

33
años

pmm

& USTED

enero 2012

AÑO XIX NÚMERO 217

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)

Nuevo Marco Regulatorio

En el mes de Mayo de 2011 se promulgó la Ley N° 26682 de Regulación de Medicina Prepaga, en la cual se establecía un plazo de 180 días para su Reglamentación. Esta Ley en su artículo 1° excluye a las Fundaciones, Cooperativas, Mutuales y Asociaciones Civiles sin fines de lucro. Por ser esta última nuestra condición, quedaba el Hospital Alemán (como así también todos los Hospitales de Comunidad) claramente excluido de la Ley.

Sin embargo, el 1° de Diciembre de 2011 mediante un Decreto de Necesidad y Urgencia DNU 1991/2011 se cambió el art. 1° quedando incorporados a la Ley.

Estamos trabajando intensamente para adaptarnos al nuevo marco regulatorio.

Queremos transmitirles una vez más que haremos todo lo posible para poder continuar brindándoles los servicios como hasta hoy. Si bien es política prioritaria de nuestro Hospital dar

cumplimiento a la totalidad de las exigencias de toda Ley, también lo es la de respetar los contratos de nuestros afiliados sin generar ningún menoscabo de los derechos que pudieran haber adquirido en nuestra Institución.

Aguardamos de la Superintendencia de Servicios de Salud, que es nuestra autoridad de aplicación (al igual que las Obras Sociales y la medicina prepaga) la autorización correspondiente para poder brindar nuestra cobertura médica en el marco de la nueva Ley. En el primer bimestre del año, se complementará con disposiciones aclaratorias la Reglamentación que por decreto 1993/2011 regula la actividad.

En esa oportunidad, volveremos a informarle sobre las adaptaciones de nuestro sistema de cobertura a la nueva Ley.

Muchas Gracias

Plan Médico
www.hospitalaleman.com
www.hospitalaleman.com

Prevención del cáncer de piel



El cáncer de piel es la forma de cáncer más frecuente del ser humano y ha aumentado más que cualquier otro tipo de cáncer en todo el mundo. Es más frecuente después de los 50 años pero actualmente se detecta en personas cada vez más jóvenes, incluso los niños pueden tener cáncer de piel, aunque afortunadamente es excepcional.

El cáncer de piel se debe a:

- **Predisposición genética**
- **Factores ambientales:** el más importante es la exposición indiscriminada a los rayos ultravioleta (RUV), tanto de fuentes naturales como el sol, como de fuentes artificiales como las camas solares.

El cáncer de piel no es en realidad uno solo, sino que existen muchas variedades. Los más frecuentes son el **carcinoma (o epitelioma) basocelular** (afecta a 1 de cada 3 personas de raza blanca: esto es ALTÍSIMO), el **carcinoma (o epitelioma) espinocelular**, que representa entre el 15 y 20% y en tercer lugar está el **melanoma**, que si bien representa sólo el 10%, es el causante del 75% de la mortalidad. El carcinoma basocelular (CBC) sólo excepcionalmente puede causar la muerte pero el carcinoma espinocelular (CEC) y sobre todo el melanoma, sí pueden matar al paciente.

El melanoma sólo es curable en etapas muy iniciales y una vez que se disemina lleva a la muerte a corto o mediano plazo. El melanoma es uno de los tumores más agresivos del organismo. Es capaz de dar metástasis aun siendo lesiones muy pequeñas.

Al principio del verano o de las vacaciones uso un protector alto y después voy bajando: ¡error!. La capacidad de protección del bronceado, así sea intenso, equivale a tener puesto un protector solar 4, o sea, NADA. Hay que usar protección mayor de 30 todo el tiempo.

Es decir, que es justamente el daño a la piel, lo que causó la síntesis de melanina. Y como vimos antes, la melanina no nos protege del todo bien (equivale a un protector 4). Por lo tanto, el bronceado no es un signo de salud de la piel sino una respuesta al daño celular.

Mitos

El sol de la mañana temprano y de la tarde (después de las 16 h.) es completamente seguro y a esa hora no necesito ponerme protector solar: esto no es tan así.

Los RUV principales son los VVA y los UVB. Los UVB son más altos entre las 10 y las 16 h., en cambio los UVA (que no se sienten tanto porque no dan tanto calor ni enrojecen tanto la piel), están presentes por igual, desde que amanece hasta que oscurece. Estos RUV también pueden estimular la formación de cáncer de piel y además, son los principales responsables del envejecimiento de la piel.

Si está nublado hay menos RUV: según la densidad de las nubes, pasa entre el 50 y el 85% de la RUV. Si está nublado, hay que protegerse igual.

En la sombra estoy protegido: se calcula que esto depende del tipo de sombra. Por ejemplo: no es lo mismo estar debajo de un árbol frondoso que de uno pequeño y no es lo mismo cerca del tronco que más alejado. En la mayoría de los casos, a la sombra hay un 50% de la RUV. No cero.

Los protectores solares que dicen "resistente al agua o a prueba de agua", no hay que volverlos a poner luego de bañarse: la resistencia al agua está calculada para un baño corto. Si el baño es muy prolongado, hay que volverlo a colocar al salir. Y siempre con la piel seca.

Voy al sol todo el día y el protector me lo pongo a la mañana: ¡cuidado! A las 2 o 3 horas de aplicar el protector, sea la marca que sea, pierde parte de su eficacia, por lo que hay que reaplicarlo.

Me pongo protector alto en la cara y más bajo en el cuerpo: ¡error! Eso va a significar que cuida mejor mi cara y deje que el resto de mi piel sufra las consecuencias.

Es mejor llegar con color al verano, tomando sol todos los días, varios meses antes: sí y no. Para el melanoma, se determinó que una de las principales causas es la exposición solar INTERMITENTE INTENSA. Es decir: exponerse de golpe, de vez en cuando (la típica persona que llega blanca a la playa y al otro día esta roja). Sin embargo, la exposición continua (el típico: "tomo un rato todos los días desde septiembre hasta el otoño" o el que trabaja al sol) aumenta la incidencia de CBC y CEC.

Si me pongo "pantalla solar" no me bronceo: primero, un protector solar no es una "pantalla". Es decir que no filtra el 100% de los RUV. Siempre pasa algo de RUV, por lo que no estamos totalmente protegidos. Además, ¿qué es el bronceado? es la formación de "melanina", que es un pigmento que forman los melanocitos para que se deposite arriba del núcleo de las células de la piel (como una sombrillita microscópica), para proteger al ADN de sufrir más daño.

La cama solar es más segura. Yo tomo cama solar para llegar más protegida al verano: ¡NO! Las "camas solares" son dispositivos de emisión de rayos (RUV). Inicialmente se diseñaron pensando que los UVA (que son los principales rayos que emiten), además de que producían bronceado sin enrojecimiento, eran más seguros. Con el tiempo, se descubrió que también producen aumento SIGNIFICATIVO del cáncer de piel, además de ser los principales responsables del envejecimiento de la piel (porque penetran más profundamente y rompen las fibras elásticas y de colágeno). Ya desde el 2010, son consideradas CANCERÍGENAS por la OMS. Se estima que más de 10 sesiones aumenta el riesgo.

Con todo esto, no estamos diciendo que estar al sol es nocivo para la salud. Sí lo es estarlo por tiempo prolongado, sin los recaudos necesarios. Se puede disfrutar del aire libre, simplemente tomando las medidas necesarias.



Dra. Virginia González
Servicio de Dermatología del Hospital Alemán

Asistencia al viajero



Asistencia en países limítrofes

Nuestros Socios gozan del servicio de Asistencia en Viaje en los países limítrofes (Brasil, Uruguay, Chile, Bolivia y Paraguay). En este caso, si se encuentra ante una urgencia médica, Usted deberá comunicarse para la coordinación de su atención con los siguientes teléfonos:

1. Desde Uruguay (02) 900-0358 / 903-1548
2. Desde el resto de los países (0054-11) 5555-2000

La coordinación le requerirá detalles de su afección y los datos que figuran en su credencial del Plan Médico.

TOPES ASISTENCIALES EN PAÍSES LIMÍTROFES

a) Asistencia Médica	u\$s 5.000.-
b) Odontología	u\$s 200.-
c) Medicamentos	u\$s 300.-



Tenga en cuenta que el servicio contempla exclusivamente la atención de urgencias que no estén relacionadas con afecciones preexistentes a la fecha del inicio del viaje. La atención de este tipo de episodios será por cuenta y a cargo del paciente. Las Condiciones Generales del servicio se encuentran a su disposición en las oficinas del Plan Médico.

Asistencia en el interior del país

Les recordamos a nuestros Socios la modalidad de uso de la Asistencia en Viaje en el interior del país. Si se encontrara ante la necesidad de atención médica de urgencia durante su viaje, Usted deberá proceder de la siguiente manera:

1. Comuníquese con la Central Operativa, donde le autorizarán la atención médica y le indicarán el lugar donde se realizará la misma. Puede llamar las 24 h. a los siguientes teléfonos:
0-800-888-2747 ó (011) 5555-2000

2. Si una grave emergencia imposibilitara el llamado previo, Usted podrá recurrir al servicio médico de urgencia más próximo al lugar donde se encuentra. En estos casos deberá comunicarse indefectiblemente dentro de las 24 h. de ocurrido el episodio con la Central Operativa correspondiente.

TOPES DE COBERTURA

en la República Argentina a más de 100 km. de la residencia habitual

a) Monto máximo global en caso de enfermedad o accidente	Hasta \$ 3.000.-
b) Medicamentos	Hasta \$ 300.-
c) Odontología	Hasta \$ 150.-



Descuentos preferenciales para Socios del Plan Médico en Assist Card.

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

SERVICIO ADICIONAL PARA SOCIOS PLAN MÉDICO:

Todos los Socios del Plan Médico, podrán recibir estas vacaciones información tanto del estado de las rutas en la Argentina como de los centros hoteleros e información turística en general llamando al tel. **0-800-888-2747**.

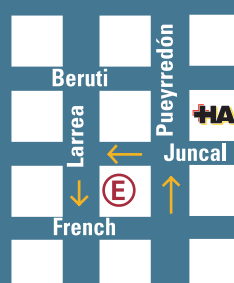
IMPORTANTE: La asistencia, tanto nacional como en países limítrofes, comprende una vigencia de **30 días corridos a partir del momento en que se inició el viaje.**

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: \$13.-
1/2 Estadía (12 hs.): \$52.-
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:

¿Qué letra sigue en esta serie?

O, M, E, G, S, L, L, ...

Ayuda: antes de la O los argentinos nos ponemos de pie.

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

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

Consigna:

¿Quién es la señora muy aseñorada que nunca sale de la casa pero siempre está mojada?

Respuestas: La lengua.

Ganadores: Nila Escudero, Marielena Disandro y Glen Navarro.

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.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 Familia Lo Votrico - Novas Socios del Plan Médico

No podemos describir con palabras los sentimientos y sensaciones que tenemos por el nacimiento de nuestra hijita Josefina el pasado 22 de Febrero de 2011. Queremos compartir este momento super especial y agradecer infinitamente a todos los profesionales del Hospital Alemán que han colaborado con su capacidad, calidad humana y profesionalismo, a este milagro. Comenzando por el ginecólogo Dr. Heriberto Fritches, su secretaria Liliana, quienes nos acompañaron en los primeros momentos, para luego compartir el embarazo con el obstetra Dr. Martín de Anchorena y su secretaria Mónica, quienes con su contención y profesionalismo nos guiaron por el mejor camino, culminando con un excelente trabajo en la madrugada del parto. Agradeciendo a todo el grupo de trabajo, al anestesista Dr. Hugo Scavuzzo, las parteras Judith y Jorgelina, como así también al personal de nursery y enfermeras, quienes durante la internación postparto nos hicieron sentir especiales y únicos. Suerte a todos ellos y esperamos que puedan seguir colaborando con muchos más futuros padres. Nuestro eterno agradecimiento a todos ellos.

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



Certificado escolar

Con motivo del inicio de las clases ponemos en marcha el **Programa de Aptitud Escolar** para nuestros Socios que inician o estén cursando el nivel primario. Se realizará durante los días **sábados** de los meses de **enero y febrero** en el horario de 8 a 12 h. Para ello, deberá solicitar turno previo al tel. **4827-7000 opción 2**. Dicho programa consiste en un **control visual, auditivo, odontológico y cardiológico**, que completan el **examen clínico pediátrico**. Se entregará un certificado de aptitud por especialidad.



Servicios que participan:

- Pediatría** • Jefe: Dr. José Méndez
- Oftalmología** • Jefe: Dr. Guillermo Iribarren
- Otorrinolaringología** • Jefe: Dr. Sebastián Sturla
- Odontología** • Jefe: Dr. Gerardo Spielberg
- Cardiología** • Jefa: Dra. Dora Haag



CURSOS ILVEM DE VERANO

ILVEM dicta este verano 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



RECORDATORIO DE FECHAS

- 1/1** Año Nuevo
- 6/1** Día de Reyes
- 7/1** Día de la Simpatía
- 10/1** Día Mundial de las Aves
- 19/1** Día Internacional de la Religión
- 22/1** Día Nacional de la Antártida Argentina
- 23/1** Día Mundial de la Libertad
- 25/1** Día Nacional del Reportero Gráfico

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

Copagos a la factura del Plan Médico

Respondiendo a un pedido de nuestros Socios, a partir del **1° de Enero de 2012**, los planes que abonan copagos (o coseguros), ya no lo harán en el momento de recibir la prestación sino que **se los facturarán junto con la cuota mensual del Plan Médico**.

Por lo tanto, a partir de la fecha aludida, **no abone copagos** ya que todos se le remitirán a la factura del Plan Médico.

Seguiremos implementando dentro de nuestras posibilidades soluciones que contemplen las necesidades de nuestros Socios.



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

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

www.maxinta.com

Actualizaciones de cartilla

ENERO 2012



PROVINCIA DE RÍO NEGRO

• CLÍNICA MÉDICA - GERIATRÍA

Licencia desde 1° Diciembre 2011 hasta 30 Abril 2012:

Dra. López Wortzman, Mara

Mitre 124 - BARILOCHE

Frey 246 - BARILOCHE

ODONTOLOGÍA

Módulos OI/MG

ZONA NORTE

Alta:

Dra. Esain, María Laura - ENDODONCIA

Av. Andrés Rolón 173 - SAN ISIDRO

Tel. 4723-4203

PRESTADORES

PROVINCIA DE TUCUMÁN

Baja:

Sanatorio Integral Luz Médica S.A.

Marcos Paz 953 - SAN MIGUEL DE

TUCUMÁN

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

**Donemos
sangre.**



**Sea donante
voluntario.**

SERVICIO DE HEMOTERAPIA:

Lunes a Viernes de 7 a 12 h.

Sábados de 7 a 9.30 h. sólo con turno previo

INFÓRMESE SOBRE EL SEGURO DE SANGRE

Tel. 4827-7000 - ints. 2294/2283/2935/2236

shemoterapia@hospitalaleman.com

PROFESIONALES

CIUDAD DE BUENOS AIRES

• CIRURÍA TORÁCICA

Modificación de consultorio:

Dr. Devoto, Martín

Anula: Av. Pueyrredón 1716

Alta: Marcelo T. de Alvear 2400

Tel. 4963-9500

Martes 17 a 20 h.

• CLÍNICA MÉDICA - GERIATRÍA

Licencia desde 1°/12/2011 al 30/4/2012:

Dra. López Wortzman, Mara

Billinghamurst 2019 - 7° "C"

Baja de consultorio:

Dra. Perret, María Clara

Anula: Billinghamurst 2019

• FLEBOLOGÍA

Alta de consultorio:

Dr. Penher, Norberto

Av. Pueyrredón 1546 - 3° "E"

Tels. 4825-2545 / 4821-9693 / 5786-0129

Solicitar turno lunes a viernes 14 a 19 h.

• GINECOLOGÍA

Modificación de horario de atención

y baja de consultorio:

Dra. Maletti, Graciela

Av. Rivadavia 4415 - PB "E"

Tel. 4985-2363

Jueves 9 a 13 h.

Anula: Seguro 2127

• GINECOLOGÍA Y OBSTETRICIA

Baja de profesional:

Dr. Fritsches, Heriberto

Juncal 2449

• KINESIOLOGÍA

Baja de consultorio:

Lic. Defeo, Martín

Anula: La Pampa 1295

Incorporación de especialidad RPG:

Klgo. Malgay, Enrique

Av. La Plata 148 - PB Cons. 1

Lunes a viernes 9 a 20 h.

Tel. 4983-0971 / Cel. (15) 4147-4802

Alta de profesional:

Lic. Pedreira, Mariela

Gascón 1057 - 1° "E"

Tel. 4866-6367

Lunes a viernes 8 a 19 h.

• NEUMONOLOGÍA

Fe de erratas:

Corrección de domicilio y número telefónico:

Dr. Prieto Brandstaetter, Ernesto

Arenales 2950 - PB "A"

Tel. 4824-0411

Virrey Loreto 2443 - 3° "C"

Tel. 4784-3028

• OFTALMOLOGÍA

Baja de consultorio:

Dr. Mayorga Argañaraz, Fernando

Anula: Junín 1616

Continúa atendiendo:

Crámer 1765 - 10° "A" y Juncal 2345 - PB

• PSIQUIATRÍA

Alta de profesional:

Dra. Magistrelli Quiroga, María Cristina

Uriburu 1357 - PB "1"

Tel. 4822-0470

Solicitar turno

ZONA NORTE

• KINESIOLOGÍA

Alta de consultorio:

Lic. Hutter, Federico

Lavalle 721 - SAN FERNANDO

Tel. 4589-9247

Lunes a viernes de 14.30 a 20 h.

• PEDIATRÍA

Licencia desde Enero hasta Julio 2012:

Dr. Weyersberg, Christian

Juan José Díaz 885 - SAN ISIDRO

Maipú 3532 - OLIVOS

ZONA OESTE

• KINESIOLOGÍA

Modificación de horario de atención y número telefónico:

Lic. Hutter, Federico

Fischetti 4683 - CASEROS

Cel. (15) 6364-1891

Lunes, miércoles y viernes de 13 a 20 h.

Martes, jueves y sábados de 9 a 14 h.



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 - 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, a domicilio o internación. 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

ARQUITECTO GERALD STIEGLITZ

Amplia experiencia en proyecto y construcción de casas, departamentos, oficinas y obras industriales. Obras nuevas y reformas. Atención personalizada. Beneficios a Socios del Plan Médico. Consulte sin compromiso.
Informes: Cel. (15) 5865-8701
 gstieglitz@arquitecto-gs.com.ar
 www.arquitectogs.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

PROFESORA DE INGLÉS (Amplia experiencia)

Clases de conversación: todos los niveles. Exámenes: nivel, regulares-secundarios, universitarios, internacionales. Inglés para profesionales, empresas y otros. Traducciones. Español para extranjeros. Spanish for foreigners. A domicilio o en mi casa - **Zona Palermo**
 Descuentos especiales a Socios del Plan Médico.
Informes: Sra. Norma - Tel. (011) 4803-7568
 Cel. 15-50521859
 E-mail: normabar@fibertel.com.ar

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. Snaiderman (UBA) MN 8700
 Tel. 3527-7509 - Cel. (15) 5659-8056
 E-mail: psnaiderman@yahoo.com.ar
 Consultorio: Av. Pueyrredón y Lavalle

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 - 1° Piso - Local 43
 Tel. (15) 6894-2769 / (15) 5937-2942
 E-mail: shikepilates@gmail.com

INSTITUTO GERIÁTRICO DEL SOLAR

Un lugar para vivir
 Dirigido personalmente por sus dueños. Experiencia en la atención de la 3ra edad. Ambientes amplios y modernos. Ascensor, tv, jardín. Buena cocina. Atención médica, calidez, dietas especiales. Atención a pacientes postrados y semi postrados. Internaciones permanentes o transitorias.
Descuentos especiales a Socios del Plan Médico.
Informes: Vedia 3250 - Saavedra.
 Tels. 4543-1887 / 4832-4380 - Cel. (15) 4971-5339

MARIA F. PLASTINA - CHEFF

Cocinera a domicilio con muy buenas referencias. Cocina internacional y variedad de repostería. Almuerzos, cenas, cumpleaños, eventos.
Clases de cocina y repostería personalizadas. De obsequio **¡un postre!**
 Para información acerca de costos y horarios comunicarse al **4902-1731** o al **15 6131-7148**

INSTITUCIÓN CULTURAL ARGENTINO-GERMANA

Cursos de alemán
 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
 culturalag@hotmail.com
 www.argentinogermana.org.ar
 Lun. a vie. 14.30 a 20 h.

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