

33 años

# Plan Médico & Usted

AÑO XX

NÚMERO  
234junio  
2013¡FELIZ DÍA  
PAPÁ!

PLAN MÉDICO &amp; USTED 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)

LEA CON ATENCIÓN

## Reduzca su cuota del Plan Médico

Si Usted es monotributista o trabaja en relación de dependencia, puede aprovechar el aporte obligatorio que realiza a su obra social para reducir su cuota del Plan Médico.

### ¿CÓMO DERIVO MIS APORTES Y REDUZCO MI CUOTA DEL PLAN MÉDICO?

El Plan Médico del Hospital Alemán posee convenio con distintas Obras Sociales con las cuales usted puede derivar sus aportes.

Por favor lea detenidamente la información que se detalla a continuación y, si se encuentra en alguna de las siguientes condiciones, podrá reducir su cuota del Plan Médico mediante derivación de aportes:

**a-** Si Usted está en relación de dependencia o es monotributista y no cambió de Obra Social en los últimos 12 meses.

**b-** Si Usted en breve estará en relación de dependencia y aún no tiene asignada o no eligió su Obra Social.

**c-** Si Usted se inscribirá próximamente como monotributista y aún no decidió cuál será su Obra Social.

### ¿CÓMO REALIZO EL TRÁMITE PARA DERIVAR MIS APORTES Y REDUCIR MI CUOTA?

Su Usted es Socio del Plan Médico del Hospital Alemán y se encuentra en alguna de las condiciones mencionadas (monotributista o personal en relación de dependencia) puede aprovechar los aportes que realiza para reducir la cuota mensual del mismo.

**El procedimiento es muy sencillo:** debe optar por alguna de las obras sociales que poseen convenio con el Plan Médico del Hospital Alemán.

### MONOTRIBUTISTAS Y PERSONAL DENTRO DE CONVENIO COLECTIVO DE TRABAJO

OBRA SOCIAL	LUGAR Y HORARIO	DOCUMENTACIÓN A PRESENTAR
<b>A.P.S.M.B.A.</b> <b>Obra Social del Personal Superior de Mercedes Benz</b> Av. Lisandro de la Torre 59 Capital Federal Tels. 4641-7479 / 4643-0326 traspasos@apsdca.com.ar	<b>Sede de la Obra Social:</b> Lunes a Viernes de 9 a 16.30 h.  <b>Hospital Alemán:</b> Sábados de 9 a 12,30 h.*	<b>Relación de dependencia:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fotocopia de los 2 últimos recibos de sueldo</li> <li>• En caso de cambiar de Obra Social se debe presentar el formulario de <b>Libre Elección de Obra Social</b> certificado por Banco, Policía o Escribano</li> </ul> <b>Monotributista:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 Fotocopias de los 2 últimos pagos de monotributo</li> <li>• 1 Fotocopia del Formulario 184/F (formulario que informa la Obra Social que eligió)</li> <li>• 1 Fotocopia del Formulario 152/F (credencial de pago de monotributo)</li> </ul> <b>En todos los casos:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 Fotocopias de 1° y 2° hoja DNI</li> <li>• Credencial del Plan Médico</li> </ul>

\*Solamente con entrevista previa llamando al 4641-7479

**PERSONAL DE DIRECCIÓN:** Obra Social **ASE** y **OSDEPYM**

Consúltenos al **4827-7000 ints. 2621/2/3** o bien diríjase al área de Recursos Humanos de su empresa empleadora.

Según el Decreto 446/2000, el trabajador podrá ejercer el derecho de cambiar de Obra Social sólo una vez al año. Dicho cambio se hará efectivo a partir del primer día del tercer mes posterior a la presentación de la solicitud.

# Psoriasis



La **psoriasis** es una enfermedad inflamatoria principalmente de la piel y las articulaciones. Tiene un curso crónico y afecta entre el 2 y el 5% de la población, teniendo un pico de incidencia en los adultos jóvenes, aunque pueden verse casos tanto en niños como en ancianos.

En la actualidad se la reconoce como una enfermedad inmunológica con una importante predisposición genética, en la cual los factores externos como las infecciones, el stress y los traumatismos locales gatillan o perpetúan las lesiones.

Las manifestaciones clínicas y el grado de severidad es muy variado. Hay pacientes que sólo presentan pequeñas áreas rojas en codos y rodillas hasta otros que presentan compromiso de casi toda la piel. En algunas oportunidades se presenta como un brote repentino de pequeñas lesiones (llamadas gotas) en la piel del tronco, mientras que en otras puede aparecer como pústulas (granitos con pus) en las palmas y las plantas.

Por lo general es asintomática, pero hay pacientes que refieren picazón, dolor y/o ardor.

En los últimos años se ha reconocido que los pacientes con psoriasis tienen un riesgo aumentado de hipertensión e hiperlipidemia.

A pesar de que la mayoría de las veces no es una enfermedad grave, puede generar una importante afectación en la calidad de vida de quienes la padecen y de su entorno.

No existen curas mágicas para solucionar definitivamente la psoriasis, pero hay un gran número de medicamentos y estrategias para mejorarla notablemente.

El compromiso articular ocurre en aproximadamente 15% de los pacientes que padecen psoriasis en la piel. En general el inicio de los síntomas articulares ocurren cuando la piel está clínicamente afectada, pero puede iniciar concomitantemente o preceder a la misma.

Las articulaciones afectadas abarcan miembros superiores, miembros inferiores, la columna vertebral, las articulaciones sacroilíacas, los tendones y las bursas. Pueden estar afectadas una o varias localizaciones del esqueleto que se pueden ir agregando en forma aditiva con el correr del tiempo.

Al igual que en la piel, los tratamientos deben individualizarse en cada paciente dependiendo de la extensión de la enfermedad, del compromiso de la calidad de vida, del estado funcional, de otras enfermedades concomitantes y del adecuado análisis de los fármacos que esté recibiendo cada uno.

De esta manera el médico junto a cada paciente propondrá el tratamiento más adecuado.

**Dra. Cecilia A. Asnal** • Servicio de Reumatología

**Dra. Paula C. Luna** • Servicio de Dermatología

**charla  
gratuita**

ABIERTA A LA  
COMUNIDAD

## Psoriasis y síntomas articulares: no sólo un problema de piel

**Martes 2 de julio**  
15 a 17 h.

### COORDINADOR:

**Dr. Alejandro Nitsche**  
Jefe del Servicio de Reumatología

### DISERTANTES:

**Dra. Paula Luna**  
Servicio de Dermatología

**Dra. Cecilia Asnal**  
Servicio de Reumatología

### LUGAR:

Salón de Actos del  
Hospital Alemán • Entrepiso

### INSCRIPCIÓN:

Servicio de Dermatología  
**Tel. 4827-7000, int. 2323**  
Destinado a público en general

**ACTIVIDAD NO ARANCELADA**  
**VACANTES LIMITADAS**

**SOCIOS  
PLAN ORO  
25%  
DE DESCUENTO**

**PFÖRTNER**  
DEUTSCHE OPTIK

**SOCIOS  
OTROS PLANES  
20%  
DE DESCUENTO**

*El mejor servicio personalizado  
en anteojos y lentes de contacto*

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

J.G. PLASTIFICADOS

## PISOS DE MADERA

COLOCACIÓN • REPARACIONES  
PULIDO Y PLASTIFICADO  
HIDROLAQUEADO

☛ Tel. 2060-5213 ☛  
☛ Cel. (15) 4084-7649 ☛

Don Bosco 3925 - PB "C"  
1206 - Capital Federal

DESCUENTOS ESPECIALES A  
SOCIOS DEL PLAN MEDICO



## Fibromialgia y enfermedades asociadas

**Viernes 7 de junio • 15 h.**

### COORDINADOR:

**Dr. Alejandro Nitsche** *Jefe del Servicio de Reumatología*

### DISERTANTES:

**“Dolor generalizado. Diagnósticos diferenciales.”**

• **Dra. Catherine Crow** *Servicio de Reumatología*

**“Me duele todo el cuerpo y me derivan al psiquiatra.”**

• **Dra. Ingrid Brunke** *Servicio de Psiquiatría*

**LUGAR:** Salón de Actos del Hospital Alemán

**INSCRIPCIÓN:** Tel. 4827-7000, int. 2050 de 14 a 16 h.



## Alimentación complementaria

**Martes 13 de agosto • 12 a 14 h.**

Alimentar a un niño significa mucho más que dar de comer. Es una experiencia de vida, un lugar de encuentro y comunicación. En este simple acto se le brinda también afecto y cuidados. Este vínculo es reconocido como un componente fundamental para lograr un desarrollo psicosocial adecuado. Es importante que el equipo de salud acompañe este proceso brindando el apoyo que cada familia necesita ya sea en relación a la calidad nutricional de la alimentación, a la elaboración de la misma como a promover comportamientos y prácticas adecuadas.



### DISERTANTE:

**Lic. Graciela Pinto**

**INSCRIPCIÓN:** Servicio de Alimentación - Tel. 4827-7000 ints. 2200 y 7049

## Estimado Socio

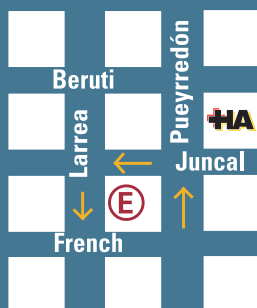
Le recordamos que es obligatorio presentar la credencial del Plan Médico con su Documento Nacional de Identidad al momento de requerir la atención en los servicios del Hospital. **MUCHAS GRACIAS**

## 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**



## 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:

Un optimista que no tenía nada de ropa que ponerse dijo: me pongo c - - t - - o. Complete el espacio.

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

**Resultados del desafío Plan Médico & Ud. mes de Mayo '13:**

### Consigna:

En un túnel de 50 metros de largo, ingresa un camión. ¿Hasta cuántos metros podríamos decir que puede entrar?

**Respuesta:** Hasta los 25 metros, luego comenzaría a salir.

**Ganadores:** Inés Fernández de Ferrari, Andrés Fernando Ruiz Fonseca y Mónica Suaya.

### 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

## 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.org.ar](http://www.hospitalaleman.org.ar)

## 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. Nidia Carranza Oviedo**  
*Socia del Plan Médico*

Agradezco a la Dra. Angélica Scheucher la atención domiciliar que me ha sido prestada por el "Equipo de dolor y cuidados paliativos" el cual coordina. En especial quiero destacar la idoneidad, continencia y amoroso cuidado que me dispensaron durante 3 meses: el Dr. Jorge Meyer, la Lic. Daniela Baró y la Lic. Julieta Pavón que concurren a mi domicilio para "recuperarme".

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: [pmiud@hospitalaleman.com](mailto:pmiud@hospitalaleman.com)

## CURSOS DE ALEMÁN

### • Institución Cultural Argentino Germana

Desde 1922 en la enseñanza del idioma alemán y la difusión de la cultura alemana

#### **CURSO INTENSIVO DE ALEMÁN (nivel inicial)**

Diseñado especialmente para lograr avanzar un nivel en corto tiempo de manera muy sencilla.

- Estudiará en grupos reducidos, agilizando el trabajo individual.
- Contará con todo nuestro apoyo personalizado, para facilitar el aprendizaje de manera simple y amena.
- Nuestros docentes son calificados profesores de lenguas, alemanes nativos y argentinos descendientes de alemanes capacitados en Alemania.

**Informes e inscripción:** [info@argentinogermana.org.ar](mailto:info@argentinogermana.org.ar) / [culturalag@hotmail.com](mailto:culturalag@hotmail.com)  
Marcelo T. de Alvear 2051 - Tel. / Fax: (+54) 011 4824-4038/8383  
[www.argentinogermana.org.ar](http://www.argentinogermana.org.ar)

### • 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  
[cursos@buenosaires.goethe.org](mailto: cursos@buenosaires.goethe.org) - [www.goethe.de/buenosaires](http://www.goethe.de/buenosaires)

## CURSOS ILVEM

Ilvem dicta cursos de memoria, métodos de estudio, lectura veloz, oratoria, inteligencia, PNL informática, marketing digital, test vocacional. Talleres gratuitos días lunes 18 h., miércoles 19 h. y jueves y sábados 11 h.

**Informes:** Mansilla 3037 - Buenos Aires - Tel. 4821-5411  
[info@ilvem.com](mailto:info@ilvem.com) - [www.ilvem.com](http://www.ilvem.com)

## Recordatorio de fechas

- 1/6** Día Internacional de la Infancia
- 2/6** Día del Bombero Voluntario Argentino
- 3/6** Día del Aprendiz
- 5/6** Día Mundial del Medio Ambiente
- 7/6** Día del Periodista  
Día del Trabajador Gráfico
- 8/6** Día Mundial de los Océanos
- 10/6** Día de la Cruz Roja Argentina  
Día de la Seguridad Vial
- 11/6** Día del Vecino
- 12/6** Día Mundial contra el Trabajo Infantil
- 13/6** Día del Escritor
- 14/6** Día Mundial del Donante de Sangre
- 15/6** Día del Bioquímico  
*¡Muchas Felicidades a nuestros profesionales en su día!*  
Día de la Libro
- 16/6** Día del Padre  
*¡Muchas Felicidades a todos los papis en su día!*
- 20/6** **Día de la Bandera**  
**FERIADO** Las oficinas del Plan Médico permanecerán cerradas y en el Hospital Alemán se atenderán sólo urgencias.
- 21/6** **FERIADO PUENTE**

**FUENTES:** [www.me.gov.ar](http://www.me.gov.ar)  
[www.odonnell-historia.com.ar](http://www.odonnell-historia.com.ar) (Mario O'Donnell)  
[www.ideasexpress.com.ar/fechas.htm](http://www.ideasexpress.com.ar/fechas.htm)  
[www.elportal educativo.com.ar](http://www.elportal educativo.com.ar)



50 años

Trayectoria, Eficiencia y Valores.

Sarmiento 378 piso 6º, Tel: 5278 4400

UNICENTER nivel 3º, Tel: 5278 4450

[www.maxinta.com](http://www.maxinta.com)





## profesionales

### CIUDAD DE BUENOS AIRES

#### • CARDIOLOGÍA INFANTIL

Baja de consultorio:

**Dra. Haag, Dora F.**

Juncal 2449

#### • CLÍNICA MÉDICA

Baja de consultorio y modificación de horario de atención:

**Dra. Asnal, Cecilia**

Anula: Av. Córdoba 1752

Modifica horario: Juncal 2449 - 4° "A"

Tel. 4822-8116 / Cel. (15) 5493-4176

Miércoles 16 a 19 h. / Jueves 14 a 16 h.

Baja de consultorio y modificación de horario de atención:

**Dra. Koch, María Florencia**

Anula: Talcahuano 945

Modifica horario: Av. Seguro 2127

Tel. 4556-5734

Solicitar turno

#### • DERMATOLOGÍA

Reincorporación de licencia:

**Dra. Segabache, Marina**

Av. Cabillo 1131 - 4° "11"

Tel. 4781-2499

Miércoles 14 a 16.30 h.

Solicitar turno Lunes, Miércoles, Jueves y Viernes 13.30 a 19.30 h.

#### • FLEBOLOGÍA

Modificación de consultorio:

**Dra. Calcina, Daniela**

Anula: Av. Santa Fe 900

Nuevo: Marcelo T. de Alvear 2339 - 9° "94"

Tel. 4826-4260

Solicitar turno Lunes, Martes, Jueves y

Viernes 14 a 18 h.

#### • FONOAUDIOLOGÍA

Alta de consultorio:

**Fga. Renner, Patricia**

Av. Seguro 2127

Tel. 4566-5734

Solicitar turno

#### • GERIATRÍA

Alta de consultorio:

**Dr. Manzotti, Matías**

Av. Pueyrredón 1546 - 3° "E"

Tel. 4825-2545

Miércoles 16 a 19 h.

#### • OBSTETRICIA Y GINECOLOGÍA

Modificación de horarios de atención:

**Dr. Engel, Heriberto**

Juncal 2431 - 2° "A"

Tels. 4823-6315 / 4826-6176

Lunes y Miércoles 14 a 18 h.

Alta de consultorio:

**Dr. Engel, Martín A.**

Juncal 2431 - 2° "A"

Tels. 4823-6315 / 4826-6176

Viernes 16 a 19 h.

#### • ORTOPEDIA Y TRAUMATOLOGÍA

Modificación de consultorio:

**Dr. Herrera, Horacio S.**

Anula: Larrea 1035

Nuevo: Juncal 2437 - 6° "A"

Tel. 2075-6236 / Cel. (15) 6497-9639

Jueves 15 a 18 h.

#### • PSICOLOGÍA

Modificación de número telefónico:

**Lic. Gori, Magdalena**

Larrea 1021 - PB

Tel. 4826-8465

Solicitar turno

#### • RADIOLOGÍA INTERVENCIONISTA

Alta de consultorio:

**Dr. Eyheremendy, Eduardo**

Beruti 2570 - PB "A"

Tel. 4826-4571

Martes y Jueves 16 a 19 h.

### PCIA. DE RÍO NEGRO

#### • CLÍNICA MÉDICA

Alta de consultorio y modificación de horario de atención:

**Dra. López Wortzman, Mara** GERIATRÍA

Nuevo consultorio: Rivadavia 105 - EP

SAN CARLOS DE BARILOCHE

Tel. (0294) 4426202

Viernes 14 a 17.30 h.

Modificación de horario de atención:

Mitre 124 - 4° - SAN CARLOS DE BARILOCHE

Tel. (0294) 4429000

Lunes 12 a 15 h. / Martes y Jueves 13 a 17 h.

Miércoles 9 a 12.30 h.



## odontología

MÓDULOS OI / MG

### CIUDAD DE BUENOS AIRES

Modificación de consultorio:

**Dra. Alvarez, Ana María**

ODONTOLOGÍA GENERAL

Anula: Juncal 2449

Nuevo: Bulnes 1860 - 2° "A"

Tel. 4821-1207 / Cel. (15) 4409-7841



## farmacias

### ZONA NORTE

Altas:

**Farmacia Zona Vital Olivos**

Av. del Libertador 2217 - OLIVOS

Tels. 4790-6779 / 4792-6698

**Farmacia Libertador**

Av. del Libertador 2211 - SAN FERNANDO

Tel. 4744-2406

Baja:

**Farmacia Bronman**

Belgrano 2406 - VICTORIA



## prestadores

### ZONA OESTE

Modificación de número telefónico:

**Diagnóstico TESLA**

Sedes Morón, San Justo y Moreno

Tel. 4489-9999

### PCIA. DE CÓRDOBA

Alta:

**Análisis Clínicos Diazlab**

Las Magnolias 88 - VILLA GENERAL

BELGRANO - CALAMUCHITA

Tel. / Fax: (03546) 464221



# 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 / 4813-8269  
Cel.: 15-4411-3398 / 15-3181-5170

www.mariamaranessi.com

info@mariamaranessi.com  
maria@mariamaranessi.com

# Beneficios Adicionales

ESPACIO DE PUBLICIDAD

*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. 12 a 20 h.  
Tel. 4807-0522 - Cel. (15) 6935-2933

## CURSOS DE INGLÉS

**Prof. Elizabeth A. Gudly**  
Profesora Nacional Superior del Joaquín V. González. Profesora competente. Amplia experiencia. Todos los niveles. Especialista en exámenes de la Universidad de Cambridge, Inglaterra. Conversación. Former teacher: William Blake Institute. At present: TUTOR in IADEI Institute.  
**Informes:** Tel. 4831-4742  
Cel. (15) 3693-0854 - Arenales 3651 8° "C"  
Mail: lizazzimonti@hotmail.com

## MUNDOCROSS

### Calzado e Indumentaria Femeninos en Talles Grandes

Zapatos clásicos, sandalias, chatitas, sandalias de acrílico, botas de montar, caña ancha elastizada, bucaneras, etc.  
**Contacto:** info@mundocross.com.ar  
Sitio web: www.mundocross.com.ar  
Tel. (011)15-5820-9230

## COMPRO ANTIGÜEDADES, OBRAS DE ARTE ANTIGUO Y CONTEMPORÁNEO

### Carolina Silvani

Antigüedades en general. Pintura - muebles (TODOS LOS ESTILOS: retro, diseño, Art Deco) Cristal, Murano, Vidrios firmados, Marfil, bronce 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  
Mail: carosilvani@yahoo.com.ar

## SPA Urbano

### Betty Martínez Vera

A metros de Santa Fé y Pueyrredón  
- Tratamientos corporales con productos de primera calidad.  
- Masajes reductores, deportivos y descontracturantes. Reflexología podal.  
- Manicura, pedicura y belleza de pies y manos (uñas esculpidas y gelificadas).  
- Depilación Unisex.  
Socios del Plan Médico del Hospital Alemán 10% de descuento.  
**Turnos e informes:** 4826-3753 / (15) 3622-7929  
Mail: recoletaestheticcenter@hotmail.com

## 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  
Mail: ozurbano@yahoo.com.ar  
Zona: Av. Cabildo y José Hernández

## 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, 20% de descuento.  
**Informes:** Lic. Patricia V. Snaiderman (UBA - MN 8700)  
Tel. 4977-9283 - Cel. (15) 5659-8056  
Mail: psnaiderman@yahoo.com.ar

## HOSTERÍA DE CAMPO SANTA MARÍA

### Mercedes Buenos Aires

Todo para que sus días sean inolvidables. El clima perfecto en todo momento, usted merece lo mejor. Habitaciones estándar, todas ellas con baño en suite, desayuno buffet. Asados, cabalgatas y mucha paz y tranquilidad. A 96 Km desde Capital Federal, aproximadamente 1 hora de viaje en auto. **Descuento especial del 15% a Socios del Plan Médico.** No acumulable con otras promociones  
[www.hosteriasantamaria.com.ar](http://www.hosteriasantamaria.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.



Plan Médico & Usted® es una publicación mensual del Hospital Alemán, Av. Pueyrredón 1640 - Cap. Fed. Cualquier sugerencia sobre temas generales o específicos a tratar en PM & Usted será considerada y agradecida. En tal caso, contactarse con el Depto. de Promoción y Publicidad, Laura Berzón al tel.: 4827-7208 o por e-mail: lberzon@hospitalaleman.com

Superintendencia de Servicios de Salud 0-800-222-SALUD (72583) - [www.sssalud.gov.ar](http://www.sssalud.gov.ar) - R.N.E.M.P. N° 1086

**“Willkommen zu Hause”**  
**“Bienvenido a casa”**

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

**En el Hogar Los Pinos contamos con el confort, la seguridad y la experiencia que hacen que nuestros mayores sientan el calor de hogar.**

- Residencias adaptadas a la condición de cada persona.
- Servicios pensados para cada necesidad.
- Actividades recreativas que favorecen la integración.
- Instalaciones para una grata estadía.

*Un lugar para que nuestros mayores se sientan como en casa.*

☞ Consulte por estadías temporales en época estival, fiestas y vacaciones ☜

