 24 h post inoculación. No cabe duda de la imprescindible necesidad de confiar en vacunas rigurosamente estudiadas y aprobadas por organizaciones científicas responsables ya que **no solo nos protegen a nosotros sino también al resto de nuestra sociedad al reducir el contagio.** ©



¿Necesitás vender tu propiedad?

15 años comercializando propiedades

Compra • Venta • Inversiones

Moira Moretti Hafford

Asesora Comercial Inmobiliaria

📞 54 911 3820 5165 ✉ moira.mhafford@roilands.com

OFICINA NUÑEZ Av. Del Libertador 6810 piso 16 | Nuñez - CABA

Corredor responsable Capital Federal: Mariano Mussi C.U.C.I.C.B.A Nro 4065
Corredor responsable Provincia de Bs As: Nicolás Mussi Colegiado S.I Nro 6443

St. Margaret's School

1924



Mcal. A. J. de Sucre 3668
Tel. 4551-2000 / 2942
1430 Buenos Aires

Sala de 2 años
Jardín de 3, 4 y 5 años
Primaria
Secundaria
Mixto

Ser y pertenecer, en palabras y en los hechos

ESCRIBEN SILVIA AMUCHÁSTEGUI Y CARLOS PRILLWITZ

LA SFBR NACIÓ EN EL AÑO 1981 COMO RESPUESTA DE UN GRUPO DE VECINOS QUE SE UNIERON PARA DEFENDER LAS CARACTERÍSTICAS DEL BARRIO QUE HABITABAN. AL VER CÓMO SE DEMOLÍA UNA CASA DE ALTO VALOR PATRIMONIAL EN LA AV. MELIÁN, UNA DE LAS MÁS LINDAS DE BUENOS AIRES, INTENTARON AVERIGUAR QUÉ IBAN A CONSTRUIR Y FUE IMPOSIBLE. PERO SE SUPO QUE A TRAVÉS DE UN PERMISO DE EXCEPCIÓN SE IBA A LEVANTAR UN EDIFICIO DE PB Y 6 PISOS, LO QUE CONTRAVENÍA LA REGLAMENTACIÓN VIGENTE PARA LA ZONA.

En una semana se juntaron más de 700 firmas de vecinos. Se solicitó al entonces intendente de Buenos Aires, Brigadier Cacciatore, que dejara *sin efecto el mencionado permiso de excepción* que favorecía a los propietarios y no al predio. Los propietarios, generales de la cúpula del Ejército, nos convocaron a una reunión en la cual intentaron justificarse alegando su voluntad de vivir en Belgrano R. La respuesta fue unánime: *si quieren vivir en Belgrano R, respeten las normas*. Ese fue y es el *leit motiv* de la Sociedad de Fomento de Belgrano R, el respeto por las normas. Para esos generales era incomprendible el compromiso de la gente con su barrio y la convicción con que se defendía algo que no era estrictamente propio.

Se logró que modificaran el proyecto: se quitó una planta y media, con lo cual se bajó la altura y la densidad. Ante el éxito obtenido con las firmas se convocó a una asamblea vecinal que se realizó en el Colegio St. Brendan's y a la cual asistieron 300 personas. Allí se decidió crear nuestra asociación para que defienda al barrio y a sus valores; fue notable el interés de los vecinos para colaborar. Tiempo después, ante el peligro de que el barrio se desnaturalizara por una modificación de las normas urbanísticas generales, se decidió impulsar su modificación para lograr una norma específica que preservara la calidad ambiental de la zona.

Cuando iniciamos el estudio descubrimos que espontáneamente se había gestado un hábitat

en el cual se brindaba al espacio público parte de la propiedad privada, a través de retiros de frente, generosos pulmones de manzana, la forestación de las calles. En la parte más tradicional del barrio, desde Estomba hasta las vías, la volumetría existente no se había modificado mucho respecto a la que indicaban las planchetas de 1940. En esa época la tierra no tenía el valor de especulación comercial que tiene actualmente. Se usaron métodos tradicionales de análisis aplicados de manera menos ortodoxa: con las planchetas catastrales y un código de colores instruimos a vecinos del barrio, quienes debían marcar cada predio con los colores pactados, según fueran viviendas unifamiliares, multifamiliares, de más de 3 pisos, locales comerciales, etc.

Se hizo también el relevamiento de la forestación. El análisis realizado fue para objetivar las características que lograban esta calidad ambiental y obtener una norma que las preservara. Todos los que llegan a Belgrano R sienten sensación de amplitud, de llegar a una "zona verde" a pesar de que los terrenos son chicos, oscilan entre los 300 y 500 m2, siendo excepcionales los terrenos grandes. Hoy, poco se reconoce que en los pequeños gestos urbanos hay una muestra de respeto y preocupación por el prójimo y que esto exige el ejercicio de conductas que lo manifiesten. Tomar conciencia de esto implica preocuparse por el bienestar del otro y de uno mismo. La ciudad, los barrios que la componen, son el correlato de una organización social determinada:



LOS PRESIDENTES DE LA SFBR

MIRIAM BEATRIZ ESQUIVEL
"Si la ley se cumple y las instituciones funcionan, el vecino se encuentra *contenido* dentro del sistema". (Editorial mayo-junio 1996).

SILVIA AMUCHÁSTEGUI
"La sociedad de fomento espera que en los legisladores prime, en las soluciones que se dispongan, el *respeto y reconocimiento de los derechos de la mayoría de los vecinos* afectados por esta situación derivada de una obra pública inconclusa (en alusión a la exAU3) y abandonada por la propia autoridad". (Editorial abril-mayo 1998).

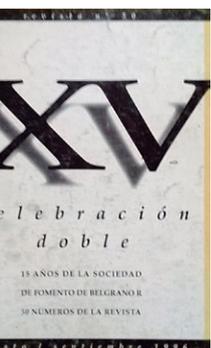
MERCEDES TISCORNIA
"Para enderezar este mundo del revés es fundamental la acción de los vecinos haciendo sentir su voz mediante las organizaciones intermedias. Cada agresión al barrio es una agresión a nosotros, *sepamos defendernos*". (Editorial agosto-septiembre 1999).

EDUARDO BARBIER
"Los vecinos silenciosos que aprecian el diálogo conducente, que privilegian el *interés común*, que focalizan y trabajan sobre cuestiones comunes, no deben ser descartados para definir las prioridades de la gestión pública y menos aún para conformar la demanda electoral". (Editorial junio-julio 2003).

MARÍA DEL CARMEN DANIEL CASATI
"Nuestra misión ha sido fortalecer la comunicación y mejorar la apertura hacia los vecinos, creer firmemente que la fuerza y la esperanza de nuestro barrio reside en su sentido de *identidad y pertenencia* y, sobre todo, en la participación vecinal". (Editorial agosto-septiembre 2005).

JULIO REINOSO
"La Argentina es como el Glaciar Perito Moreno, magnífica, imponente y llena de belleza, pero cada tanto se rompe y vuelve a empezar. Nuestra sociedad de fomento está inmersa en un sistema parecido, todos colaboramos para que el barrio esté mejor, sin embargo la ciudad cuenta con funcionarios





la integración urbana implica integración social. Hay que saber que *cuando se construye una casa, se hace a la vez la ciudad*.

Hicimos una presentación de toda la documentación en la Municipalidad, luego de la cual se dictó una resolución *declarando al Distrito como RU*, hasta tanto se dictara la norma definitiva y se le otorgó a la SFBR *vista de todos los proyectos que se presentaran para el área*. A partir de ese momento continuamos trabajando en conjunto con arquitectos de carrera de la Municipalidad. Con la vuelta de la democracia se presentó un proyecto de norma consensuado entre los vecinos que incluía la restricción constructiva de un área importante y *en 1985 el Concejo Deliberante votó la ordenanza 41117 estableciendo el Distrito U28*. Se debe destacar que esta *fue la primera norma participativa de la Ciudad de Buenos Aires*.

A principio de los años 90 iniciamos un trabajo para recuperar el entorno de la Estación, de la Plaza Castelli y el corredor de espacios libres paralelos a las vías que llegaban hasta Avenida de los Incas. Este trabajo fue la base utilizada para la redacción de la norma de Área de Protección Histórica que hoy rige para el entorno de la estación: APH 4. El edificio más importante de esa zona es, sin duda alguna, el Palacio Hirsch, que en ese momento estaba en muy malas condiciones y para el cual el único uso conforme que permitía la norma del Distrito U28 era vivienda. Ya siendo APH fue comprado por un empresario de Bahía Blanca que lo restauró íntegramente para instalar allí las oficinas de la empresa y su vivienda cuando viniera a Buenos Aires. Esta obra vale la pena verla, el trabajo realizado es magnífico y nuestra satisfacción es enorme.

La plaza de las 5 mil firmas

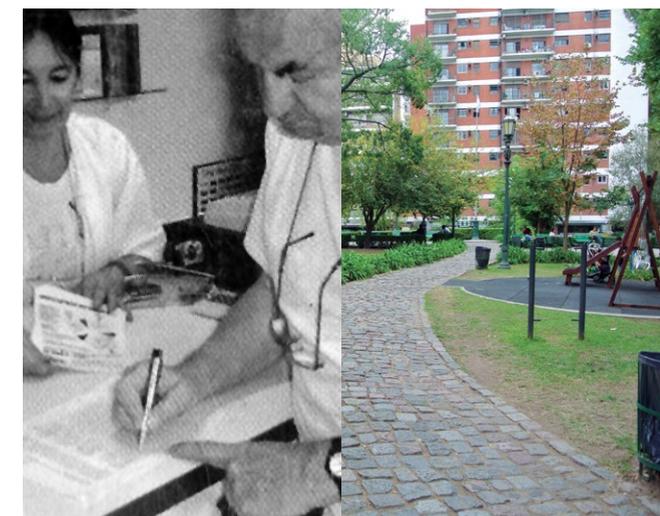
En el año 1995 se corrió la voz que en el predio que ocupaba el vivero lindero a la estación se instalaría una sucursal de un supermercado: la reacción en el barrio fue inmediata. Se hizo un petitorio, *esta vez refrendado por 5000 vecinos*, solicitando que se destinara para plaza. Finalmente firmamos un convenio con el Estado Nacional por el cual se le otorgó la tenencia del predio a la SFBR para hacer una plaza, que fue diseñada por el arquitecto Julio Reinoso y realizada por el Gobierno de la Ciudad: la Plaza de los Olmos

fue la primera plaza construida en 20 años en la Ciudad. Contamos con el respaldo del actor Federico Luppi, que en ese momento era vecino del barrio.

Además, una mañana de 1995 nos enteramos de que habían comenzado a demoler una casa-proyecto del Arq. Wladimiro Acosta, en Melián y Pampa, por lo que organizamos una movilización vecinal frente a la casa. Se pudo paralizar la demolición pues habían empezado a construir sin los permisos reglamentarios y después de largas tratativas, el propietario se avino a remodelar la casa, reconstruyendo lo demolido. Iniciamos también el pedido de *una norma de protección para la Avenida Melián*, trabajando nuevamente con los arquitectos del GCBA y presentado mucho después por la diputada Anchorena que fue votado como APH 42.

En el año 2000, cuando se modificó el Código de Planeamiento, se eliminaron dos párrafos fundamentales de la norma del U28: uno, que establecía que *no se podían englobar parcelas mayores a 900 m2* y el otro, que *“la superficie no computable para el FOT no podía superar el 20%”*. Con el auge de la construcción nos dimos cuenta de sus consecuencias cuando se presentaron varios proyectos que superaban ampliamente el FOT y tras un largo peregrinar en la Legislatura, en el año 2011, logramos *una nueva*

reforma al U28 que lo hizo volver a su esencia original. Ese año también asumimos el compromiso con el Gobierno de la Ciudad de hacer un relevamiento de las viviendas de valor patrimonial en Belgrano R y llegamos a confeccionar un listado de varios cientos de casas que se integraron al catálogo de la ciudad: *esas casas ya no podrán ser demolidas*. Para eso convocamos a los propietarios de los inmuebles afectados, quienes invariablemente apoyaron la idea de la catalogación, que al igual que con la reforma del U28, estuvieron dispuestos a perder parte del valor de sus propiedades a cambio de preservar el barrio.



LOS PRESIDENTES DE LA SFBR

que escuchan, asienten, prometen... y luego olvidan o tergiversan. Algo *hay que cambiar*". (Editorial abril-mayo 2006).

CARLOS PRILLWITZ

"Las obras clandestinas van desnaturalizando el U28, si no se frenan, dentro de algún tiempo esta norma que ha permitido conservar lo mejor del barrio durante 25 años, va a ser *letra muerta*". (Editorial abril-mayo 2011).

MARÍA COBELO

"Si no tomamos conciencia, es inútil. Podemos ir y hacer, pero no podemos hacer nada cuando no hay voluntad. A veces nos sentimos que estamos *luchando contra los molinos de viento*. Privilegiar las leyes y normas sobre nuestras propias conveniencias no siempre es fácil. Pero les aseguro que el resultado es el mejor". (Editorial octubre-noviembre 2013).

FERNANDO QUEVEDO ORDEN

"Muchos quieren mejorar el mundo, pero como ya se ha dicho, empecemos por casa, por nuestras calles y nuestro barrio. Necesitamos del conjunto y de cada uno de los vecinos para ser parte de este sueño que llamamos Belgrano R, *el barrio que elegimos para vivir*". (Editorial noviembre-diciembre 2016).

JUAN MIGUEL BESTANI

"Para sostener nuestra mejor versión y seguir siendo Belgrano R, entendemos que será de gran ayuda lograr una ley donde *se nos declare formalmente barrio*, para así pertenecer a una sola Comuna y no a tres como resulta actualmente. Eso nos resta capacidad y eficiencia a la hora de preservar nuestra identidad". (Editorial agosto 2018).

SERGIO MUR

"La fortaleza de una comunidad y su capacidad para intervenir exitosamente en su ámbito se basa en la habilidad de integrar sus individualidades en una plataforma compacta y resistente para contrarrestar la burocracia y la miopía gubernamental. Un soporte eficiente para que los reclamos de los vecinos sean atendidos". (Editorial octubre 2019).

La ex AU3, de pesadilla a final feliz

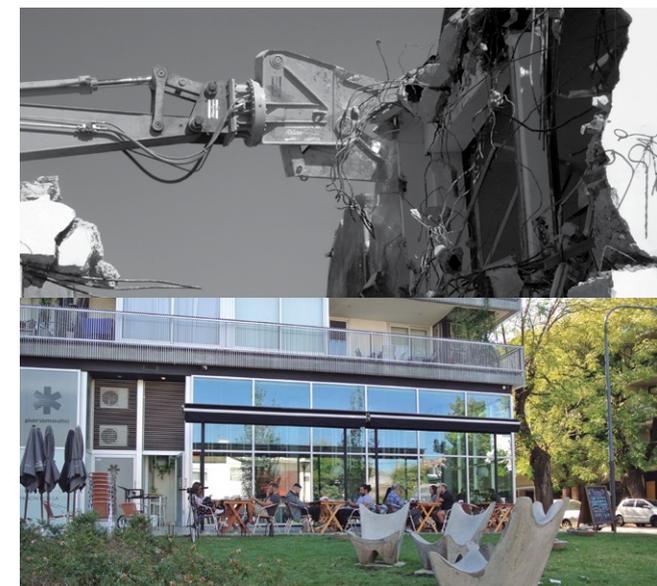
A comienzos de este siglo el GCBA decidió encarar la reurbanización de la traza de la ex AU3, una autopista trunca proyectada en épocas de la dictadura para unir la Panamericana con el centro de la ciudad. La regularización comenzó con el sector de Saavedra, mucho más sencillo (lo que hoy es la Av. Parque R. Goyeneche) y siguió luego con los inmuebles expropiados y vueltos a ocupar de Donado y Holmberg. La situación era de una complejidad enorme y fue más de una década de reuniones con funcionarios, audiencias en la Legislatura, leyes diversas, proyectos trunco y la participación activa de la SFBR en una Comisión de Seguimiento que terminó con lo que hoy es Distrito U 38 "Barrio Parque Donado Holmberg": un final feliz y consensuado para una zona que tenía destino de marginación.

En 2013 nos enteramos de un proyecto para construir nuevos baños en un anexo a la

estación (mano a Provincia), logramos que se descartara la iniciativa y se restauraran los baños existentes. Al año siguiente comenzaron las renovaciones en muchas estaciones de tren del AMBA y se reemplazaron los edificios existentes por otros modernos, más funcionales. En el caso de Belgrano R, el proyecto contemplaba la demolición del "apeadero" (la vieja estación de madera sobre el andén mano a Retiro) y su reemplazo por un edificio nuevo, y como esa construcción está protegida por ley (es decir, que no puede ser demolida) logramos que ADIF la preservara -fue hecha con partes de la demolición del edificio original de Retiro-, y la restaurara. No solo eso, se restauró también todo el conjunto de la estación, de ambos lados de la vía.

En esa época reflatamos un viejo proyecto del Arq. Julio Reynoso de 1997, el "Corredor Verde",

algo así como la continuación de la Plaza de los Olmos hasta Pampa y desde entonces insistimos con el pedido que se concretó este año y que ya puede disfrutarse. Ahora queremos rescatar el predio del ferrocarril que va desde la calesita de Juramento hasta Superí; que se haga un canil en el espacio para ese fin en el cruce de Juramento y darle un uso razonable a los predios linderos a las vías del lado de Zuberbühler. Sin olvidarnos de las actividades sociales y culturales como el Baile de la Cortada, los conciertos de la orquesta de la Policía Federal en cada aniversario del barrio, la Feria del Garage, la revista de distribución gratuita, Papá Noel en la plaza Castelli y tantas otras actividades que la Sociedad de Fomento ha mantenido en forma ininterrumpida por 40 años. Nuestra misión es llevar adelante una labor diaria y perseverante, sin planes grandilocuentes pero con un profundo conocimiento del lugar, tratando de compatibilizar los distintos intereses



e involucrando a toda la sociedad como fuente inspiradora de espacios y de resultados.



El tiempo nos hizo un clásico de Belgrano R

Entrá en nuestro sitio y descubrí importantes beneficios
www.downtownmatias.com

BUENOS AIRES - BELGRANO
ECHEVERRIA 3195
RESERVAS 4545 1050



DESCUBRE TU VOCACIÓN

Programa de Coaching Vocacional en Belgrano

Elige tu carrera universitaria en un proceso de 5 sesiones vía zoom

Realizaremos Tests Vocacionales, y distintas dinámicas para que descubras tu vocación.

Te propongo un espacio reflexivo y confidencial.

CONTACTO
Magalí 15 5862 3216
ontologique22@gmail.com



La mirada desde el Editorial

“Algo tenemos que hacer”

ESCRIBE ANDRÉS ASATO

“Es hacer juntos sin diferencias, sin burocracia, sin ambiciones personales sino simplemente entendiendo que se cuenta con los demás para los objetivos del barrio, unidos en construir el bien común”, así en resumidas palabras y en tiempos que la letra impresa tenía otro valor el Boletín Informativo 0 de la Sociedad de Fomento de Belgrano R se presentaba ante los vecinos y que en el número siguiente (se llegaron a repartir 4.500 ejemplares casa por casa y 500 entre los comercios del barrio) su presidente de entonces, **José Antonio Amuchástegui**, explicaba las razones: “surgimos como un movimiento espontáneo, frente a una dificultad existente en el barrio: un edificio de viviendas colectivas que se estaba construyendo sin ajustarse a los moldes del planeamiento urbano”. ¿Cuál era el problema que los alarmaba? La construcción de un edificio de seis pisos sobre Melián, esquina Juramento, bajo una sospechosa ordenanza de excepción. “Algo tenemos que hacer”, coincidieron un grupo de vecinos que se convirtieron en los pioneros y entre los que estaban **José María Jáuregui**, **Eduardo Clancy**, **Esteban Colla**, -junto a **René Llapur** y el mencionado **José Antonio** los primeros presidentes-, Ana María Nye, Juan Frangella, Jorge Peyret, Roberto Mc Cormack, Jorge Vilar, María Rosa y Ricardo Viglione, Roberto Frangella, Atilio Sanguinetti, Sheila Clancy y Ana María y Félix Radavero, entre otros. La voz de los vecinos siempre fue clave en la gestión de la sociedad de fomento, se hacían escuchar a través de sus cartas de lectores y su acompañamiento en las campañas. De ellas se fue conformando la sociedad

de fomento y la que dio inicio en ese sentido fue la campaña tendiente a lograr que los terrenos baldíos y las casas abandonadas del barrio “no se conviertan en basurales y nidos de ratas e insectos”, como se la destacó en el boletín número 0. Le siguieron el lanzamiento del Corredor Estudiantil de Seguridad, con una amplia participación de los colegios de la zona. La intensa campaña iniciada en el barrio para que *Belgrano R no se divida en tres comunas* y puesta de manifiesto por los vecinos en la Audiencia Pública: “Cuando me mudé hace 30 años nadie necesitó explicarme que vivía en Belgrano R. Lo sabía porque mis padres y abuelos me lo habían dicho y porque los vecinos de Buenos Aires sabían que este barrio era y es Belgrano R”, decía orgulloso el vecino Juan Repila. La campaña “Cuidá tu ciudad, cuidá tu mascota”, que se impulsó de puerta en puerta y de boca en boca, y el desafío en el marco de un nuevo aniversario del barrio fue el de “140 años=140 árboles”, cuando la sociedad de fomento hizo un relevamiento de los lugares donde hacían falta reponer nuevos ejemplares. Las campañas solidarias más recientes a favor de los sectores más vulnerables y en tiempos de pandemia. Cada uno de los 16 presidentes que tuvo la Sociedad de Fomento supo darle a través de sus editoriales y sus actos de gestión, su impronta y quizás sean, en aquella gesta fundacional, en la reurbanización de la exAU3 y en la Plaza de los Olmos, tres buenos ejemplos de cómo gestionar un conflicto y resolverlo, acercando intereses enfrentados, sumando tiempo y paciencia (mucho) e ingenio en las propuestas para resumir estos 40 años de vida. ▣

Detrás de una gran obra, una gran empresa



Obra Elefante Blanco

Un espacio abandonado,
ganado para
los vecinos de Lugano.

Siempre presente en las grandes obras



salvatori
SOCIEDAD ANONIMA DE PARQUES Y JARDINES

"Amnistía inmobiliaria": nada para festejar

ESCRIBE CARLOS PRILLWITZ
Abogado

LA LEGISLATURA DE LA CIUDAD APROBÓ EN PRIMERA LECTURA UNA LEY LLAMADA "REGULARIZACIÓN DE OBRAS EN CONTRAVENCIÓN" QUE SE CONOCE POPULARMENTE COMO "AMNISTÍA INMOBILIARIA". COMO ES UNA LEY DE DOBLE LECTURA, EL 8 DE MARZO SE LLEVÓ ADELANTE LA CORRESPONDIENTE AUDIENCIA PÚBLICA DE LA QUE PARTICIPAMOS JUNTO CON OTRAS ORGANIZACIONES BARRIALES Y REFERENTES DE LA ARQUITECTURA.



Este proyecto prevé la *regularización de cualquier obra construida en infracción* que esté terminada o cerca de terminarse hasta el 1-1-20, admitiendo muy pocas excepciones: aquellas que invaden el espacio público, las que atenten contra la seguridad, las efectuadas sobre inmuebles catalogados, etc. Incluye obras en Áreas de Protección Histórica, como nuestros APH 4 - "Entorno a la Estación Belgrano R" y APH 42 - "Av. Melián" y en las zonificaciones U, como nuestro U28.

Lo más interesante del proyecto es que *no hay límite de superficie a regularizar*: el propietario de una obra construida violando el código urbanístico solo tiene que pagar una penalidad calculada como porcentaje del derecho de construcción y listo. Más aún: la norma prevé una escala ascendente que va desde las infracciones menores a los 100 m2 hasta las que superan los 5000m2, como para que no queden dudas sobre lo ilimitado del beneficio.

Es decir que un desarrollador con 10.000 m2 construidos en infracción solo debe pagar un 550% de los derechos de construcción y ya puede

salir a vender los departamentos. Aunque en realidad no, no tiene que pagar esos derechos de forma inmediata: la ley prevé que puede financiar el 80% de la multa en 12 cuotas, sin interés.

Es de destacar también que el Código vigente ya prevé un mecanismo de regularización de construcciones en infracción de hasta 100m2, por lo que esta norma no tiene como finalidad aprobar las pequeñas reformas que muchos vecinos hicieron en sus casas sin presentar planos.

Como vimos la finalidad tampoco es recaudatoria, ya que la multa es módica: va del 250% de los derechos de construcción en el caso de irregularidades de menos de 100m2 y llega al 550% de esos derechos para irregularidades de más de 5000m2, pero siempre pagadero en pesos, en 12 cuotas y sin interés (el "Ahora 12" de los infractores).

Lo que nos lleva a preguntarnos cuál es el sentido de la ley. Si desde hace tan solo dos años están vigentes los nuevos Códigos Urbanístico y de Edificación, ¿por qué aprobar ahora todo lo construido violando las normas? ¿A quién beneficia? Claramente no a los vecinos, ni al GCBA que poco va a recaudar: beneficia a los infractores. Por eso se la conoce como "*amnistía inmobiliaria*", porque es una verdadera amnistía tarifada: *el infractor se libra*

de culpa y cargo y regulariza su construcción ilegal con el sencillo trámite de pagar una penalidad en cuotas.

El proyecto no es comparable a una moratoria impositiva, ni a un blanqueo: en esos casos estamos hablando de una deuda que el contribuyente no pagó y que con el blanqueo o la moratoria regulariza pagando menos. Acá no se trata de dinero, al menos, no para los vecinos: se trata del espacio aéreo, del sol, de la luz, de la vista, de la densidad poblacional, del estacionamiento, de los pulmones de manzana, etc.

Esta ley va en contra de todo lo que representa la SFBR y que defendimos desde hace 40 años: si en 1981 pudimos frenar un proyecto que violaba a las normas, en 2021 la Legislatura nos propone aprobar todas las construcciones irregulares. Digamos que si los generales de la dictadura hubieran esperado 40 años, hoy tendrían su premio.

En Buenos Aires el metro cuadrado de construcción vale entre U\$S 2000 y U\$S 3000; en Belgrano R, un poco más aún. El desarrollador que regulariza, digamos, 500 m2 obtendrá un beneficio de uno U\$S 1.500.000. Debe haber muchos empresarios festejando este proyecto, pero ningún vecino. No sabemos si los legisladores tienen algo para festejar. ■

Servicio Integral del Automóvil

1971 - 2021
50
Años

CALIDAD, PRESTIGIO Y CONFIANZA

50 años en Belgrano brindando servicio INTEGRAL

Nuevas tecnologías para automóviles último modelo

Atención personalizada y continua actualización

Seguinos en Instagram @brt_tallermecanico



20% descuento en Service de Inyección Nafta con tu tarjeta de Beneficios "Belgrano R es tuyo"

ACA
TALLER SELECCIONADO

La Pampa 4522/24
info@brtinyeccion.com

Tel./Fax: 4522-0838
www.brtinyeccion.com



★ ¡TE ESPERAMOS EN COM PAÑÍA! ★

CALIDAD, VARIEDAD Y ORIGINALIDAD EN CADA UNA DE NUESTRAS PROPUESTAS.

¡NUEVO!

Av. ELCAÑO 3201 - ESQUINA CONDE
TEL: 4553-5648 - BELGRANO R
BELGRANOR@COMPANIADJUGUETES.COM
 COMPANIADJUGUETESBELGRANOR

Corner Av. OLAZABAL 5362
TEL: 4524-0863 - VILLA URQUIZA

FERNÁNDEZ DE ENCISO 3980 - L.6 Y 7
TEL: 4503-8431 - DEVOTO
DEVOTO@COMPANIADJUGUETES.COM
 COMPANIADJUGUETESDEVOTO

El Corredor Verde, otro hito cumplido

No bien concluyó la obra de la **Plaza de los Olmos** a mediados de los '90, nos propusimos poner en valor el resto del predio lindero al ferrocarril, que llega hasta Pampa. Les presentamos a las autoridades un proyecto del Arq. Julio Reinoso que tenía la ventaja de que al reemplazar el estacionamiento frente a la estación por dársenas sobre la calle, ampliaba el espacio verde sin reducir el lugar para estacionar. No obstante la buena recepción de la idea el proyecto fue archivado una y otra vez. Fue la insistencia paciente de nuestro vecino y socio de la sociedad de fomento, Norberto Figini a lo largo de una década la que logró lo que parecía imposible: que el ferrocarril mejorara el predio hace unos años y que ahora la Comuna 13 se hiciera cargo del lugar y lo pusiera finalmente en valor. El **"Corredor Verde"** es, sin lugar a dudas, otro hito en la larga historia de logros de la SFBR. ☺



40 AÑOS JUNTO A LA
SOCIEDAD DE
FOMENTO
DE BELGRANO R



¿Por qué **reducir la velocidad salva vidas?**



ESCRIBE ANA BELEN EHULETCHE
PERIODISTA DE LA NACIÓN Y MAMÁS & NIÑOS SEGUROS

Cada día niñ@s de nuestro país sufren lesiones graves o fatales en siniestros viales. La problemática es global pero la solución no. La misma acción no genera igual resultado en cada ciudad o deberá

ser aplicada teniendo en cuenta costumbres, rutinas, cantidad de población y densidad del tránsito, entre otras cosas.

Desde *mamáseguras* creemos que el cambio es cultural y en eso mucho pesan las conductas individuales, pero nada tendrá más fuerza que las acciones colectivas sobre la seguridad vial: alcohol, velocidad, distracciones, producen la mayor cantidad de siniestros y son factores evitables.

Las calles limitadas a 30 km/h salvan vidas y protegen a todos los que las transitan, especialmente a los más vulnerables: peatones, ciclistas, personas mayores y personas con discapacidad. Cuando disminuimos la velocidad, ganamos espacio recorrido para pensar, actuar, responder ante un imprevisto, y evitar un siniestro. A menor velocidad:

- ✓ Es más probable que un conductor mantenga el control del vehículo.
- ✓ Se anticipe a peligros inminentes.
- ✓ La distancia recorrida en un momento dado es más corta.
- ✓ La distancia del frenado para un vehículo, después que el conductor reacciona y frena, será más corta.

Un peatón adulto tiene aproximadamente un 20% de riesgo de morir si es golpeado por un coche a 60 km/h, si baja la velocidad aumentan las posibilidades de sobrevivir, pero en el caso de los niñ@s, por su contextura física, la posibilidad de salir ilesos al ser arrollados por un vehículo es mucho más baja.

¿Querés que tus hijos crezcan en entornos seguros y saludables? Unite a la campaña: #CallesParaLaVida #Love30 para sumar zonas 30 km/h en ciudades y pueblos de todo el país. La sexta Semana Mundial de la Seguridad Vial de las Naciones Unidas @unroadsafetyweek se celebra del 17 al 23 de mayo de este año, exige calles de 30 km/h (20 mph) como estándar. Las calles de baja velocidad salvan vidas y son el corazón de cualquier comunidad. ☺

CALEIDOSCOPIO
LIBRO

Echeverría 3268 - (1428) Capital
Tel.: 4552-2144 - www.caleidoscopiolibros.com

FARMACIA

WASHINGTON

Festejamos junto a la Sociedad de Fomento
40 años acompañándolos en el barrio



Obras Sociales y Prepagas · Tarjetas de Crédito y Débito · Entregas a domicilio

La Pampa 4000 · Tel. 4555-7454 · 4553-5913

¿Cómo llevar a los más chiquitos en la bici?

ESCRIBE JIMENA OLAZAR
INTEGRANTE DEL EQUIPO MUJERES AL VOLANTE

LA MOVILIDAD DURANTE LA PANDEMIA ESTÁ VIVIENDO UNA SITUACIÓN HISTÓRICA, Y PEDALEAR POR LA CIUDAD YA ES UNA TENDENCIA INSTALADA. PERO A LA HORA DE TRASLADARNOS CON LOS MÁS CHIQUITOS DEBEMOS ADAPTAR LA BICICLETA CON UNA SILLA SEGURA.



Lo primero que debemos saber es que existen dos tipos de sillas. ¿Cuáles son las diferencias? ¿Qué debemos tener en cuenta a la hora de elegirla?

Las delanteras. Se sujetan en el manillar, te permiten controlar al bebé en todo momento y se suelen usar con los más chiquititos (no más de 15 kilos).

Las traseras. Otorgan más seguridad, ya que son más estables y te permiten observar mejor el camino. Por otra parte, para los chicos son más cómodas porque tienen un respaldo alto, que en algunos casos es reclinable.

“Teniendo en cuenta que la mayoría de los accidentes son choques frontales, es más seguro colocar la silla atrás, sin embargo hay mamás que prefieren llevar a su hijo adelante para poder

verlo y asegurarse que este todo bien. Pero en ambos casos, a la hora de elegir, es importante tener en cuenta diversos puntos que le brindarán confort y seguridad al paseo”, remarca Canaglia.

Anclaje o fijación. Para saber si podés instalarle una silla a tu bici tenés que identificar si su cuadro tiene los puntos para sujetar el portapaquetes. La fijación es un elemento crucial, ya que brinda la estabilidad necesaria para que la silla no se mueva.

Cinturón o arnés

Prestá atención al sistema de sujeción. Hay distintos tipos, los clásicos son por arriba de los hombros con un broche más simple, y los más complejos y avanzados vienen con un regulador de sujeción y un protector acolchado para no apretar al bebé. También es importante verificar el sistema de reposapiés, cómo se ajusta y qué seguridad brinda.



DESTACADO

Para usar la silla los más chiquitos deberán mantenerse erguidos y pesar menos de 22 kilos.

Ergonomía

Cuando ya estés más orientada, verificá la calidad de los materiales y si se adapta al uso que le vas a dar (viajes cortos, largos paseos, por asfalto, tierra, etc.).

Tené en cuenta que el respaldo debe superar la cabeza del bebé y los reposapiés tienen que adaptarse a su altura. Para lograr esto, algunas cuentan con “pies extensibles”. Además, contemplá que su forma debe ser cómoda para que el niño tenga una buena experiencia durante todo el viaje. Y tené en cuenta que algunas ofrecen un respaldo reclinable (hasta 20 grados), ideal para cuando el niño se duerme durante el trayecto. Yo recomiendo probar si se adapta bien al cuerpo de

quien la va a utilizar. La mayoría de modelos fue diseñada para soportar hasta 22 kilos.

REFLECTANTES: Si bien los podés comprar aparte, algunas los traen incorporados.

PRECIO: En el mercado existen modelos que van desde los \$2.500 hasta los \$25.000. Para tener una idea, las sillas que están homologadas cuestan hasta seis veces más que las otras, pero lo valen en materia de seguridad.

Desde MAV te recomendamos que te asesores en una bicicletería de confianza, sobre todo para verificar que se adapte bien a tu bicicleta y que no altere el sistema de frenado ni su maniobrabilidad. 📞

PASTELERÍA ARTESANAL TRADICIONAL Y NAVIDEÑA

CAKE DESIGNER - TORTAS DECORADAS

CLASES DE PASTELERÍA EN CASA Y A DOMICILIO

📷 @lasdemarengo 📱 las de marengo 🐦 @lasdemarengo

t:11 56610466 | lasdemarengo@gmail.com



MATERIALES ELÉCTRICOS - INSTALACIONES
ILUMINACIÓN - TELEFONÍA - ACCESORIOS TV
PORTEROS ELÉCTRICOS
REPARACIONES ELÉCTRICAS A DOMICILIO

Av. Elcano 3302 - Esq. Superí
info@elektronbelgrano.com.ar

4552-1878

www.elektronbelgrano.com.ar



Actividad física en tiempos de pandemia

Tips Recreativos Deportivos

ESCRIBE PATRICIO FERNÁNDEZ MANCINI
fpatricio445@gmail.com | Instagram: @pf_pato



Resulta sencillo decir que, con tan solo reiniciar la actividad, todo cambia. En realidad no es así: el cuerpo se acostumbró a un ritmo aletargado, diferente, y ahora “despertarlo” es complicado. Si buscamos un mecanismo que nos ayude a cambiar esa actitud por una mucha más eficiente, activa, vayamos para el lado del orden de prioridades; me estoy refiriendo a los cronogramas que no son tan amigables pero, en esta ocasión, pueden servir como puntapié inicial hacia el “benedito” envián que necesitamos.

Para eso realicé una serie de *tips* que pueden “ordenar” ese cronograma con algunas actividades y que, además puedas sugerir a alguien que este necesitando un consejo para volver a la actividad. Veamos:

Caminatas: son recomendables en adultos de 3 a 5 veces a la semana con duración de 60 minutos por

sesión. Tratá de llevarlas a cabo en lugares donde puedas conectar con la naturaleza o, si las hacés en forma estática (cinta eléctrica), sería ideal hacerlas frente a una ventana, balcón o jardín.

Estiramientos: siempre se realizan al principio y al final de cada sesión de actividad física. Aunque su objetivo es diferente. Los estiramientos previos son cortos y dinámicos (3-5 minutos), es decir, podés realizarlos con movimiento. En cambio, los estiramientos post ejercicio, son lentos y suaves, con una duración mayor de tiempo (8-12 minutos). No es recomendable finalizar la actividad y volver a la rutina diaria inmediatamente.

Cuando te lo pide el médico: una de las etapas más difíciles es cuando tu médico te sugiere iniciar la actividad física y no sabés cómo empezar porque todo es pesado y frustrante. En esos casos es importante pedir ayuda, invitando a compartir la actividad a un amigo, a un pariente, a la pareja, etc. Apelar a la curiosidad de conocer sitios nuevos es una buena idea, así como también realizar la actividad en horarios vacíos dentro de tu rutina, o de poca circulación de gente.

Si te reinventás: muchos pasamos por este cambio de actividad por razones de salud, edad, otras dificultades o sencillamente por la falta de deseo en relación a otra actividad que venías realizando. Podés cambiar de actividad, pero no de actitud. Si antes jugabas al fútbol, ahora -quizás- te sientas mejor practicando *running*; si antes jugabas al tenis, podría suceder que ahora te entusiasme más el paddle; si antes patinabas, ahora disfrutás pedalear por la ciudad. El secreto está en encontrar la actividad sustituta.

¡Listo! Estos *tips* ayudarán a acomodar tu nuevo cronograma de actividades; usalo un tiempo hasta que tu mente se adapte y se ordene sola; de ahí en más ya no lo vas a necesitar y vas a depender solamente de tu propio ritmo. No te dejes vencer por las dificultades del día a día y superá los obstáculos. ¡Que tengan buen comienzo de año! ☺



ANILINAS COLIBRI, EL COLOR!



Av. Alvarez Thomas 1350 - Cap. Fed. - Bs. As.
Tel.: 4551-1313/0235/2975 Fax: 4554-2612
E-mail: anilinascolibri@sion.com

¿Es verdad que el vino mejora con los años?



ESCRIBE JUAN MANUEL GARCÍA MONTIEL
LIC. EN MARKETING, EMPRESARIO Y COMUNICADOR,
FUNDADOR A FINALES DE LA DÉCADA DE LOS 90 DE
WINE & CHAMP.

¿Quién no ha escuchado esta frase o sus variantes alguna vez? Sin embargo esta afirmación

no es totalmente cierta ya que el vino es un producto que si bien va evolucionando a través del tiempo no siempre mejora y este hecho depende de infinidad de factores.

Todos los vinos tienen sus etapas de vida bien definidas: nacen y luego atraviesan el período de juventud hasta que llega a la madurez donde todas sus cualidades están en su máxima expresión. Ya sea en la bodega donde su carácter se termina de desarrollar o durante la guarda en la botella donde alcanza su plenitud siempre evolucionan, para bien o para mal.

Si los bebemos al final de su vida útil, sus características originales no estarán presentes ya que tarde o temprano les llega su periodo de declive e irremediamente su muerte.

No todos los vinos son diseñados para añejarse o para guarda en botella o bodega. En nuestro país, sin ir más lejos, la gran mayoría de ellos son elaborados con el objetivo de ser consumidos casi inmediatamente. Esto quiere decir que por propias características los llamados "vinos jóvenes", tan en boga en nuestras latitudes se vuelven avinagrados o rancios si se guardan más tiempo del que recomiendan los que lo

elaboran. Es por ese motivo conveniente leer las contraetiquetas donde el productor recomienda o no su guarda.

La capacidad de añejamiento de un vino es el resultado del proceso de vinificación al cual ha sido sometido. También inciden otros factores como el tipo de uvas que se han utilizado, los procedimientos que se han empleado para elaborarlos o al tiempo de guarda en las barricas. Es por eso que hay vinos que pueden tener capacidad de añejamiento de 5 años o hasta 25 años, y otros que son para consumirse dentro de los 24 meses posteriores a su elaboración.

Además, *no necesariamente el vino al añejarse se vuelve más rico*. Hay vinos con muchos años de guarda que para la mayoría de los mortales son insoportables: muy fuertes, pesados, con un retrogusto muy agresivo. Pero claro, esto depende como siempre del paladar de cada consumidor. ☺



GOURMET



Mousse de queso azul y almendras

Una sinfonía de sabores

ESCRIBE MARÍA MANZANO SMALL
HOME BAKERY & PASTRIES
11 56224574 | /BAKERYPASTRIES | MAIL: MARIAMANZANOSMALL_7@HOTMAIL.COM



INGREDIENTES

300 g DE QUESO AZUL
100 g DE ALMENDRAS PICADAS
300 g DE QUESO CREMA
CIBOULLETE A GUSTO

PREPARACIÓN

- Forrar con film una budinera y reservar.
- Procesar el queso crema

con el queso azul, agregar las almendras y el ciboullete, mezclar y poner la preparación en el molde, llevar a la heladera por espacio de 4 horas.

- Desmoldar y listo!!!! Como entrada fría acompañando una ensalada de hojas verdes o para comer con tostaditas o crackers.

CRACKERS (PARA ACOMPAÑAR LA MOUSE)

100 g DE AVENA
100 g DE HARINA INTEGRAL
3 CUCHARADAS DE SEMILLAS DE LINO, GIRASOL O SÉSAMO
1 CUCHARADITA DE SAL
1 CUCHARADITA DE POLVO DE HORNEAR
100 cc DE AGUA
1 CUCHARADA DE ACEITE NEUTRO

PREPARACIÓN

- Mezclar todos los ingredientes.
- Estirar la mezcla sobre una placa y llevar al horno hasta que la preparación tenga los bordes doraditos, retirar del horno y cortar en rectángulos.

Estudio Contable & Jurídico Dres. Ferreira

GRACIELA MICÓ DE FERREIRA
MANUEL OSVALDO FERREIRA
Contadores Públicos

FERNANDO GABRIEL MORINIGO
LEONOR FERREIRA MICÓ
Abogados

DESDE 1971 EN BELGRANO «R»

Juramento 1694 • Piso 15 "A" y 16 • C1428DRW • Bs. As. • Tel/Fax 4788.0774 / Rotativas
Cel 15.5748.2931 • E-mail moferreira2@yahoo.com.ar

ASÓCIESE

a la Sociedad de Fomento de Belgrano R y ayúdenos a seguir trabajando para mantener a nuestro barrio con la calidad de vida, el paisaje y los detalles únicos que lo caracterizan. Su aporte nos permitirá también continuar con las distintas campañas solidarias que llevamos a cabo año tras año.

BENEFICIOS DE SER SOCIO

- ASESORAMIENTO GRATUITO EN CUESTIONES URBANÍSTICAS Y BARRIALES.
- DESCUENTOS, BONIFICACIONES Y PROMOCIONES ESPECIALES EN LOS COMERCIOS DEL BARRIO ADHERIDOS (PRESENTANDO SU TARJETA DE SOCIO).
- RECIBIRÁ EN SU DOMICILIO LOS EJEMPLARES DE LA REVISTA "BELGRANO R ES TUYO" EN FORMA GRATUITA.



Más información en www.sfbelgranor.org.ar



COMPRO

ESTAMPILLAS (solo colecciones)
Postales, Archivos y Sobres de Correspondencia
Documentos y Fotos Antiguas,
Figuritas de Fútbol (anteriores a 1950),
Pasajes de Barco, Pasaportes Antiguos
PAGO CONTADO - TRATO HONESTO

Sr. M. ESTRADA
Celular - WHATSAPP - 11 6045 6250
mestrada3422@gmail.com



La Pampa 3415 - Belgrano R
4554-3040
@floreriailacalesita 115730-5174



47 AÑOS EN BELGRANO "R"
VESTIDOS DE FIESTA - ALFOMBRAS
CORTINADOS - CUEROS Y PIELS
•SUCRE 3006•
4787-4783

MERCADITO INTERNACIONAL

FRUTERIA - CARNICERIA
VERDULERIA - ALMACEN
FIAMBRERIA

La Pampa 3421
4552-3974 - 4551-7191



Electrónica DIZ

Componentes electrónicos • Electricidad
Audio • Telefonía • Computación

ACCESORIOS • HERRAMIENTAS • LÁMPARAS
PILAS • BATERÍAS • INSTRUMENTAL DE MEDICIÓN

TELEFAX
4543-9733

Olazábal 3930 C.P. 1430 - CABA
electronicadiz@fibertel.com.ar



Delikatessen

Quesos • Fiambres
Vinos • Dulces

LA PAMPA 3425 • TEL. 4551-4313

SE OFRECE SEÑORA PARA CUIDAR PERSONAS MAYORES Y BEBÉS CON AMPLIA EXPERIENCIA COMPROBABLE EN EL RUBRO DE SALUD Y CUIDADOS DE PERSONAS.

HORARIOS A CONVENIR.

CONSULTAS: CEL. 11 2785 0705
SRA. CARMEN.



CRUNCHIS & CROXI

40 AÑOS DE AMISTAD
Y APOYO A LA
SOCIEDAD DE FOMENTO
DE BELGRANO R



Fábrica de Pastas Frescas

Ricapasta

de Carlos A. Lema

Av. Elcano 3301
Tel.: 4554 - 1014 • 4551-5243

Nueva Sucursal Palermo:
Paraguay 4606 | tel. 4777-3008



Constituida el 27 de agosto de 1981.
 Personería Jurídica N° 000474/
 Inscripta en Inspec. Gral. de Justicia: Expte. N° 7958
 Legajo ROAC N° 173

SOCIEDAD DE FOMENTO DE BELGRANO R

COMISIÓN DIRECTIVA

- Presidente**
Sergio Mur
- Vicepresidente**
Juan Ferrando
- Secretario**
Matías Losoviz
- Tesorera**
Silvia Repila
- Vocales titulares**
Valeria Seiguerman, Irene Salazar, María Victoria Sartorio, Gerardo Sartorio y María Silvina Rocca
- Vocales suplentes**
Roberto Cuello, Norberto Figini y Carlos Prillwitz
- Órgano de Fiscalización Titulares**
Juan Miguel Bestani, María Cobelo y Silvia Rudin
- Suplentes**
Nicolás Tato y María Rosa Herrero

Belgrano R es tuyo

REVISTA BELGRANO R ES TUYO

Director
Sergio Mur

Colaboran en este número
 Eduardo Stafforini, Andrés Asato, María Rosa Viglione, Silvia Repila, Sergio Mur, Carlos Prillwitz, María Manzano Small, Ana Belén Ehuletche, Silvia Amuchástegui, Gerardo Sartorio, Patricio Fernández Mancini, María Silvina Rocca y Mirta Rosovsky.

Distribución y administración
 Irene Salazar, Valeria Seiguerman, María Rosa Viglione, Vicky Sartorio, Néstor Figini, Alfredo Yornet, Juan Ferrando, Silvia Amuchástegui y Gerardo Sartorio.

Coordinación Periodística
 Andrés Asato. Cel.: 15 5827-8234
 andres.asato@hotmail.com

Diseño Gráfico
 Cynthia Camauër
 graficabelgranor@gmail.com

Cobrador de la cuota societaria
 Silvina Kouyoumdjian
 Cel.: 15 6909-9848

www.sfbelgranor.org.ar

Facebook: SociedadFomentoBelgranoR

COMUNICÁNDONOS

Para tener una mejor comunicación con los vecinos decidimos organizarnos con dos mails de contacto:

INFORMACIÓN, PRENSA Y DIFUSIÓN

info@sfbelgranor.org.ar
 Pedidos de asociación, información sobre la revista, ofrecimientos de colaboración e inquietudes en general.

SEGURIDAD, LEGAL Y TÉCNICA

legalytecnica@sfbelgranor.org.ar
 Quejas sobre edificios en contravención, usos no conformes, construcciones clandestinas, apropiación del espacio público, problemática de la ex AU3, o toda anomalía que altere la estética barrial.



Foto: Daniela Da Mommio

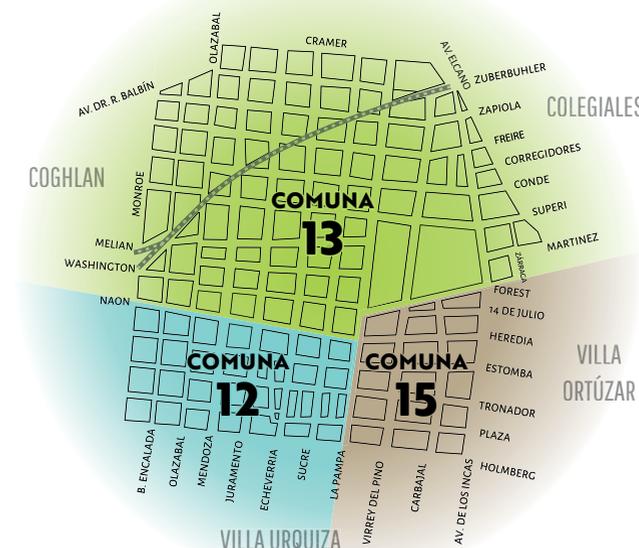
SEDE DE LA SOCIEDAD DE FOMENTO DE BELGRANO R

Horario de atención: sáb. de 10 a 13 h
Dirección: Zapiola 1920
Teléfono: 4784-1707
E-mail: sfbelgranor@gmail.com

DATOS ÚTILES

GUÍA RÁPIDA DE LAS COMISARÍAS DE BELGRANO R

Según en que parte de Belgrano R vivamos deberemos concurrir en caso de necesidad (ejemplo: una denuncia) a la Comisaría Comunal que corresponde a nuestra dirección.



COMUNA 12

COMISARIA COMUNAL 12
 Teléfono: 011 4546-5600
 Dirección: Ramallo 4398, C1430CQD CABA
 Comisario: Comisionado Mayor Jorge Alejandro Mesiano,

COMUNA 13

COMISARIA COMUNAL 13
 Teléfono: 4784-4047/9940
 Dirección: Artilleros 2081
 Comisario: Comisionado Mayor Jorge Azzolina

COMUNA 15

COMISARIA COMUNAL 15
 Teléfono: 011 4309-9615
 Dirección: Av. Guzmán 396
 Comisario: Comisionado Mayor Héctor Valdivia

URGENCIAS

Comisaría comunal 12

Tel.: 011 4546-5600
 Dirección: Ramallo 4398

Comisaría comunal 13

Tel.: 4784-4047/9940
 Dirección: Artilleros 2081

Comisaría comunal 15

Tel.: 011 4309-9615
 Dirección: Av. Guzmán 396

Comando Radioeléctrico 911

Emergencias Médicas 107

Bomberos 100

Defensa Civil 103

Hospital Pirovano
 Monroe 3555
Guardia: 4542-5552 | 9279

Consejo de Prevención Comunitaria

0800-777-3737

Ayuda al Niño 102

Dirección General de la Mujer
 0800-666-8537

Alcohólicos Anónimos
 Guardias telefónicas
 Intergupo Zona Norte: 4788-6646
 Capital: 4931-6666
 San Isidro: 4743-9587

Defensoría del Pueblo

Venezuela 842
 Tel.: 4338-4900 (líneas rotativas)
 0810-DEFENSORIA (333 3676)
 www.defensoria.org.ar
 defensoria@defensoria.org.ar

Defensa del Consumidor
 Esmeralda 340
 Tel.: 0800-999-2727

Emergencias o Guardia de Auxilio
 Llamar al 103

Denuncias Contravencionales

Ruidos molestos, etc: línea grat.
 0800-333-47225, atención las 24 hs.
 www.mpf.jusbaires.gov.ar
 Directo: 147, de lunes a viernes de 7:30 a 21:00 hs.

Retiro de Residuos Especiales, Podas, Escombros, etc
 147

Higiene Urbana
 4323-8000 int. 4011/4012

Iluminación
 Lesko: 0800-555-3756
 Ilubaires: 0800-888-8589

Centro de Reclamos e Información Ciudadana de Gobierno de la Ciudad de Bs. As.
 147

Delitos Ecológicos 4383-9586
Metrogas 4309-1050

Aysa 0800-3212482
Edenor 4346-8400
Edesur 4381-1313 | 4375-1313



Buenos Aires, _____ de _____ de 2021

Sr. presidente de la Sociedad de Fomento de Belgrano R. De mi consideración:

El que suscribe: _____

DNI: _____ Profesión: _____

Domicilio: _____

Teléfono: _____ E-mail: _____

Área de interés: _____

VALORES 2021: Cuota anual \$1200. Socio benefactor: \$2400

Sr. vecino, si Ud. aún no forma parte de la Sociedad de Fomento de Belgrano R, comuníquese por e-mail a: **info@sfbelgranor.org.ar** o envíe este cupón a: **Zapiola 1920. (C1428CXB) C.A.B.A., Argentina.**

Firma



AL BARRIO DE BELGRANO R
EN SU CENTÉSIMO CUADRAGÉSIMO ANIVERSARIO,
COMO HOMENAJE Y RECUERDO PERMANENTE

SOCIEDAD DE FOMENTO DE BELGRANO R
BUENOS AIRES ENGLISH HIGH SCHOOL • BELGRANO ATHLETIC CLUB



COLEGIO PESTALOZZI • ST. BRENDAN'S COLLEGE
PARROQUIA SAN JUAN • COMISARÍA 37
IGLESIA ANGLICANA SAN SALVADOR • COMUNIDAD BET ANTONIO
ST. MATTHEW'S SCHOOL • PRESBITERIANA SAN ANTONIO
SWORN UNIONS COLLEGE • CATHERINE'S MOORLAND
NO KOLBE

40 AÑOS HACIENDO HISTORIA EN EL BARRIO

Desde Opiel Inmuebles, felicitamos a la
Sociedad de Fomento de Belgrano R en su 40 aniversario.
Gracias por trabajar, día a día, en el desarrollo urbano y
cultural del barrio.

OPPEL

(5411) 4554 1444 | belgranor@opiel.com.ar | Echeverría 3288. Belgrano R

www.opiel.com.ar