

PREVENCIÓN DE CÁNCER GINECOLÓGICO Y DE COLON

32
añosp m
& USTED

agosto 2011

AÑO XVIII NÚMERO 212

Publicación para los Socios del
Plan Médico del Hospital Alemán**URGENCIAS**y pedido de
médico a domicilio**5777-5568****PLAN MÉDICO****4827-7070****CONMUTADOR**

(único número)

4827-7000

(líneas rotativas)

El cáncer se puede prevenir. Informe.

Continuando con las campañas de concientización y lucha contra el cáncer, invitamos al público a las **muestras educativas e informativas**, de carácter itinerante y gratuitas, sobre **Prevención del Cáncer Ginecológico y Cáncer de Colon**, a realizarse en los jardines del Hospital Alemán. ¡Los esperamos!

SEMANA DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER GINECOLÓGICO

Del **lunes 8** al
viernes 12 de Agosto
De 10 a 13 h. y 14 a 20 h.



➤ **INTERCONSULTAS GINECO-
ONCOLÓGICAS GRATUITAS**
con previo turno telefónico

➤ **CHARLAS INFORMATIVAS**
sobre **Prevención del Cáncer
Ginecológico:**

**Lunes 8, Jueves 11 y
Viernes 12 de Agosto**
de 11 a 13 h. y de 18 a 20 h.

SEMANA DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE COLON

Del **martes 23** al
viernes 26 de Agosto
De 10 a 13 h. y 14 a 20 h.



Colon Gigante

➤ **ENTREVISTAS PERSONALES Y
GRATUITAS** con el equipo multidisciplinario
de tratamiento de Cáncer Colorrectal

➤ **CHARLAS INFORMATIVAS**
sobre **Prevención, Diagnóstico y
Tratamiento del Cáncer de Colon:**

**Miércoles 24, Jueves 25 y
Viernes 26 de Agosto**
de 11 a 13 h. y de 18 a 20 h.

ABIERTAS A TODO EL PÚBLICO - GRATUITASMás información en www.hospitalaleman.com

AUSPICIAN AL COLON GIGANTE



Innovación para la salud.



Living science, transforming lives.





INFORMACIÓN
Y PREVENCIÓN

Cáncer Ginecológico



Cáncer de mama

El cáncer de mama es el tumor maligno más frecuente en la mujer. Representa el 16% de los cánceres femeninos en todo el mundo y su incidencia es cada vez mayor debido al incremento en la longevidad, sobre todo en países más desarrollados. Presenta una alta tasa de curación, si bien varía mucho entre los distintos países. El control del cáncer de mama se basa en estrategias de prevención, detección, diagnóstico y tratamiento en forma precoz.

Factores de riesgo

- Antecedentes familiares de cáncer de mama
- Exposición prolongada a estrógenos endógenos (inicio de ciclos menstruales en edades tempranas o menopausia en edades avanzadas)

En menor medida:

- Terapias de reemplazo hormonal
- Dietas hipercolesterolémicas
- Sobre peso, obesidad

Por otro lado, la lactancia juega un papel protector en esta enfermedad.

¿Cómo se presenta el cáncer de mama?

El cáncer de mama puede presentarse de forma asintomática o manifestarse a través de algunos signos como la presencia de nódulos, secreción sanguinolenta por el pezón, retracción de la piel, o a veces como una descamación del pezón.

En países desarrollados, donde la gran mayoría de la población concurre regularmente a los controles ginecológicos, el 80% de los



cánceres de mama se detectan en estadios iniciales (in situ) donde son asintomáticos y la curación es cercana al 100%.

Cáncer de endometrio

El endometrio es la mucosa que reviste las paredes internas del útero, órgano hueco y muscular de la pelvis femenina. El cáncer de endometrio representa el 6% sobre todos los cánceres que afectan a la mujer.

Factores de riesgo

Existen diferentes enfermedades que pueden asociarse con un mayor riesgo, como la obesidad, diabetes mellitus e hipertensión arterial. El principal grupo etéreo afectado es la mujer post- menopáusica (pico de incidencia 60 años).

Síntomas

En la mayoría de los casos se presenta con sangrado uterino fuera del período de menstruación en pacientes no menopáusicas o en cualquier momento para las post-menopáusicas. En la mayoría de las ocasiones el diagnóstico es precoz, favoreciendo su pronóstico y teniendo alta tasa de curación.

Diagnóstico

Son elementos de ayuda diagnóstica, la ecografía transvaginal que puede complementarse con Histeroscopia Exploradora y eventual biopsia, siendo éste el estudio de elección para su diagnóstico final.

Cáncer de ovario

El cáncer de ovario es una enfermedad infrecuente. El riesgo de una mujer de padecerla es de 1,5% en toda su vida.

¿A qué edad se presenta?

Es más frecuente en la posmenopausia con un mayor riesgo entre 55-65 años.

Síntomas

El cáncer de ovario no muestra ningún síntoma hasta que se encuentra avanzado en su desarrollo.

Éstos pueden incluir:

- Malestar abdominal
- Náuseas, vómitos, diarrea, estreñimiento
- Pérdida de apetito
- Sangrado anormal por vagina

Estos síntomas pueden ser causados no sólo por cáncer de ovario sino por otras enfermedades más frecuentes y menos graves.

¿Se dispone de estudios para diagnóstico temprano?

Si bien se han estudiado diferentes marcadores y métodos por imágenes, ninguno resultó ser eficaz para el diagnóstico precoz.

¿Cómo prevenirlo?

No se conocen métodos actuales para prevenir el cáncer de ovario pero se sabe que la paridad sería un factor protector junto con el uso de anticonceptivos.

Cáncer de vulva

La vulva es la zona comprendida por los genitales externos femeninos. El cáncer de vulva es una enfermedad poco común y que se desarrolla lentamente con el correr de los años. No se ha identificado ningún factor específico para desarrollarse. Se asocia a una lesión precancerosa denominada neoplasia intraepitelial vulvar (VIN) que puede evolucionar a cáncer vulvar por lo que es importante tratar esta afección.

Síntomas

Inicialmente no presenta síntomas o son muy inespecíficos y se confunden con otras patologías mucho más frecuentes. Éstos son:

- Prurito que no desaparece en la zona vulvar
- Hemorragia no relacionada con la menstruación
- Tumores vulvares
- Aumento de sensibilidad

¿Cómo se diagnostica?

Mediante el examen vulvar (vulvoscopía) y eventual biopsia de lesiones sospechosas.

Recomendación

Se recomienda a toda mujer en edad reproductiva que efectúe una consulta anual con su médico ginecólogo, quien le efectuará el examen mamario y le solicitará de acuerdo a su necesidad los estudios complementarios correspondientes.



DEUTSCHE OPTIK

*El mejor servicio personalizado
en anteojos, lentes de contacto, prótesis
y visión subnormal*

SOCIOS
PLAN ORO
30%
DE DESCUENTO

SOCIOS
OTROS PLANES
20%
DE DESCUENTO

SE APLICA ÚNICAMENTE UN DESCUENTO DEL 10% EN LENTES DESCARTABLES

AL LADO DEL HOSPITAL ALEMÁN

CASA CENTRAL: Av. Pueyrredón 1706 - C1119ACN - Bs As - Tel.: (54 11) 4827-8600 - Fax (54 11) 4827-0615 y SUCURSALES

En el Siglo XXI, Siempre Innovando

NUEVO MEDIO DE PAGO

rapipago
Venís, pagás y listo.

En cualquier sucursal de Rapipago podrá abonar la cuota del Plan Médico siempre que la misma no se encuentre vencida.

Consulta de red de sucursales:
www.rapipago.com.ar



aGenda

TALLERES NO ARANCELADOS - CUPO LIMITADO

¿Qué significa una alimentación equilibrada durante el embarazo?

FECHA: Jueves 4 de Agosto, de 10 a 12 h.

DISERTANTE: Lic. Graciela Pinto

CONSULTAS E INFORMES: Servicio de Alimentación - Tel. 4827-7000 internos 2200 y 7049



¡Hola papilla y algo más!

ALIMENTACIÓN INFANTIL COMPLEMENTARIA

FECHA: Martes 9 de Agosto, de 12 a 14 h.

LUGAR: Aula Usos Múltiples, Centro Materno Infantil

DISERTANTE: Lic. Graciela Pinto

DIRIGIDO A: embarazadas, padres y toda persona a cargo de la alimentación de niños de hasta 3 años

CONSULTAS E INFORMES: Servicio de Alimentación - Tel. 4827-7000 internos 2200 y 7049



Dermatitis Atópica

Con el objetivo de brindar información adicional a las familias que la padecen y de conocer cuáles son los inconvenientes que esta afección produce diariamente, realizaremos estos talleres complementando la información brindada a los padres en las consultas médicas.

FECHA: Sábado 17 de Septiembre, de 9 a 11 h.

DIRECTORA: Prof. Dra. Margarita Larraalde - Jefa Servicio de Dermatología

DISERTANTES: Dras. Paula Luna y Eugenia Abad - Staff Servicio de Dermatología

INFORMES: Servicio de Dermatología - Tel. 4827-7000 interno 2313



Descuentos preferenciales para Socios del Plan Médico en Assist Card.

Tel. 4827-7000 interno 2883 - Srita. Rocío Zambrano

BENEFICIO EXCLUSIVO PLAN MEDICO HOSPITAL ALEMAN / ASATEJ

Con todas las compras que realicen los socios del HA en Asatej, de cualquier producto, y que superen los 1000 dólares, se llevan de regalo 1 Gift Card de 25 dólares para utilizar en su próxima compra en Asatej*. Este beneficio tiene validez en las compras realizadas en todas las sucursales de Asatej y compras telefónicas que se realicen hasta el 30/09/2011. Para acceder al beneficio, los socios del HA deberán presentar su credencial vigente y el socio debe ser el pasajero.

ENCONTRÁ NUESTRAS SUCURSALES EN WWW.ASATEJ.COM.AR Y ELEGÍ TU PRÓXIMO VIAJE!!

* El vencimiento de las Gift Card es diciembre del 2011. Las mismas pueden ser utilizadas en la compra de todos los productos de Asatej por quien presente la tarjeta. Aplicable a todas las compras telefónicas y en sucursales. No aplicable a compras por internet.



Parking Larrea

TARIFAS ESPECIALES

para Socios del Plan Médico del Hospital Alemán, familiares y amigos

Contra la presentación de su credencial de socio y luego hacer sellar su ticket en la Recepción del Hospital Alemán

Larrea 1344 - Cap. Fed. - Tel.: 4821-8320



Hora: \$12.-
1/2 Estadía (12 hs.): \$48.-
1 Estadía (24 hs.): \$70.-



DESAFÍO ILVEM PARA SOCIOS PENSANTES

ILVEM presenta este espacio para jugar y ganar resolviendo problemas de su carrera de Técnicas de estudio, Lectura Veloz, Memoria, Oratoria e Inteligencia.

Consigna:

En un country hay 100 casas. Se llama a un artesano para que fabrique números para todas. ¿Cuántos nuevos deberá realizar? Ejemplo, uno para la casa 9, otro para la casa 19, etc.

Respuestas: a concursos@ilvem.com o por teléfono al 4821-5411

Resultados del desafío Plan Médico & Ud. mes de Julio '11:

Consigna:

Si un caballo va de norte a sur, ¿hacia dónde apunta su cola?

Respuesta: Hacia abajo.

Ganadores: Pilar Galimany, Dirce Barbieri y Pablo Arkenbeng.

Premio para todos los que aciertan y resultan sorteados: Media beca en cualquier curso a elección.

Premio general: Todos los que participaron se hicieron acreedores a un demotest gratuito para medir su rendimiento intelectual y el potencial de desarrollo.

Informes sobre premios: Tel. 4821-5411

Porque mañana, a lo mejor, nos hace falta...

Donemos sangre.



Sea donante voluntario.

SERVICIO DE HEMOTERAPIA:

Lunes a Viernes de 7 a 12 h.
y Sábados de 7 a 9.30 h.

INFÓRMESE SOBRE EL SEGURO DE SANGRE

Tel. 4827-7000 - ints. 2294/2283/2935/2236
shemoterapia@hospitalaleman.com

Centro Optico Lunette

Planes Especiales Hospital Alemán

* Av. Dorrego 2646 - Cap. Fed.
Tel/Fax: 4775-5485

* Juncal 2744 - Cap. Fed.
Tel/Fax: 4821-3756

* Av. Caseros 1899 - Cap. Fed.
Tel/Fax: 4304-2303

Correo de lectores



NOTA Sra. María Fernanda y Sr. Matías Giacomini
Socios del Plan Médico

Queremos dar gracias a toda la gente del Hospital por habernos acompañado en el nacimiento de nuestro hijo Francisco el pasado 13 de diciembre. Especialmente queremos destacar la dedicación de todo el personal que trabaja en el área materno infantil, médicos y enfermeras que con calidez brindaron lo mejor de sí para hacer nuestra estadía grata y facilitarnos la tarea con la llegada del bebé. Por último tenemos que destacar la profesionalidad, amabilidad y dedicación del Dr. Tomás Sassano, quien desde su experiencia nos ha brindado tranquilidad, que se suma a una atención inmejorable. Muchas gracias por todo a quienes forman parte del Hospital Alemán.

Por razones de espacio y de estilo, Plan Médico & Usted® podrá seleccionar el material y editarlo. La fecha de publicación está supeditada al espacio disponible en el boletín. Los mensajes deben enviarse a: pmyud@hospitalaleman.com



CURSOS DE ALEMÁN

Goethe - Institut Buenos Aires

La Goethe-Institut Buenos Aires ofrece cursos de alemán extensivos e intensivos. Si desea conocer más de cerca Alemania y su cultura puede también realizar un curso de alemán en dicho país.

Informes e Inscripción: Corrientes 319 - Cap. Fed. - Tel.: 4318-5600
E-mail: cursos@buenosaires.goethe.org - www.goethe.de/buenosaires



Institución Cultural Argentino-Germana

La institución Cultural Argentino-Germana anuncia que está abierta la inscripción para los cursos de nivel inicial y regulares, como así también clases de conversación para nivel avanzado. Los Socios del Plan Médico cuentan con un 10% de descuento en los cursos regulares.

INFORMES

M.T. de Alvear 2051 - Cap. Fed. - Tel./Fax: 4824-4038 / 4824-8383
E-mail: culturalag@hotmail.com - www.argentinogermana.org.ar
Lun. a vie. 14.30 a 20 h.



CURSOS RÁPIDOS DE ILVEM

ILVEM dicta cursos presenciales, e-Learning e In-Company de Lectura veloz, memoria, métodos de estudio, concentración, oratoria, inteligencia, diseño web y multimedia (Flash, Dreamweaver, Premiere, Director); diseño gráfico (CorelDRAW, Illustrator, Photoshop, QuarkX Press, 3D Studio Max, AutoCAD); gestión comercial web (e-Commerce, e-Mail Marketing); Ofimática (Office, Dactilografía, Microsoft Project, Writer OpenOffice.org); Programación (Visual Basic, ASP.NET, PHP) y sistemas (Windows, Linux, Redes). Clases demostrativas gratuitas.

Descuentos para Socios del Plan Médico del Hospital Alemán.

Informes: Tels.: 4821-5411 / 4334-5403 - www.ilvem.com - info@ilvem.com



CASA CENTRAL
Sarmiento 378 piso 6º, Tel: 5278 4400

UNICENTER
Paraná 3745 local 3025 nivel 3º, Tel: 5278 4450

www.maxinta.com



Silvia Coladangelo



SERVICIO PERSONALIZADO DE VENTAS

VENDA CON NOSOTROS EN UN FIN DE SEMANA

Desde hace 10 años nos ocupamos en Vender Personalmente con éxito el contenido completo de la propiedad con sus pertenencias Antiguas o Modernas por Mudanzas, Sucesiones, Traslados. Ofreciéndoles soluciones inmediatas, asesorándolos de forma personalizada, profesional y con organización, experiencia y seriedad.

- Tasaciones y asesoramientos
- Seguridad privada profesional

- Referencias comprobables
- Importante cartera de clientes

Tel.: 4723-6445

Cel.: 15 5307-7230

www.silviacoladangelo.com

Descuentos a SOCIOS DEL PLAN MÉDICO



RECORDATORIO DE FECHAS

- 2/8** Día del Trabajador Gastronómico
- 4/8** Día del Panadero
- 6/8** Día del Veterinario
Día del Agrónomo
- 9/8** Día Internacional de las Poblaciones Indígenas del Mundo
- 11/8** Día del Dietista
¡Muchas Felicidades a nuestros profesionales en su día!
- 12/8** Día Internacional de la Juventud
- 15/8** Día de la Asunción de la Virgen María
- 17/8** Aniversario del Fallecimiento del Gral. José de San Martín
Feriado trasladado al Lunes 15 de Agosto.
Las oficinas del Plan Médico permanecerán cerradas y en el Hospital Alemán se atenderán solo urgencias.
- 21/8** Día del Niño
- 22/8** Día Mundial del Folklore
Día del Folklore Argentino
- 24/8** Día del Agricultor
- 25/8** Día del Peluquero
- 26/8** Día Nacional de la Solidaridad
Día del Actor
- 29/8** Día del Abogado
- 31/8** Día de la Partera

FUENTES

www.me.gov.ar
www.odonnell-historia.com.ar (Mario O'Donnell)
www.mendoza.edu.ar/efemerid



Actualizaciones de cartilla

AGOSTO 2011



PROFESIONALES

CIUDAD DE BUENOS AIRES

• CIRUGÍA GENERAL

Baja de consultorio:

Dr. Iovaldi, Mario

Av. Seguro 2127

Baja de consultorio:

Dr. Mohaidle, Aldo

Juncal 2449

• DERMATOLOGÍA

Modificación de horario de atención
y teléfonos:

Dra. Larralde, Margarita

Arenales 2557 - 1° "A"

Tels. 4823-3353/0919

Solicitar turno

• GASTROENTEROLOGÍA

Baja de consultorio:

Dr. Mohaidle, Aldo

Juncal 2449

• KINESIOLOGÍA

Modificación de horario de atención:

Klga. Almaraz, Alejandra

Sánchez de Bustamente 1624

Tel. 4821-7308

Lunes, miércoles y viernes 7.15 a 12.30 h.

Alta de profesional:

Lic. Lavía, Sebastián

Nazarre 2900 - PB

Tel. 4504-4688

Lunes a viernes 8 a 12 h. y 15 a 20 h.

Sábados 8 a 12 h.

Baja de consultorio:

Klgo. Rojas, Fernando

Azcúenaga 1433

Modificación de días de atención:

Klgo. Serrano, Diego

Lambaré 962

Tel. 4923-2882 - Cel. (15) 3559-2620

Solicitar turno

• ONCOLOGÍA CLÍNICA

Alta de profesional:

Dra. Gatica, Gabriela

Av. Pueyrredón 1443 - 7° "B"

Tels. 4822-7076 / 4824-5711

Solicitar turno

• SALUD MENTAL PEDIÁTRICA

Modificación de consultorio:

Lic. Durlach, María Pía

Anula: Junín 1542

Nuevo: Anchorena 1450 - 1° "A"

Cel. (15) 6541-1668

Solicitar turno

Modificación de consultorio:

Lic. Talani, Silvina

Anula: Terrada 1026

Nuevo: César Díaz 4352

Cel. (15) 6005-1364

Solicitar turno

• TERAPIA OCUPACIONAL

Alta de profesional:

Lic. Sernaqué Gutiérrez, Gladys

Av. Avellaneda 2313 - 6° "B"

Tel. 3980-2248 / Cel. (15) 5782-8217

Solicitar turno

Alta de profesional:

Lic. Vales Flores, María del Mar

Virrey del Pino 2686 - 1° "A"

Tel. 4787-6917 - Cel. (15) 6647-9361

Martes y jueves 18 a 20 h.

ODONTOLOGÍA

Módulos OI/MG

CIUDAD DE BUENOS AIRES

Alta de profesional:

Dra. García Ortíz, María Soledad

ODONTOPEDIATRÍA

Av. Pueyrredón 1770 - 6° "C"

Tel. 4821-0194

Baja de profesional:

Dra. Fernández, Fanny

PERIODONCIA

Av. Seguro 2127

Baja de profesional:

Dra. Frydrych, Bárbara

PERIODONCIA

Av. Seguro 2127

Baja de profesional:

Dra. Trevisiol, Noelia

ODONTOLOGÍA GENERAL

Av. Seguro 2127

FARMACIAS

CIUDAD DE BUENOS AIRES

Alta:

FARMALINE

Echeverría 3187

Tels. 4547-3500/1/2 - BELGRANO

Alta:

GÜEMES

Güemes 3787

Tel. 4823-9680 - PALERMO

ZONA NOROESTE

Baja:

CENTRAL

Gral. Urquiza 4812 - CASEROS

REGLAMENTO GENERAL Y CARTILLA DE PRESTADORES

Recordamos a los Socios que pueden consultar
el Reglamento General del Plan Médico y su
cartilla de Prestadores en nuestra página web:
www.hospitalaleman.com

EGA IMPRENTA
Centro Gráfico autorizada AFIP

Recetarios	Bajadas Color
Tarjetas	Bajadas B/N
Sobres	Posters congresos
Volantes	Imanes, stickers.

**15% descuento en impresiones color
a Socios del Plan Médico HA**

4966-0096
Laprida 1114 Cap
graficaega@yahoo.com.ar

MARIA MARANESSI

VENDA SEGURO Y CON SEGURIDAD EN SU DOMICILIO A LOS MEJORES PRECIOS.

Beneficios para socios: Tasaciones y seguridad sin cargo. Descuentos en publicidad.	Cuadros, Muebles, Objetos y Obras de Arte al mejor valor de plaza.	Vendemos el contenido completo de su propiedad por Mudanzas, Sucesiones, Traslados. Amplia publicidad o estricta reserva, usted elige.
--	---	---

• Carpeta de presentación de ventas efectuadas verificables.
• Resumen de venta computarizado.

• Atención profesional personalizada.
• Compradores directos nacionales y extranjeros.

Tel.: 4744-7392 / 4725-4412
Cel.: 15-4411-3398 / 15-3181-5170

www.mariamaranessi.com

info@mariamaranessi.com
maria@mariamaranessi.com



Las actividades aquí detalladas son aranceladas e incluyen descuentos especiales para los Socios del Plan Médico del Hospital Alemán, contra la simple presentación de su credencial:

COMPUTADORAS

Servicio Técnico especializado en Windows. Detección y limpieza de Virus, Spyware, Malware Spybots, Trojans, etc. Actualizaciones de seguridad. Cambio de Sistema Operativo. Cambio de Disco Rígido. Backup completo de archivos. Armado, Reparación y Venta de computadoras a medida, con los mejores componentes de cada marca. Atención a domicilio y urgencias. Socios del Plan Médico: precios especiales.
Informes: Sr. Carlos Nava Lun. a vie. de 12 a 20 h. Tel. 4807-0522 - Cel. (15) 6935-2933
Mail: pcxpress@arnet.com.ar

REIKI TRADICIONAL USUI

Graciela C. Di Buccio • Terapias Alternativas
Master Reiki - Terapeuta Holística
Reiki equilibra y desbloquea nuestros centros energéticos, así **la energía personal liberada fluye**, permitiendo nuestra **curación y autosanación. Amplia experiencia en atención de personas que están recibiendo tratamiento oncológico. Armonización y alineación en embarazo y parto.**
Atención personalizada en consultorio, domicilio e internación. Primera consulta sin cargo y descuentos especiales para Socios del Plan Médico.
Informes: Tel. 4521-9943 - Cel. (15) 5345-8255
E-mail: gradibuccio@yahoo.com.ar
www.amatistaluzreiki.com.ar

REIKI - SISTEMA USUI

Técnica milenaria japonesa de armonización natural de la salud, que integra cuerpo-mente-espíritu, complementaria en el tratamiento de distintas afecciones. Permite incrementar la energía para así lograr una mejor calidad de vida. Sesiones individualizadas. Simple o tratamiento completo (4 días - 1 hora por día). En consultorio o a domicilio. Cursos y seminarios. Aranceles reducidos para Socios del Plan Médico. Primera consulta sin cargo.
Informes: Patricia de la Torre (Master Reiki) Cel. (15) 4093-4519
E-mail: delatorreconsult@hotmail.com

COMPRO ANTIGÜEDADES, OBRAS DE ARTE ANTIGÜO Y CONTEMPORÁNEO

Carolina Silvani

Antigüedades en general. Pintura - muebles (TODOS LOS ESTILOS: retro, diseño, Art Deco) Cristal, Murano, Vidrios firmados, Marfil, bronceos firmados, iluminación.
COMPRO CASAS COMPLETAS. Consulte sin compromiso. Beneficios a Socios del Plan Médico.
Informes: Tel. 4519-5606 - Cel. (15) 5228-9384
Nextel: 54*593*633 - carosilvani@yahoo.com.ar

SHIKE PILATES, STRETCHING, YOGA, RPG

¡Sumale salud a tu cuerpo!

Reserva tu clase de prueba SIN CARGO.
15% de Descuento a Socios del Plan Médico.
Informes: Av. Santa Fe 2653 - 1º Piso - Local 43
Tel. (15) 6894-2769 / (15) 5937-2942
E-mail: shikepilates@gmail.com

MASAJE COMPARATIVO

Relación causa-efecto

Técnicas de relajación de cráneo a pies, según los síntomas y/o diagnóstico.
Tratamiento puntual del dolor y de contracturas musculares. Testeo ergonómico.
Ejercicios propioceptivos que incrementan la flexibilidad de la columna vertebral y mejoran la actitud postural y el alineamiento.
Conéctese con su bienestar, no sostenga dolores, obtenga elasticidad en sus músculos, fluidez y seguridad en sus movimientos.
Socios del Plan Médico, descuentos especiales.
Informes: Lic. Patricia V. Sniderman (UBA) - MN 8700
Tel. 3527-7509 - Cel. (15) 5659-8056
E-mail: psniderman@yahoo.com.ar
Consultorio: Av. Pueyrredón y Lavalle

YOGA EN BELGRANO - SRA. OLGA

Ud. puede flexibilizar su columna y sus articulaciones sin importar su estado físico. Si hay un sector del cuerpo imposibilitado, no dejemos de trabajar el resto.
Los 25 años de experiencia permiten asegurarle que Ud. en poco tiempo comprobará los resultados. No es magia, es perseverancia.
Socios del Plan Médico: **una clase individual sin cargo.**
Informes: Tel. 4783-6381
E-mail: ozurbano@yahoo.com.ar
Zona: Av. Cabildo y José Hernández

CURSOS DE COMPUTACIÓN

Lic. Laura M. Gerendi (UBA)

Ing. Rubén Real (UBA)

Individuales, totalmente prácticos y con material incluido. Windows, Word, Excel, Powerpoint, Internet, etc. Desde cero o desde cualquier nivel. En nuestro estudio o a domicilio.
Especialidad personas adultas, adultos mayores y/o con discapacidad leve. Flexibilidad horaria.
Informes: Tel. 4925-7691
E-mail: lgerendi@speedy.com.ar

PROF. LIC. MARTÍN I. CIERI, MA

Lengua Inglesa

Clases de Inglés individuales o grupales. TOEFL / FCE / CAE / CPE
Conversación / Traducciones
15% de descuento a Socios del Plan Médico
Informes: Tel. 4374-9109
E-mail: martincieri@hotmail.com

PROFESORA DE INGLÉS - TRADUCTORA

Clases de apoyo de Inglés a niños y adolescentes. Clases de Inglés y conversación -individuales o grupales- todos los niveles. Zona San Telmo - Puerto Madero.
Descuento especial a Socios del Plan Médico
Informes: Tel. 4519-4272 / Cel. 156821-0001
E-mail: virgabriel@yahoo.com.ar

Aasiscom

Acompañantes en Sanatorio y Domicilio

Nuestros servicios:
Prepago
Cuidadores eventuales o permanentes
Personal capacitado
Calidez y responsabilidad

BENEFICIO ESPECIAL
"AFILIADOS AL HOSPITAL ALEMÁN"

La Tranquilidad de Sentirse Protegido

Paraná 976 1ºB, Cap. Federal 4813-7748 / 4811-4601
 asesora@asiscom.com.ar www.asiscom.com.ar

Se deja constancia de que el Plan Médico del Hospital Alemán no avala, en modo alguno, los servicios publicados en este boletín y, consecuentemente con ello, cualquier reclamo que quiera realizarse respecto de su calidad deberá dirigirse, exclusivamente, a los respectivos anunciantes.



Excelencia y confiabilidad. Palabras mayores para nuestros mayores.

En el Hogar Los Pinos trabajamos para que nuestros mayores encuentren todo lo que necesitan para tener una vida plena e independiente. Por eso ofrecemos departamentos individuales con baño privado, atención personalizada las 24 horas y amplios espacios verdes para que puedan disfrutar más de su estadía. Además, nuestro exclusivo programa de nutrición, se basa en una dieta balanceada y centrada en sus necesidades particulares, garantizando el perfecto cuidado de su salud.

Los invitamos a conocer Los Pinos.
Un lugar para que nuestros mayores se sientan como en casa.



hogar los PINOS

DWG - SOCIEDAD ALEMANA DE BENEFICENCIA

Colombia 1340, El Talar - Tel.: 4736-1876 - E-mail: dwg1917@interserver.com.ar - www.dwg.org.ar