NORDELTA

Gallaretas

Edición **148**

MARIELA MORRISON
La innovación como arte de venta

LUCAS TRIGOS
El caballero de los fuegos

6 EMPRENDEDORAS Y AMIGAS

ENTREBOLLOS
La panadería sensación

EL MUNDO ES UNA EMPANADA

Chill Out Remeros

Mucho más que plantas

CROQUE MADAME
CAFE

Con una consumición
superior a $ 1000,
te regalamos un café
Nesspreso.
Presentando esta publicación

BRUNCH

Desayuno - Coffee - Almuerzo
Patisserie & más

REMEROS PLAZA SHOPPING
NORDELTA, TIGRE

LUNES A DOMINGO DE 8 A 20 HS - TEL.: +54 9 11 6875-9388 -
EMAIL:CROQUENORDELTA@GMAIL.COM
@CROQUEMADAMENORDELTA - CROQUEMADAMENORDELTA.COM.AR

EDITORIAL

DE A MEDIOS Y MITADES

Junio es esa bisagra que parte el año en dos.
Deja perplejos a todos con su sola mención al notar que ya se ha ido la mitad. Pero también lleva la responsabilidad de abrir la puerta hacia la otra como en vasos medio llenos y vacíos. Cada uno elige dónde se para.
Aquí nos gusta eso de mirar las buenas ideas que pasaron por estas páginas en el primer medio año como un trampolín para contarte las historias que se vienen en el otro medio.
Las propuestas que se vienen te presentan un proyecto tan inspirador como poco común. Uno de esos que no se queda a mitad de camino, todo lo contrario: que crea sentido. Te espera de la mano de Chill Out Remeros.
Nos pusimos al día con Lucas Trigos, un chef que ha cocinado a mandatarios y reyes, pero que encontramos aquí sin medias tintas, listo para abrirnos su corazón. Siguiendo con el mundo gourmet nos subimos a un repulgue y recorremos los nuevos emprendimientos de empanadas que deslumbran al mundo.
Sigue una agente inmobiliaria novedosa, un spa con filosofía zen y una unión de emprendedoras de Nordelta.
Eso de medios y mitades no es para nosotros. Nos gustan historias grandes, completas, arrolladoras, con mensaje.
Esas que se leen enteras, aunque sea por junio, ahí donde la división se produce.

Flavia Tomaello

STAFF

AÑO 17 • N° 148

@gallaretas_nordelta
@nordelta_premium

/revistagallaretas

RGallaretas

CONTACTO: 11 5748-7842

DIRECTOR GENERAL:
CARLOS VIDAL SÁNCHEZ
DIRECTOR DE CONTENIDO Y DIGITAL:
COMUNA 108
DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN:
NATALIA MUÑOZ @ESTALLIDODIGITAL.OK
GERENTE COMERCIAL:
SOLEDAD SENOSIAIN
COORDINACIÓN GENERAL:
IVANNA SÁNCHEZ-VIDAL
LEONARDO GÓMEZ

CORRECCIÓN DE ESTILO:
RUBÉN FUENTES.

FOTO DE TAPA:
LAUREANO PÉREZ.

COLABORADORES:
GUSTAVO ÁVILA, STEPHEN KOULOUTROS, MARÍA LUISA SANTOVENIA, DANI ROSITO, CARLOS SÁNCHEZ, FLAVIA TOMAELLO, ORNELLA TRIPICCHIO.

SUMARIO

EDICIÓN 148

8. COMUNIDAD NORDELTA
6 creadoras inagotables.

16. LUCAS TRIGOS
Nos ofrece su corazón.

26. PANADERÍA
ENTREBOLLOS
La magia de hacer cosas deliciosas.

34. NOTA DE TAPA
CHILL OUT REMEROS
Vivero 2.0

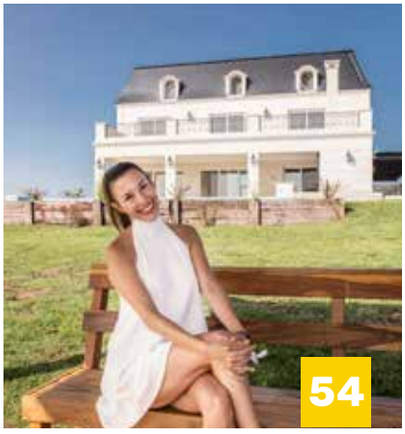
44. GASTRONOMÍA
Empanadas por el mundo.
Por Flavia Tomaello.

48. MUNDO FITNESS
VIKEN GYM
La importancia de ejercitarse todo el año.

54. MARKETING INMOBILIARIO
MARIELA MORRISON
Apasionada e innovadora.

60. LA RESERVA MASAJES
SUSANA CANGIANO
Bioenergética y holística en un lugar mágico.

63. LO QUE SUCEDE EN NUESTRA CIUDAD



La Regina
REAL ESTATE

Encontrá el lugar donde siempre soñaste vivir

LA REGINA REAL ESTATE. SOMOS EQUIPO, SOMOS FAMILIA.

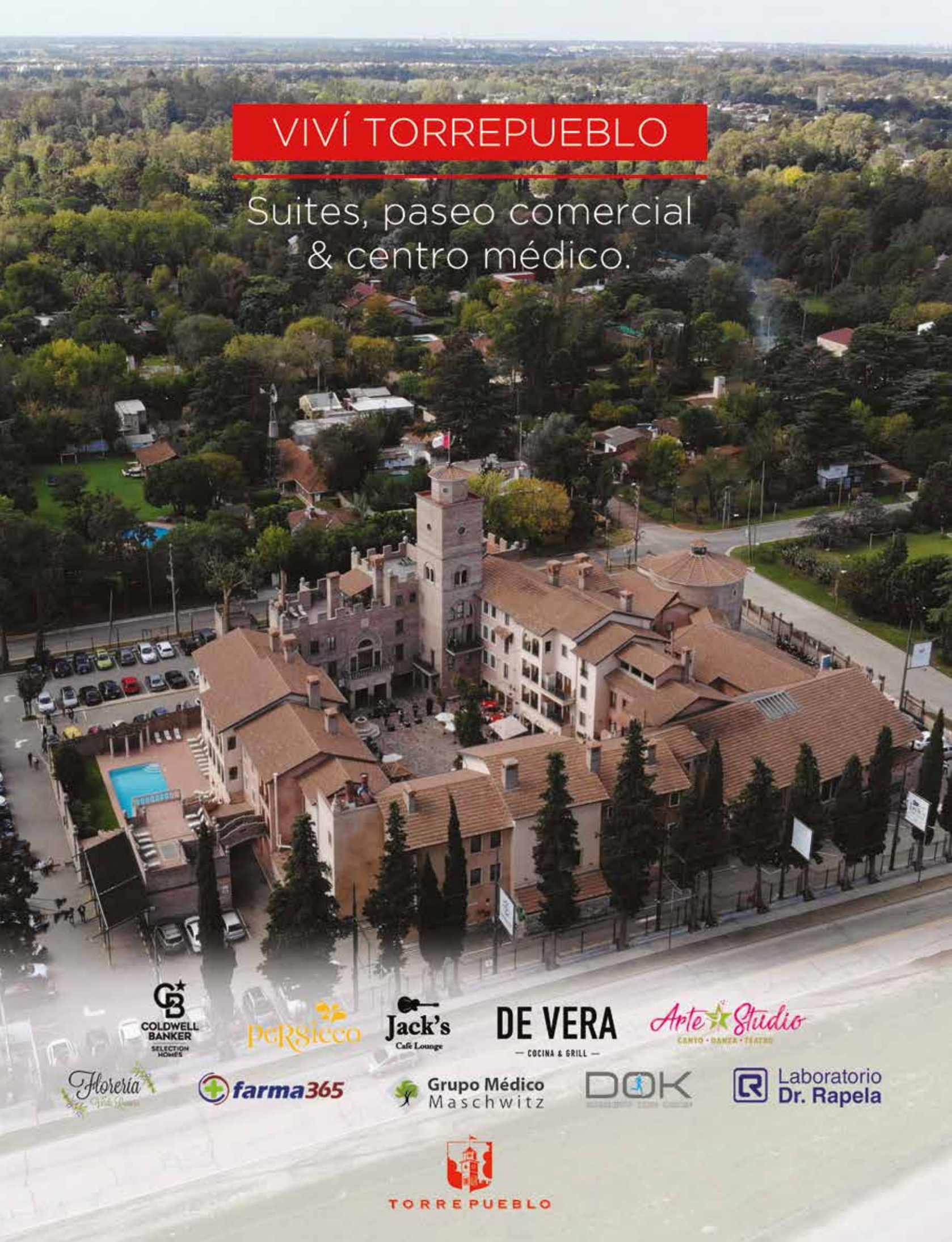
Te ayudamos a concretar tu operación inmobiliaria acompañándote en cada paso hacia tu nuevo hogar.

Asesoramiento integral en inversiones, operaciones de compra-venta, alquileres comerciales, de vivienda y temporales.

wwww.laregina.com.ar - +54 11 4 770 7337 - +54 9 11 5014 1846 - info@laregina.com.ar
Seguinos en Instagram: @laregina.realestate - #nordeltarocks - #lareginatips - #realestate - #greatdeal - #nordelta - #escobar - CUCICBA 7580 - CMCPSI 6825

VIVÍ TORREPUEBLO

Suites, paseo comercial
& centro médico.



cambio baires

MEJOR PRECIO, MEJOR ATENCIÓN

Agencia de Cambio habilitada
por el BCRA Nº20.044

www.cambiobaires.com.ar

NORDELTA

Av. de los Lagos 6895

1135701019

SAN ISIDRO
Belgrano 273
1124108792

OLIVOS
Av. Maipú 2443
1158233525

MARTINEZ
Av. Santa Fe 1812
1163952229

GRAL. PACHECO
Av. Hipólito Yrigoyen 885
1149791506

VTE. LOPEZ
Av. Maipú 323
1160984648

SAN FERNANDO
Constitución 866
1153013846

EMPRENDEDORA se busca

SI EMPEZASTE UN NEGOCIO DESDE CASA Y TE SENTÍS SOLA.
SI SENTÍS QUE EMPRENDER ES MÁS DIFÍCIL DE LO QUE ESPERABAS.
¡TE ESTAMOS BUSCANDO!

Dejás a los más pequeños en el cole y tenés más tiempo para vos. Buscás algo que te complete, que te haga sentir realizada. Encontrás tu pasión por hacer algo, te activás, y de la noche a la mañana te convertís en **EMPRENDEDORA**.

"Listo, mi producto está buenísimo. ¡Me abro un Instagram y vendo a lo loco!"

Pronto descubrís que no es tan simple. La lluvia de ventas no llega y te desanimás.

El camino de emprender es solitario. Sos vos con tu celu 24/7.

Pero pará... **¡No estás sola!** El 40% de los emprendimientos en Argentina están liderados por mujeres.

Esto significa que en tu mismo barrio, a la vuelta de la esquina, hay otra mujer como vos, con los mismos miedos, necesidades y dudas que vos.

Asimismo, habrá mujeres que ya dieron un paso más y pueden ayudarte a recorrer ese camino **ACOMPAÑADA, CONTENIDA, POTENCIADA.**

¿Quién te puede ayudar más que una emprendedora que día a día libra las mismas batallas que vos?

CAPACITATE JUNTO A MUJERES QUE TE ENTIENDEN PERFECTAMENTE. INTEGRÁ UNA RED DE APOYO CONSTANTE

PRIMER ENCUENTRO
1° DE JULIO
Bahía de Nordelta

1 evento presencial | 3 eventos virtuales (opcionales)
Herramientas para el emprendimiento
+ trabajo personal.
Ejercicios de autoconocimiento.
Clase Práctica sobre Instagram para vender.

→ Escaneá el código QR con tu celu, enterate más sobre cómo funciona el Brunch y conocenos:

BRUNCH Escuela
CONECTA - CONTIENE - CAPACITA - ACERCA

Fotos by @vb.fotografia

Invitan: Debo Lobato @debo.lobato y Vale Costa @conectadashoy
Organizadoras y creadoras de @brunchescuela

¡CRECÉS VOS, CRECE TU NEGOCIO!

Clínica Veterinaria - Pet Shop
Baño y Peluquería

CLINISTORE

Trámites para viajes internacionales
Equipo médico especializado en animales exóticos
Estudios especializados para cardiología, dermatología, limpieza dental profunda, testeo de enfermedades complejas, etc
Quirófano para cirugías simples como castraciones y para cirugías complejas con equipamiento de última generación.
Baño y peluquería - Baños medicados, cortes de raza, cortes higiénicos.
EL PET SHOP MÁS COMPLETO DE LA ZONA

Delivery sin cargo para mascotas y productos.

REMEROS PLAZA	NORTH CORAL PLAZA	VILA TERRA CENTER
15 6 143-9669	15 5160-0962	15 2479-0893
Av Santa María de Las Conchas 4711 - Local 1160	Pasaje de las Ciencias 75, Local 18	Boulevard de todos los santos 100 Local 2/3/4

"EMPRENDE AMIGAS" DE NORDELTA

ELLAS NO COMPARTEN NINGUNO DE LOS CÍRCULOS HABITUALES POR LOS QUE MUCHAS DE LAS MUJERES EN NORDELTA SE RELACIONAN: NO SON 'MAMIS DEL COLEGIO', TAMPOCO SON 'AMIGAS DEL GYM', NI VECINAS DEL MISMO BARRIO. PERO LO QUE ESTAS MUJERES TIENEN MUY FUERTE EN COMÚN, ES SU PASIÓN Y AMOR POR LO QUE HACEN. CADA UNA SE DESEMPEÑA Y DESTACA EN ALGO DIFERENTE, PERO GRACIAS A LOS DESAYUNOS DE MUJERES DE 'BE CONNECTIONS', SUS CAMINOS SE CRUZARON. EMPEZARON A COMPARTIR, ADEMÁS, DE LOS DESAYUNOS, PRODUCCIONES DE FOTOS, ALMUERZOS, Y MUCHAS ACTIVIDADES DIVERTIDAS QUE SE FUERON GENERANDO. Y ENTRE TANTO COMPARTIR, NACIÓ UNA LINDA AMISTAD. HOY ELLAS SE AUTODEFINEN COMO 'EMPRENDE-AMIGAS'.

Gracias por recibirnos, nos gustaría que nos cuenten un poco sobre ustedes en lo laboral.

Vero Ardohain: ¡Ok empiezo! Soy Vero Ardohain, apasionada por la moda y el mundo femenino, busco transmitir la importancia del cuidado personal desde el interior hacia el exterior, lejos de los prejuicios y las exigencias del afuera, que puedan lucirse, mimarse, cuidarse y elegir sus outfits como una expresión de libertad, con seguridad y disfrute. Por esto creé Woman Suplements, marca de nutrición creada por y para la mujer. También lancé con la misma premisa Woman Life Magazine, la primera revista femenina de Nordelta, que abarca una amplia variedad de temas relacionados a la mujer moderna, que no solo se interesa por la moda, belleza y el lifestyle, sino que tiene compromiso con su bienestar integral.

Soledad: Sigo, soy Soledad Senosiain. Soy abogada ambientalista y vegana. Me siento rara en esta nota, porque en verdad soy miembro del Staff de esta revista, que me trae tantas satisfacciones. Hace algunos años fundé el espacio Potenciarte, como un espacio de encuentro para que las mujeres justamente puedan potenciar sus vínculos, conocimientos y sueños. También soy Runner. Correr es mi pasión, me cambió la vida, me llena de satisfacciones y me permite conocer gente increíble. Amo poder transmitir a mis hijos ese estilo de vida.

Marian: ¡Uff! qué difícil ser la siguiente, estas mujeres tienen mucho talento. Yo soy Marian Olivera, psicóloga, profesión que amo. Pero desde hace un tiempo también pude cumplir un sueño, que fue crear Más Hats, mi propia marca de sombreros y accesorios en la que pongo todo: trabajo mucho para ofrecer a mis clientes sombreros y accesorios de calidad, que acompañan las últimas tendencias sin perder el estilo e impronta de la marca. Si bien mi fuerte es el público femenino, también ofrezco productos unisex o para hombres, como las boinas y bufandas de cashmere que son furor para regalar en el día del padre y toda la temporada de invierno. Si bien entrego y tengo clientes en todo el país, acá en la zona me conocen como 'los sombreros de Nordelta'.

Berenice: ¿Soy la siguiente? Bueno, soy Berenice Delupi, coach facial integrando disciplinas milenarias, logrando una belleza auténtica y duradera. Desde mi cuenta en Instagram nace una comunidad de mujeres auténticas y grandiosas, donde la belleza es el reflejo de una salud óptima combinada con rituales de una cultura japonesa milenaria donde estudié, incluyendo hábitos de alimentación, respiración, visualización. Intento que las mujeres logren por sí mismas sus objetivos de belleza personalizados. Ofrezco clases virtuales individuales, workshops presenciales grupales y cursos para profesionales.

Lola: Qué lindo escucharlas a cada una. Si bien ya nos conocemos, siempre es lindo volver a compartir todo esto. Les cuento de mi, Soy Dolores Monti pero me conocen como Lola. Soy instruc-

tora de Yoga, y en mis clases fusiono el estilo Hatha y Vinyasa. También soy Counselor con formación en terapias alternativas. El tarot es mi gran aliado, una gran pasión que utilizo tanto con mis consultantes, como en eventos corporativos, círculos de mujeres, fiestas, incluso en despedidas de solteras. Por momentos siento que soy una especie de Maga o Bruja porque amo hacer rituales y conectarme con la energía de las personas y del Universo que nos rodea. Si me preguntás cuál es mi mayor satisfacción, es poder ayudar al otro a descubrirse a sí mismo, aceptarse cómo es y evolucionar.

Rouse: Increíble lo que hace cada una de las chicas, realmente tengo que decir que cada una lo da todo. Les cuento sobre mi, soy Rosa Alamo (Rouse o Rose), desde que llegué a Nordelta hace seis años, organizo Be Connections, un club de mujeres que fue cambiando con el tiempo. Hoy además de los desayunos y experiencias, puedo decir que soy la puerta de entrada a Nordelta para muchas marcas, porque conozco muy bien el público. Me apasiona poder generar redes, sabiendo lo ocupadas que vivimos todas, valoro mucho el tiempo que se toma cada una para venir a mis eventos, por eso lo doy todo para que se vayan felices y sabiendo que valió la pena. Creo que lo estoy logrando.

¿Los encuentros de Be Connections son solo para mujeres de Nordelta?

Rouse: No, qué bueno que preguntaste. Siempre aclaro que los eventos, tanto los relacionados con Beauty o Lifestyle como los de networking para emprendedoras y mujeres profesionales, son abiertos a todas, todas son bienvenidas a sumarse!

¡Increíble todo lo que cuentan! Cómo se conocieron y se ven 'fuera' de esos círculos habituales del colegio o del gym, debe ser difícil coordinar horarios, ¿cómo lo logran?

Rouse: Es verdad, cada una se reparte entre horarios de colegios, reuniones sociales y obligaciones de sus negocios, tenemos agendas llenas cada día. Pero encontramos la manera de vernos porque de verdad nos hace bien.

Sole: También buscamos puntos de encuentro en nuestros negocios. Por ejemplo con Rouse lanzamos Brand Luxury Experience, que nos apasiona a ambas. Buscamos generar experiencias de lujo que se disfruten. Creemos que el lujo no lo define una marca,

muchas veces el lujo es estar descalzas y prestar atención a la naturaleza que nos rodea.

Marian: Es verdad, nos entendemos porque compartimos el ser emprendedoras. Cada vez que nos vemos charlamos, hacemos catarsis, pero también buscamos darnos cuenta de lo afortunadas que somos y valorarlo.

¡Gracias por contarnos todo esto! ¿Qué tienen para decirle a las mujeres de Nordelta o de otros puntos, que buscan hacer amigas?

Rouse: Que no se cierren a conocer, escuchar. Todas podemos aprender de otras. Nosotras mismas somos diferentes unas de otras, cada una es fiel a su estilo, pero compartimos, nos divertimos y nos potenciamos.

Fotografías: Laureano Pérez @laureanopz

Rouse Alamo: @be.connections
Sole Senosiain: @msoledads13 @potenciarte
Berenice Delupi: @yogafacialconberenice
Lola Monti: @doloresmonti
Marian Olivera: @mas.hats @marian.olivera
Vero Ardohain: @veroardohainok
@womanlife_mag @womansupplements

EL CLUB DEL CHEQUE

Dólar | Euro | Real | Criptomonedas | Cheques

ESCOBAR
Puertos del Lago
La Rambla Plaza 15
Piso 3, OF D.
11-6363-9062

VILLA DEL PARQUE
Cuenca 3469
11-6528-7230

VILLA URQUIZA
Av. Triunvirato 4624
11-3649-1062

NORDELTA
DEL CAMINANTE 30,
4TO OF 429
11-2815-3864

ElClubdelCheque

ElClubdelCheque

MAZ

Salud & Bienestar

- Medicina Estetica
  - Rejuvenecimiento Facial
  - Perfilamiento y volumen en Labios
  - Ojeras
  - Plasma Rico en Plaquetas
  - Rinomodelacion
  - Rejuvenecimiento de Manos
  - Biorrevitalizacion
- Implante Capilar tecnica FUE
- Recuperacion Capilar
- Nutricion
  - Nutricion Clinica y Funcional
  - Alimentacion en el Deporte
- Medicina General
  - Solicitud y revision de Estudio de Laboratorio
  - Seguimiento de Pacientes Post-Covid

Dra Diana Zuluaga M.P. 456531
Esp. Medicina Estetica
Esp. Terapia Intensiva
ECMO Especialista

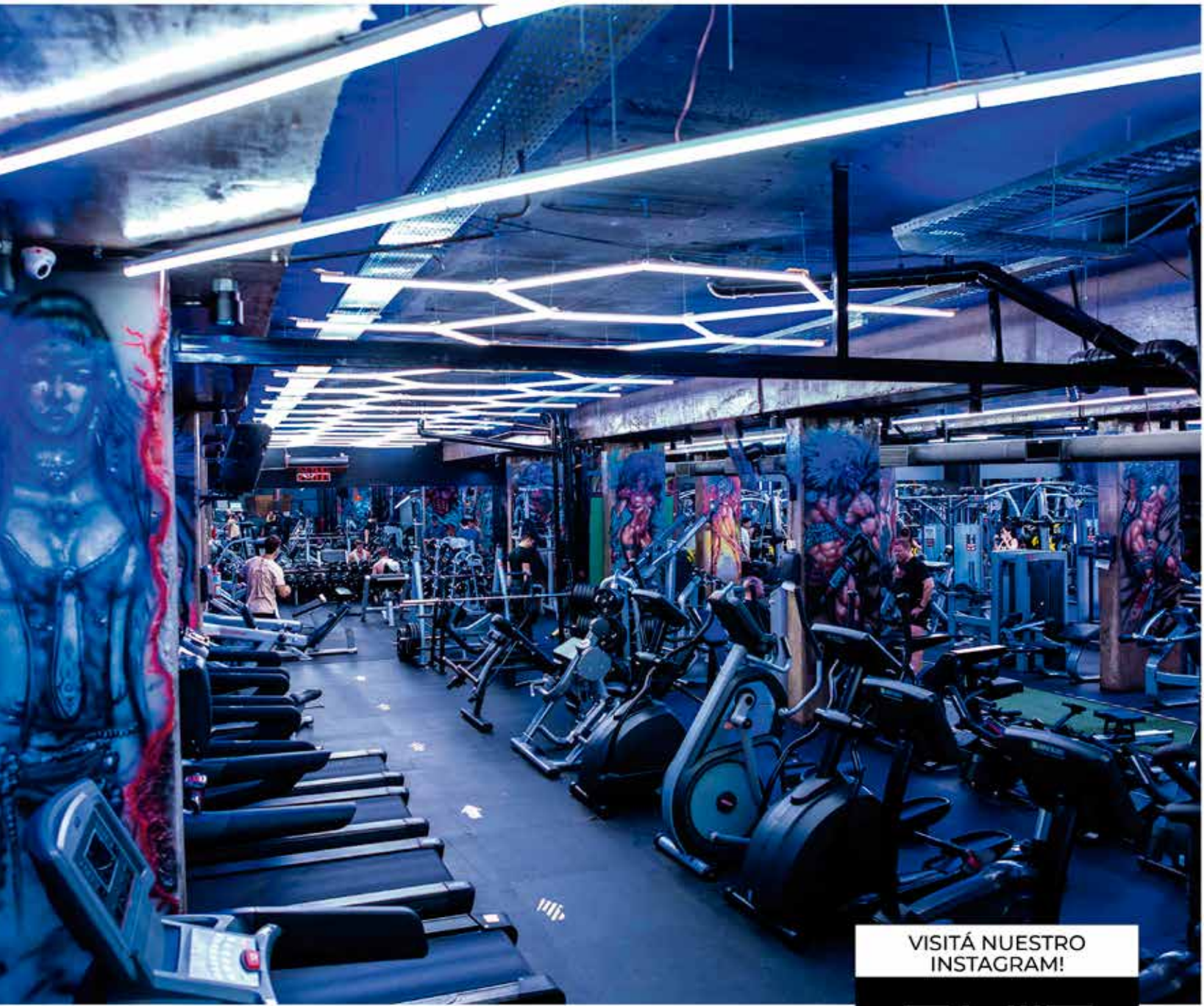
5491123848327

Pasaje de las Ciencias 75, of302, North Coral Plaza

VIKEN

VIKEN FITNESS CENTER

- NORDELTA -



VISITÁ NUESTRO INSTAGRAM!

"TRAIN HARD, BE STRONG"

Entrená y motivate en el gimnasio más exclusivo de Zona Norte

11 6748-7768

Bahía Grande, NORDELTA RIO

Delivery sin cargo
de martes a domingo

la carnicería boutique curadora de los mejores cortes de carne vacuna, cerdo y cordero para paladares exigentes

Cortes de calidad diferencial envasados en su totalidad al vacío en paquetes de calibres chicos.

carne kosher envasada al vacío

BIFFE
CARNES PREMIUM

Remeros Plaza Shopping
Santa María de las Conchas 4711 - Local 1114
Tel. 11 2616-1114
@biffecarnespremium
Horarios: De lunes a jueves y domingo de 10 a 20 hs.
Viernes y sábado de 10 a 20.30 hs

Cotizá tu vehículo

NDA SEGUROS

SEGURO AUTOMOTOR

Protegé tu vehículo con el plan que más se ajuste a vos.
Te asesoramos para que eligas la opción de mayor cobertura, al mejor precio.

TARIFA EXCLUSIVA PARA BARRIOS PRIVADOS

CAUCIÓN DE ALQUILER

En NDA te asesoramos para que accedas a tu garantía de alquiler sin necesidad de aval propietario

TRABAJAMOS DIRECTO CON INMOBILIARIAS

1160001754 WWW.NDASESORES.COM.AR @ndaasesoresdeseguros

BOULEVARD DEL MIRADOR
220
NORDELTA

·HIERRO·
PARRILLA

Una propuesta conectada a la vanguardia, el arte, música, tradición, compromiso y ***amor por lo que hacemos.***

- MIRÁ EL MENÚ -

En ***HIERRO*** vas a encontrar un espacio único y con un nuevo concepto. ***Ubicado en la bahía de Nordelta, la oferta gastronómica contempla platos con carnes Premium, vegetales orgánicos y materias primas seleccionadas.***
Maridajes con una coctelería de autor, cervezas artesanales y una exclusiva cava de vinos.

Con espacio en exterior e interior y con un estilo industrial podés disfrutar la experiencia ***HIERRO*** de la mejor manera en un ambiente ideal.

CARNES *argentinas*

En el menú encontrarás exclusivos cortes de carnes argentinas de novillo Angus Black, ***maduradas al vacío durante 35 días*** seleccionadas por nuestro Sommelier de carnes.

CÓCTELES *Hierro*

Tragos para disfrutar por la tarde y por la noche. ***Maridajes únicos que contemplan todo para despertar los sentidos.***

LUCAS TRIGOS

EL CABALLERO DE LOS FUEGOS

Quisimos conversar con el chef que ha maravillado a mandatarios y obtenido diversos reconocimientos, pero descubrimos otra faceta, más introspectiva y reflexiva, casi un manifiesto viviente de su profesión, nada común en profesionales de esa talla.

En nuestro encuentro inicial dejaste caer una frase que me 'taladró' la mente por varios días: APRENDER A VESTIRSE POR DENTRO.

Ese pensamiento fue el resultado de una reflexión, de una sensación fuerte de no estar alineado con el camino que yo quería transitar en esta profesión.
Sentía en ese momento una ola gigante, que había comenzado a empujarnos a muchos cocineros hacia una dimensión desconocida, diferente y muy tentadora, llena de estrellas y premios, donde algunos conceptos, para algunos sagrados e intocables, se torcían y manipulaban a gusto, alterando el orden de importancia de algunos de los valores fundamentales de la cocina y del cocinero.

Se le daba más importancia al parecer, que al ser. El 'parecer' se imponía sobre la esencia, en donde la valoración externa de lo que aparento, prima por sobre quien soy. Vestir o adornar un plato para que se vea lo más parecido a una composición artística, era más importante, que hacer la mejor combinación de ingredientes y lograr un plato más rico. Entonces, si tal ingrediente no combina o afecta el contraste de color, ¡hay que sacarlo! para eso estudiamos diseño...aja.

Vestirse por dentro es la necesidad de no perder el enfoque en lo verdaderamente importante y valioso, aprovechando cualquier oportunidad que tengamos para sumarnos más a lo genuino y sincero. No olvidarse de poner el despertador, para que nos rescate de esos sueños que habitan en el mundillo de las apariencias y de lo superfluo, de las etiquetas y marcas; evitar creernos el cuento de que somos el precio que pagamos por lo que vestimos, las zapatillas de lujo y los likes que obtenemos en las redes sociales. Más parezco más me valoran, más tengo, mejor soy. Bullshit. Nosotros ya somos.

¿Qué significa ser un cocinero hecho y derecho?

'Cocinar es un acto de amor, pero lo es todavía más de responsabilidad '

No sé qué significa, pero sí podría decirte que considero como importante y valioso en los cocineros que forman parte en mis equipos.
La condición más importante de todas es que estén hechos de buena madera, que sean buenas personas. Lo demás se aprende, se lo enseñamos.
Que tengan absoluta comprensión y creencia en los valores fundamentales que compartimos todos los que honramos nuestra profesión. Respeto, solidaridad, humildad, compromiso, pasión, amor y un alto grado de tolerancia a la frustración y que sepa manejar la ansiedad.
La higiene personal es otra condición indispensable.
A mi criterio, estos aspectos dan una base sólida a la estructura de un cocinero integral. La parte técnica, el conocimiento, todo eso se obtiene.

Entendemos que encontraste esta vocación a muy temprana edad.

Más que encontrar me crucé con ella. En San Isidro, en la cocina de mi casa materna, a los once años, comencé paulatinamente a hacerme cargo de cocinar. Somos tres hermanos, mi madre era docente, trabajaba todo el día y de forma tácita decidimos que yo decidiría qué comer. Así de simple, y sencillo, desde aquellos días, se dejó ver por dónde iba la cosa.

Hablemos del riesgo que significa cocinar.

Te diría que más que hablar del riesgo que significa cocinar, en donde no me alcanzarían todas las páginas de esta revista para enumerarlos, me parece muy importante hablar de las responsabilidades que hay que velar al momento de dar de comer.
Quien cocina, tiene que ser en todo momento consciente, que nuestros comensales nos confían, no sólo la posibilidad de alimentarlos satisfaciendo una necesidad vital, también ponen en nuestras manos, lo más valioso que poseen: su salud y la de sus seres queridos.
Esta, como otras tantas responsabilidades de calibre, son una parte de las razones y motivos, por los que los principiantes deben pasar tanto tiempo en entrenamiento y prácticas (además de cursos de manejo y buenas prácticas, salud e higiene, etc.) antes de siquiera pensar en tocar una sartén. Más aún, después de haber pasado todas las pruebas y las lecciones, lo más probable es que el jefe de cocina le asigne un cocinero experimentado como tutor durante una semana.

‘La berenjena no tiene la culpa de que no sepas qué hacer con ella’

¿Qué le dirías a un cocinero que está iniciándose en el camino de esta profesión? ¿Con cuáles situaciones debería estar atento y prepararse para lidiar?

En primer lugar, felicitarlo y decirle lo increíble y mágico del mundo que eligió, y que si esta es su verdadera vocación, la cocina será para él un parque de diversiones y un enorme centro de aprendizaje.Debe comprender que va a convivir y estar la mayor parte de su vida de cocinero, en un ¨templo¨ que no reconoce ni hace diferencia en escalas sociales, ni culturales.
Para un jefe de cocina, será lo bueno o malo que demuestre ser, lleve un apellido de conde o firme con una x...

Esta es una de las pocas profesiones que te permiten empezar a trabajar y llegar a lo más alto, sin la necesidad de haber siquiera hecho el colegio primario.
Si eres buen compañero, solidario, humilde, generoso y respetas tu trabajo y a tus compañeros y demuestras verdadero amor por lo que haces e interés en aprender, ¡tienes buen pronóstico!
Es fundamental informarte de todo lo que está sucediendo en la gastronomía en general, es un mundo infinito y muy dinámico.
Finalmente, tendrás que estar preparado para transitar la frustración, aprender del error, intentar una y otra vez, sin desfallecer. Ese registro del fallo es fundamental en el proceso de aprendizaje, es sin dudas uno de los factores más importantes que te ayudarán a crecer y a evolucionar.

Has hecho una carrera impresionante, en plazas exigentes como Londres, Barcelona y otras varias ciudades de Francia. A partir de tu experiencia, ¿qué consideras que se viene en la gastronomía, tan cambiante y versátil?

Hay dos caminos bien marcados que he notado se hacen cada día más fuertes en la industria.
El primero y más poderoso, la toma de conciencia de cómo nos alimentamos y cómo impactamos el medio ambiente. Esto ha llevado a muchos gastronómicos a cambiar sus costumbres de consumo. En Europa hace varios años que se ha instalado la premisa ¨compromiso kilómetro cero¨, que es intentar darle siempre prioridad al uso y adquisición de materias primas de proveedores de cercanía, a los vecinos, pequeños agricultores y pymes, logrando una relación natural y necesaria con beneficios para todas las partes, permitiendo a los productores sostenerse y vivir dignamente, haciendo lo que saben hacer, planificando con tranquilidad las siembras, volúmenes, tipo y variedad de productos, y los comercios pueden acceder a un producto más fresco, de mejor calidad, y con impacto y huella de carbono cero.

La otra tendencia que veo también es la llegada del concepto de una cocina más primitiva, menos sobrecargada, sin la necesidad de ser exótica o compleja para impactar, en donde el gran desafío es lograr la excelencia y sabor, transformando lo menos posible, potenciar lo simple.

Esta cocina a mi parecer es de las más difíciles y desafiantes. El verdadero reto para un cocinero.

Estamos siendo testigos de un tiempo de inflexión que regresa a la esencia, no porque reniegue de lo novedoso, sino porque a veces el volver un poco a lo primario y simple, nos da la posibilidad no solo de comprender el porqué de muchas preparaciones, sino también de aprender sus técnicas y métodos de elaboración.
A modo de ejemplo podría mencionar la actual tendencia en restaurantes de muy buen nivel, que ofrecen en su menú, diferentes cortes de carne madurados. Muchos creen que es un método actual y moderno, pero no es así, ¡existen registros de esta misma técnica que datan de la época de los vikingos!

Todo esto también ha motivado a muchos cocineros a investigar épocas anteriores a las apariciones de dos de los más grandes cocineros de la historia de la cocina moderna; Paul Bocuse y August Escoffier.
Bocuse es considerado uno de los padres de la nouvelle cuisine y Escoffier también creador de la cocina moderna entre tantos otros aportes. Fueron dos enormes creadores culinarios, transformadores de la cocina, ¡del cómo se come hoy y de miles de recetas! pero a partir del nuevo concepto de comer mejor, en menos cantidad y más sano, se llevaron puestas muchas preparaciones originales y las transformaron en recetas adaptadas, y a partir de ahí, fueron tomadas como ¨las¨ recetas.
Es por ello que debemos recuperar las recetas originales, anteriores a estas intervenciones.

‘A los elementos; el fuego, el agua, el viento, no los dominas ni doblegas. Te debes amigar con ellos’

Sabemos que tienes en mente un gran proyecto para desarrollar una escuela gastronómica / granja con un enfoque diferente...

Sueño con una escuela, pensada y diseñada con un enfoque más amplio e integral, más aggiornada a las necesidades de una cocina actual y muy competitiva, que integra en su concepto más medular, la conciencia y el respeto del medio ambiente y sus recursos. Ya cuento con el apoyo de un grupo de profesionales de la cocina de diferentes países del mundo, con gran trayectoria y reconocimiento, expertos en agricultura biodinámica, e intensiva, etc. Falta poco...
Ojalá este hermoso e innovador proyecto educativo, logre sumar a quienes puedan y quieran ayudar a que se materialice. Es mi más profundo deseo y voluntad, pasar mis últimos años de cocinero, ¡devolviendo y dándolo todo para los que vienen!

Sabemos que estuviste estos meses con bastante trabajo haciendo la apertura de un par de restaurantes acá en Argentina, ¿Qué nuevos desafíos tenés en cartera?

Arranqué a pleno con el armado y el lanzamiento de dos restaurantes, uno en Buenos Aires y otro en la Patagonia, y tengo otra apertura de restaurante en Girona, y si Dios quiere y llego con los tiempos, otro más cerca de aquí. Por suerte me ha tocado un año con mucho trabajo y satisfacciones, estoy super agradecido.

Instagram: @lucastrigos
Fotografía: Laureano Pérez @laureanopz

CARNICERIA - QUESOS - FIAMBRES - DULCES - EMBUTIDOS - CONGELADOS - LACTEOS - FRESCOS - ALMACEN - LIMPIEZA

RUTA 26
Av Constitución 1140
Del Viso

RUTA 27
Av. Agustín M. García 6348
Nordelta Rincón de Milberg

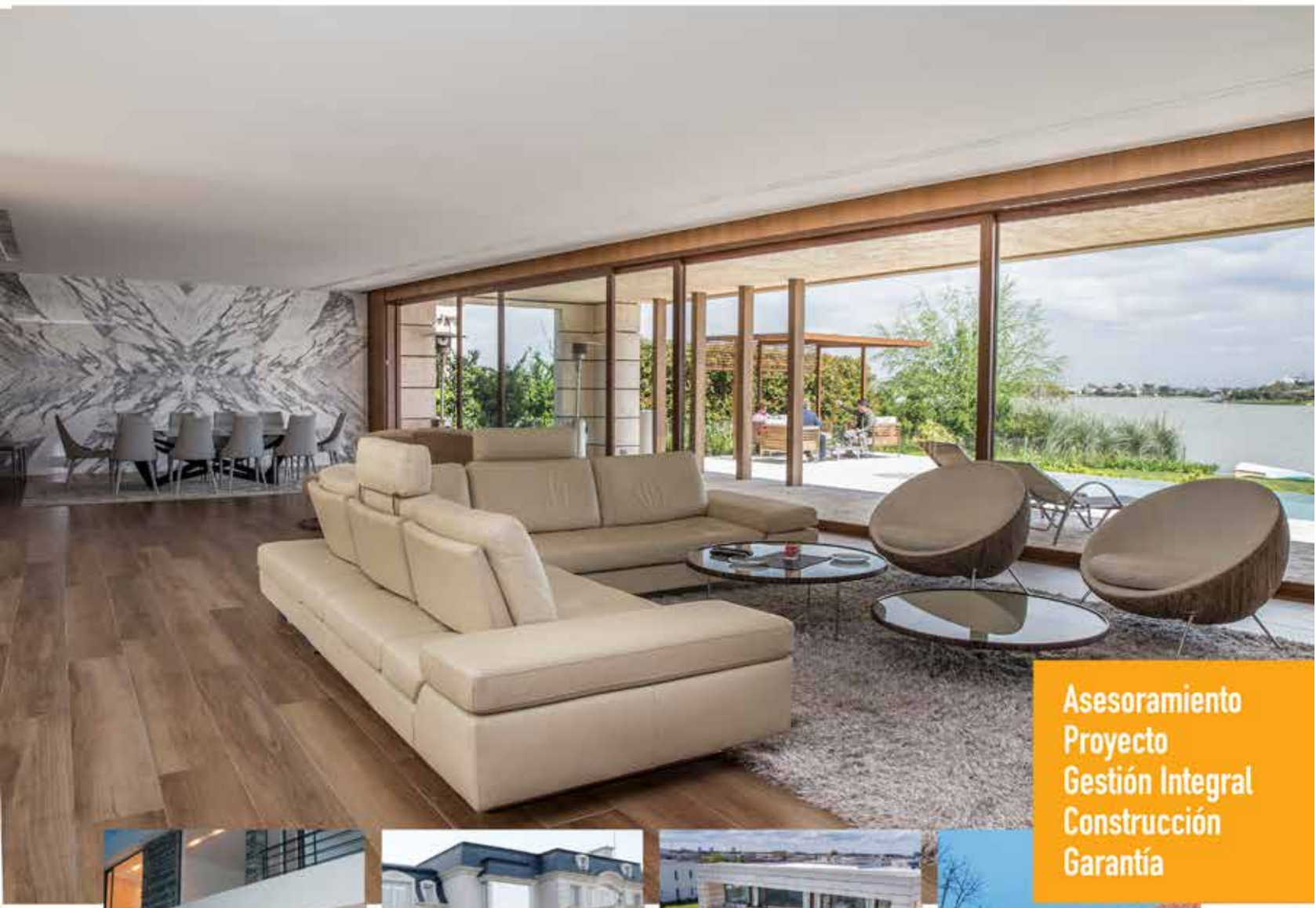
RUTA 202
Av. Angel T de Alvear 2211
Don Torcuato

@donangelmayorista donangelmayorista www.donangel.com.ar

18 años
300 proyectos
200 casas

CI
BA

Diseñamos
y construimos



Asesoramiento
Proyecto
Gestión Integral
Construcción
Garantía

Av. Del Puerto 215 - Piso 7 - oficina 723 C.P: 1671
Bahía Grande - Nordelta- Prov. de Bs. As.

Tel.: (54 11) 5252-1619
info@cibasrl.com.ar

cibaarquitectura.com

OLIVÍCOLA · DESDE 1985

FAMIGLIA GULLO

FamigliaGullo

+5491122501043

THE
BEAUTY
BAR

BY COCO BUENOS AIRES

Javier Luna
Peluquería

MANICURA Y PEDICURIA OPI
NAIL ART Y ESCULPIDAS
PERFILADO DE CEJAS CON HILO
EXTENSIONES Y LIFTING DE PESTAÑAS
TRATAMIENTOS ESTÉTICOS
CORTE - COLOR
BALAYAGE - PEINADOS
MAKE UP
BARBERIA

SHOPPING REMEROS PLAZA
PRIMER PISO, NORDELTA, TIGRE
TEL.:11 2365 8791

@javierlunapeluqueria
@lunabarberia
@cocobuenosaires

Av. Sta.Maria de las Conchas 4711
Rincón de Milberg
Shopping Remeros Plaza
Mail: tjpapeleraremeros@gmail.com
tjarbaremeros.com

TJ ARBA PAPELERA

ENVÍOS A DOMICILIO
HACÉ TU PEDIDO POR WHATSAPP:
11 2616-1115

PAPELERA Y COTILLÓN

DESCARTABLES - EMBALAJE - HIGIENE - LIMPIEZA - GASTRONOMÍA
BOLSAS - COTILLÓN - LIBRERÍA - LÍNEA ECOLÓGICA

DOCTORES

PALMIERI

CENTRO DE ODONTOLOGÍA ESTÉTICA

LA MISMA **ATENCIÓN,** MAYOR **PROTECCIÓN**

Sumamos medidas de BIO-SEGURIDAD para que tu atención sea mas segura. Incorporamos a nuestro protocolo habitual (BARBIJO, GAFAS, LUPA Y CUBREBOTAS) las medidas establecidas por la OMS (CAMISOLÍN ESTÉRIL,COFIAS) y un exhaustivo protocolo de Desinfección previo al ingreso.

Seguimos CAMBIANDO SONRISAS en UNA SESIÓN

Gracias a nuestro SISTEMA 3D confeccionamos Restauraciones digitales en una sola sesión, así, evitamos la CONTAMINACIÓN CRUZADA que se puede generar cuando las cerámicas (Coronas, Carillas, etc) son enviadas al laboratorio. De esta manera CORTAMOS LA CADENA de manipulación que se puede producir en su confección. NOS CUIDAMOS Y TE CUIDAMOS!

+54 9 11 5037-7267

Doctores Palmieri

@doctorespalmieri

Av. del Caminante 20, Puerta Norte 1, Of 511 y 512 - NORDELTA

www.doctorespalmieri.com.ar

ENTREBOLLOS

UN NUEVO CONCEPTO DE LA PANADERÍA TRADICIONAL

Julieta e Inés, socias y dueñas de Entrebollos, eran conocidas lejanas antes de emprender juntas en este proyecto. Pero descubrieron, con una conexión cuasi mística, que tenían una misma pasión que las unió y les permitió descubrir y compartir este desafío.

Desde muy joven la gastronomía atrajo a Julieta. Fantaseaba con tener un negocio, quizás su propio café. El camino que encontró la guió en sus primeros estudios, es Licenciada en Tecnología de los Alimentos, para trabajar durante 10 años en Calsa, una empresa dedicada a la producción y comercialización de levadura, lo cual le sirvió como plataforma para conocer el mercado y desarrollar la experiencia necesaria para llevar adelante su proyecto. La panadería primó sobre la cafetería. Fue comprendiendo que la panadería argentina era muy buena en su producción pero no consideraba las necesidades del consumidor. "Cuando abrimos Entrebollos nos propusimos revalorizar la panadería argentina, en ese momento la panadería francesa estaba muy de moda en

Buenos Aires, pero teníamos claro que ese no era nuestro camino." nos cuenta Julieta, convencida que el momento de concretar su proyecto había llegado.

Inés, en cambio, llega a Entrebollos por otro recorrido. Ingeniera Agrónoma y más tarde Paisajista, trabaja por varios años exitosamente en su estudio de paisajismo cultivando su veta artística que luego aplicará en Entrebollos. Pero también era consciente de su necesidad de experimentar el área comercial. Así fue como sus caminos se cruzaron y surgió Entrebollos como una síntesis de forjar una panadería moderna y aggiornada. Sus experiencias pasadas se ven reflejadas en sus diferentes roles. Julieta coordina la producción e Inés la venta, dándole su toque estético característico. De allí que se destaca la elaboración a la vista, la presentación de sus productos, la calidez del espacio y la atención personalizada.

¿Cómo fueron sus comienzos?
Julieta: Nuestro primer local, que nació en 2017, fue muy chiquito, de 29 metros cuadrados, en San Isidro. Hicimos toda la inversión nosotras formando un pequeño equipo con un panadero y una chica en la atención, trabajando al principio 12 horas al día. Inés atendía y yo producía. Por suerte la gente del barrio siempre nos acompañó, así que poco a poco fuimos creciendo, primero en personal y después al año tuvimos la oportunidad de alquilar el local de al lado para poder expandirnos.

¿Qué los atrajo de la zona de Nordelta?
Inés: Nos pareció que ya teníamos suficiente experiencia y conocimiento del negocio y estábamos con ganas de crecer. Teníamos muchos clientes de Nordelta que nos compraban tanto en el local como por delivery y que nos pedían estar más cerca. Durante la pandemia los deliveries aumentaron muchísimo, como también nuestra clientela en la zona, por lo que evaluamos la posibilidad de un segundo local. Yo soy de Nordelta, conozco al público de la zona, lo importante era encontrar una ubicación precisa. Encontramos este local que si bien había que hacerle mucha obra nos ofrecía un enorme potencial.

¿Cuál es la propuesta de Entrebollos Nordelta?
Julieta: Para nosotras lo más importante era conservar uno de nuestros principales valores: la producción a la vista. Para esto replicamos y expandimos la producción que teníamos en San Isidro, duplicamos el personal y la maquinaria para asegurar que cada producto se realice en el local donde se vende. De hecho nos preguntan mucho por franquicias, pero estamos convencidas de que primero necesitamos tener la experiencia necesaria para manejar múltiples locales sin perder la artesanalidad de la producción. Es primordial que el cliente pueda comprar lo que ve que están haciendo en el local. En San Isidro, que es más barrio, nos pasa muy seguido que nos digan "vine por el olor, imposible no entrar" y eso creemos que es un valor fundamental de una panadería.

Inés: Si bien el local de Nordelta es nuevo, inauguramos en febrero, tenemos la suerte que las personas que vienen vuelven. Acá pudimos abrir un lugarcito para tomar un café, valor agregado a

nuestra propuesta. Tenemos también un amplio estacionamiento, por delante y por detrás del local, que permite a los clientes hacer tranquilos sus compras. Beneficio importante al estar sobre la ruta 27.

¿Cuál es su producto estrella?
Inés: ¡Tenemos tantos que es difícil elegir! Pero sí te puedo mencionar dos productos que producimos desde que abrimos en San Isidro y siguen siendo los más vendidos. Como producto salado: los Chipás, que salen calentitos durante todo el día. Y como producto dulce: el Carrot Cake, que lo alaban como uno de los mejores y es uno de nuestros grandes orgullos.

Hablar con Julieta e Inés es comprender la gran pasión que existe detrás de este negocio. Entrebollos nació de los sueños compartidos entre dos socias y creció con su trabajo y esfuerzo, nutrido por el apoyo incondicional de ambas familias. Más que un negocio es un sueño compartido hecho realidad.

Por María Luisa Santo Venia
Fotografía: Laureano Pérez @laureanopz

CONTACTO
Instagram @entrebollos
Abrimos de martes a sábados de 8 a 20 hs
y domingos de 8 a 19 hs
Whatsapp 11 3664 7697

¡Rapanui llegó a Nordelta!

estamos en Chateau Portal Calle del Portal 35

Te esperamos de domingo a jueves de 10 a 00:30
y los viernes, sábados y feriados de 10 a 01:30

RAPANUI

Producto 100% Natural

Nuevo

Limpia Parrillas

Remueve hasta la grasa más profunda.

HORNOLIM

Más información:

Hornolim

www.vlsa.com.ar

Villard & Louis

ALAMBRADOS
PUERTAS - PORTONES - TRANQUERAS

d_coar
construcciones Argentina

Alambrados

- PUERTAS
- DECKS
- PORTONES
- TRANQUERAS
- OBRADORES
- CIERRES DE OBRA

11 6999 9315

@decoarconstrucciones

SUSAN SELIS

APERTURA OFICIAL
Nuevo Centro de Belleza

Nuestros servicios:

- Rellenos con ácido hialurónico
- Rino modelación
- Cirugía plástica y medicina estética
- Botox
- Plasma rico en plaquetas
- Belleza capilar: keratina, baño de seda, botox capilar, nutrición capilar, peinados
- Maquillaje profesional
- Reiki
- Pilates (en mat)
- Belleza de manos y pies
- ¡Y MUCHO MÁS!

Av. del Puerto 215, piso 7° of. 714. Bahía NORDELTA.
Información y reservas de turnos: 112162-0272

¡Seguinos en Instagram!
Susanselis

DELTA HOME CENTER

Ferretería, cerrajería, sanitarios, electricidad, materiales de construcción, iluminación, pintureria

SERVICE
Y ASISTENCIA PROFESIONAL A DOMICILIO

Shopping Remeros Plaza
11 2467-4741
11 4784-0077
De lunes a lunes de 8 a 20 hs

HACEMOS DELIVERY

ABOGADOS RODINI

- DERECHO CIVIL
- SUCESIONES
- ACCIDENTES DE TRÁNSITO
- DERECHO EMPRESARIAL
- ASESORAMIENTO JURÍDICO
- DERECHO LABORAL
- ART y COMISIONES MÉDICAS
- DIVORCIOS
- DERECHO TRIBUTARIO

Mail:
@abogadosrodini
rodiniestudio@gmail.com
anajuliarodini@gmail.com

Teléfonos:
11- 3064-1290
11- 6884-4392

Dirección:
Calle del Caminante 30, Puerta Norte II, Piso 2, Oficina 217, Centro Comercial Nordelta

25 AÑOS DE TRAYECTORIA, EFICACIA, HONESTIDAD Y CONFIANZA.

Odonto.Zen

Fernanda Herrera Murua

Odontóloga Adultos y Niños

Av. del Puerto 215,
Bahía Grande, Nordelta.
Ofi 311

Blanqueamiento Dental
Implantes
Alineadores Invisibles
Brackets
Aplicación de Botox

Contamos con Estacionamiento

odonto.zen

+54 9 11 3635-7333

CHILL OUT - CARLOS BENDRICH

"CONSTRUIMOS DISEÑOS QUE ESCUCHAN AL HOMBRE DEJANDO HABLAR A LA NATURALEZA".

BIG TREES & GARDENING ES UNA EMPRESA COMPROMETIDA CON LA PRESERVACIÓN DEL MEDIO AMBIENTE, DEDICADA A PROYECTAR, DIRIGIR Y EJECUTAR OBRAS DE JARDINERÍA.

Comenzamos nuestra actividad en el año 2010, y desde el inicio, nuestra MISION, es la de promover de toda forma posible y desarrollar las obras necesarias para lograr la buena convivencia del hombre con la naturaleza.

CHILL OUT, no es un vivero exclusivamente comercial, es un espacio pensado y desarrollado con la misma visión. La armonía entre el ser humano y la naturaleza es fundamental para mejorar nuestra calidad de vida. En eso estamos enfocados.

¿CÓMO SURGIO EL NOMBRE CHILL OUT?
A pesar de estar en medio de una zona altamente transitada y con abundantes centros de compras, este vivero permite la conexión con aspectos de nuestra sensibilidad que generalmente no podemos ejercitar estando inmersos en el vértigo de la rutina diaria.

CHILL OUT REMEROS fue desarrollado con vocación de servicio y poniendo el máximo cuidado en los detalles para generar una propuesta comercial que a su vez sea estética, saludable, regenerativa y cognitiva.

¿POR QUÉ NORDELTA?
Es el lugar donde Big Trees inicio sus actividades, desarrollando tanto espacios comunes de barrios y accesos, como jardines particulares. Los deseos de los propietarios de transformar estos grandes lotes en hermosos parques, se frustraban con las limitantes de drenaje de sus suelos altamente modificados. Por otra parte, en ese tiempo la ciudad pueblo era muy joven y demandaba de ejemplares de tamaño que la hicieran más confortable.

Nuestra empresa se forjo con esa adversidad, supimos dar soluciones a estos problemas y logramos establecer muchos de

los parques más importantes que se pueden encontrar en la urbanización.

Rectificamos las nivelaciones de los espacios comunes de Castores primero, de la Isla después y plantámos una parte importantísima de las palmeras y ejemplares que destacan en las entradas, avenidas y espacios comunes de la mayoría de los barrios.

Todo nuestro personal se formó bajo la exigencia, no solo técnica, sino también de formación personal que demanda el estándar de Nordelta y los otros barrios de la zona.

Lo mismo sucede en Tigre y San Fernando, donde la comunidad y sus representantes dan, desde hace mucho tiempo, una entidad muy especial a las áreas verdes y el arbolado invirtiendo importantes sumas en su ejecución y posterior mantenimiento, esto hace a estos Municipios referentes en este aspecto.

Más allá de no haberlo pensado específicamente, naturalmente nos establecimos en esta zona ya que nos sentimos cómodos ante la exigencia y disfrutamos de la gratitud de quienes nos encomiendan el desarrollo de sus espacios verdes.

NO ES HABITUAL ENCONTRAR UN VIVERO DE ESTE TAMAÑO EN UN SHOPPING.

Remeros Plaza es un centro comercial de cercanía, con una propuesta coherente con el entorno residencial donde se encuentra y diferente a los centros comerciales cerrados.

Además de lograr un concepto de espacio verde integrado, la relación entre CHILL OUT REMEROS y REMEROS PLAZA genera una excelente sinergia comercial entre los visitantes a ambas firmas.

> **CHILL OUT, no es un vivero exclusivamente comercial, es un espacio pensado y desarrollado con la misma visión. La armonía entre el ser humano y la naturaleza es fundamental para mejorar nuestra calidad de vida. En eso estamos enfocados.**

CHILL OUT ES UN VIVERO DISTINTO.

Big Trees comenzó en 2010 a desarrollar obras de jardinería en gran escala con gran éxito, considerando que al día de hoy llevamos más de mil obras ejecutadas. Este arte me aportó mucho y enriqueció en lo personal, hoy mantengo una relación muy afectuosa con la mayor parte de las personas que convocaron a Big Trees para desarrollar sus jardines. CHILL OUT es la forma de devolver a la jardinería parte de lo recibido. Está concebido desde el servicio y no tanto desde lo comercial.

También compartí trabajos con gran cantidad de colegas, los mejores en sus especialidades, es motivo de orgullo personal que se vayan sumando al proyecto y elijan nuestro espacio para exponer y comercializar sus productos. Algunos lo hacen incluso, con intervenciones directas como los jardines verticales, la fabricación de las rocas de los estanques, la iluminación de nuestros espacios o el diseño de jardines para nuestros visitantes. Con ellos además estamos organizando una de las áreas más importantes del vivero.

La propuesta de cursos y capacitaciones es para CHILL OUT fundamental en el proyecto e incluye temas como arboricultura, huerta orgánica, iluminación de parques, mariposario, jardinería, diseño de espacios verdes, entre otros.

¿QUÉ OFRECE CHILL OUT A SUS VISITANTES?
CHILL OUT ofrece una importante variedad de especies forestales, arbustivas o herbáceas, nativas y exóticas, de tamaños difíciles de encontrar en el mercado.

En el vivero van a encontrar además, muchas tecnologías aplicadas a la jardinería. Nuestras terrazas y muros verdes, estanques o sistemas de riego, son solo algunas de ellas y por otro lado podrán ver y aprender de técnicas tradicionales de huerta orgánica, compostaje o decoración entre otras.

Es muy importante destacar que a pesar de verse como un lugar de fantasía, todo lo que ofrece CHILL OUT está probado, funciona y es perfectamente replicable en sus parques, terrazas o muros.

A los profesionales del rubro, arquitectos, paisajistas o jardineros que concurran con sus clientes, les ofrecemos un lugar donde reunirse, leer libros de jardinería de nuestra biblioteca, recorrer el vivero, ver las plantas y las técnicas antes mencionadas en distintos estados de evolución, requerimientos de mantenimiento y riego.

CONTANOS UN POCO A QUE TE REFERÍS COMO "TÉCNICAS APLICADAS A LA JARDINERIA".
La jardinería es una actividad en constante transformación. Lo que hoy llamamos jardinería moderna contempla plantaciones en lugares que antes eran infrecuentes, como paredes, terrazas en pisos altos, balcones de pequeñas proporciones, todo tipo de cantero de hormigón pre-moldeado para dividir carriles vehiculares, se planta en interiores de edificios y hasta en lugares que se inundarán completamente por un periodo de tiempo, como son los retenes hídricos.

Esta evolución va aparejada al desarrollo de nuevos diseños industriales y materiales, gran parte producto del reciclado de elementos que de otra manera estarían contaminando el medio ambiente, y así se transforman en un apoyo importante para desarrollar en forma eficiente las prácticas más tradicionales de la jardinería o hacer viables las nuevas prácticas.

¿CÓMO SURGIÓ LA IDEA DE ARMAR UN RESTAURANTE EN EL VIVERO?
La idea inicial era la de contar con una propuesta gastronómica básica, cafetería con ricas tortas, alguna minuta para el mediodía y buena música para acompañar una lectura o un break laboral de los paisajistas, arquitectos o clientes que nos visitaran.

CHILL OUT abrió sus puertas hace muy poco tiempo, sin embargo en ese breve lapso, la energía y dedicación que le ponen las chicas que se ocupan del espacio y la amplia concurrencia convocada por la experiencia de comer rodeados de tan contundente naturaleza llevaron a transformar nuestra idea original, en un RESTÓ con una amplia propuesta que abarca desa-

> **CHILL OUT REMEROS fue desarrollado con vocación de servicio y poniendo el máximo cuidado en los detalles para generar una propuesta comercial que a su vez sea estética, saludable, regenerativa y cognitiva.**

yunos saludables, avocado tradicional o con salmón ahumado, yogur griego con granola, panqueques de avena, un exquisito pan nube combinado con frutos secos y miel orgánica, café con leche de almendras, jugos y licuados naturales, etc.
La propuesta para el mediodía también es muy variada, platos con salmón ahumado, lomo vacuno o bondiola de cerdo y una interesante variedad de comidas Plant Based para los que eligen no comer carnes.

En este momento estamos acondicionando el invernáculo para generar el ambiente adecuado para comer calentitos por la noche rodeados de la impresionante fronda que los convocó desde el primer día.

TRABAJAR CON MIS HERMANOS

Aunque siempre hay cosas para mejorar, hoy la foto está lograda, ahora el desafío es transformarla en una experiencia que no se vea opacada por ningún detalle. Para eso cuento con los insustituibles Ezequiel y Romina.

Trabajar con mis hermanos es muy importante para mí, estoy seguro que me habrán querido matar varias veces, pero en todo momento cuento con su apoyo incondicional.
Gracias a ese apoyo, Chill out es hoy una realidad.
Romina ocupándose de la administración es una garantía indispensable para cualquier empresa, especialmente en este momento del país. La saludable relación con los productores y fabricantes, de quienes nos proveemos, nos permite continuar aumentando la diversidad de productos y servicios para ofrecer.
Ezequiel en su función gerencial, hace que el vivero cada día abra sus puertas en estado impecable, listo para recibir a los visitantes con incomparable calidez y dedicación, y nadie se imagina la cantidad de trabajos y detalles que esto incluye.

Nunca tuvimos comercio y nos queda mucho por aprender pero estamos contentos con el equipo humano que estamos armando, el personal que cuida, riega y entrega las plantas, las chicas de administración, cajas y atención al público, técnicos que se incorporan al staff, personal de logística y entregas a domicilio, todos ellos con su entrega hacen posible la atención que brindamos y estamos seguros que seguirá mejorando hasta estar completamente a la altura de la demanda de nuestros clientes.

¿TENES NUEVOS PROYECTOS?

Por suerte siempre aparecen nuevos desafíos y los proyectos no se agotan. Un hecho particular me hizo enfocar en el desarrollo de jardines para personas con capacidades diferentes.

JARDINES PARA PERSONAS CON CAPACIDADES DIFERENTES.

Si, a poco de abrir el vivero, vino una mamá y me preguntó qué podría hacer en el parque para su hija que es invidente. La sen-

Es muy importante destacar que a pesar de verse como un lugar de fantasía, todo lo que ofrece CHILL OUT está probado, funciona y es perfectamente replicable en sus parques, terrazas o muros.

sación fue muy contundente, generalmente tengo respuesta para toda pregunta referida a parques pero en ese momento me invadió un vacio técnico y humano importante. Me di cuenta que con más de mil obras de jardinería desarrolladas nunca había pensado ni ejecutado una obra para personas con estas condiciones e inmediatamente surgió el compromiso de abocarme a esta tarea.

Ya estoy haciendo contactos y organizando reuniones para aprender de las virtudes de las personas con capacidades diferentes y como hacer un parque en el que se sientan cómodos, sea confiable y puedan conectar completamente con la naturaleza.

También estoy avanzando en mi conocimiento sobre el espectro autista y en breve tiempo vamos a habilitar una franja horaria para que CHILL OUT sea visitado exclusivamente por familias con niños en esta condición, estando atento a los estímulos que los conecten para trabajar con ellos en el vivero y replicar condiciones similares en sus parques.
Me siento muy agradecido y entusiasmado con la posibilidad de hacer desde la agronomía todo lo posible para mejorar la calidad de vida y convivencia de estas personas con la naturaleza.

OTRAS ACTIVIDADES

La energía que converge en este lugar convoca de forma casi espontánea a personas que cultivan prácticas afines. Arte, yoga, cerámica, cuencos tibetanos, fotografía, meditaciones guiadas, son algunas de las actividades que artistas e instructores encuentran aquí como para las que CHILL OUT REMEROS sea el sitio apropiado para desarrollarlas.

Esto nos da una gran alegría y estamos organizando nuestros espacios físicos para poder incluir a la mayor cantidad posible.

Carlos Sánchez
Fotografías: Laureano Pérez.

Instagram vivero: @chilloutremeros
Teléfono vivero: 11 5525-7705
Instagram restó: @chilloutremerosresto
Reservas restó: 11 3450-1913 / 11 2330-6649
Website: www.chilloutremeros.com
Correo: ventas@chilloutremeros.com
Dirección: Remeros Plaza Shopping.

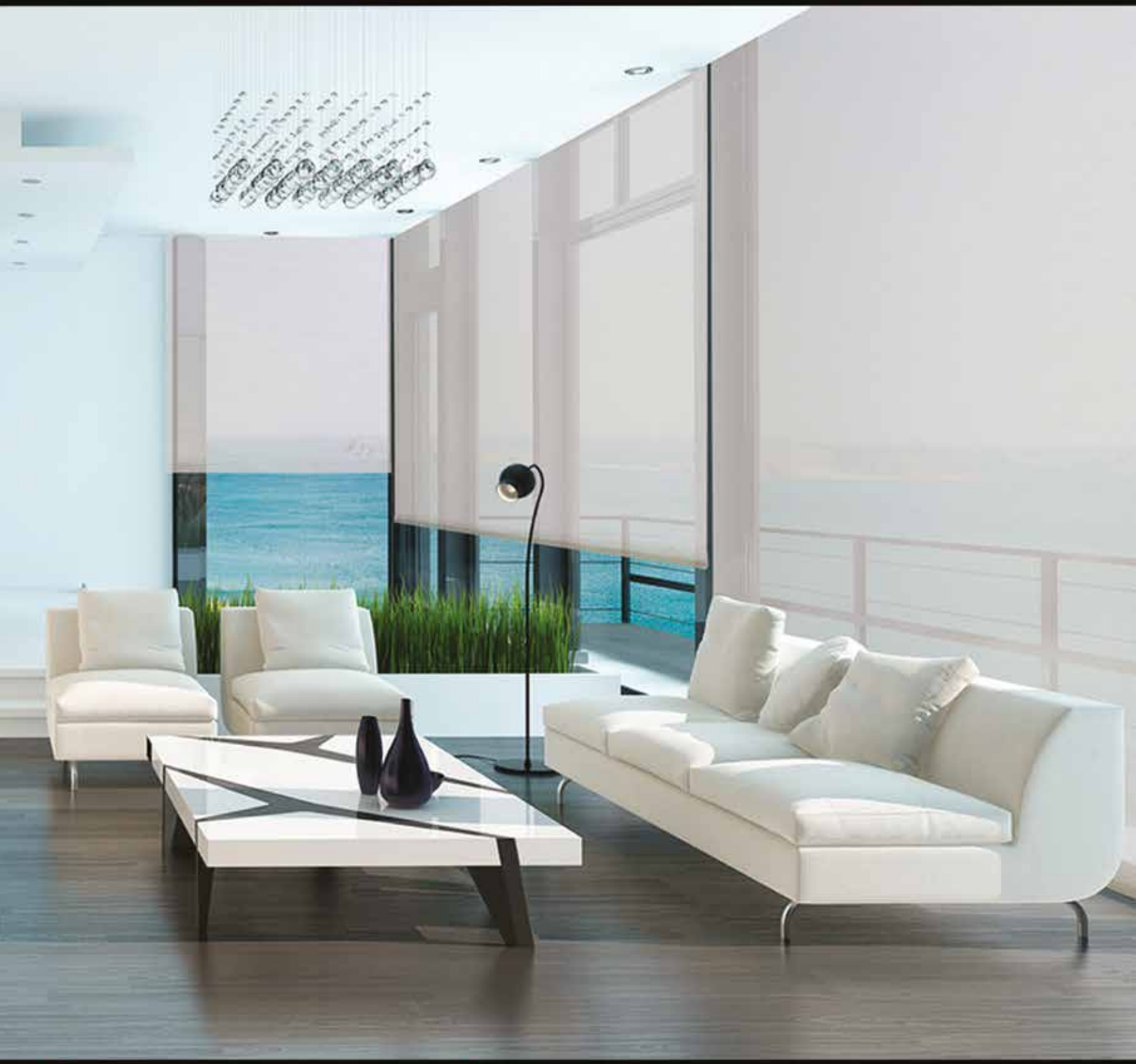
VERTILUX

Art WindoWs

MERMET

FABRICA DE CORTINAS ROLLER

BLACK OUT SUN SCREEN DECO



Ladines 3842 - V. Devoto (C1419EZD)

(011) 4504 - 3201 / 15 6824 2233

cortinas.artwindows

cortinas@art-windows.com

Art-windows

www.rollerartwindows.com.ar

GHOST NORDELTA

SILLONES & MÁS

SOMOS FABRICANTES

Sillón ghost white.
Medida 2 x 0,90.
Placa sofi mitad alta densidad de 26k. $ 79.000

Muebles de aluminio galvanizado.
$299.000

DIRECTO DE FÁBRICA

ENVÍOS A TODO EL PAÍS - TODOS LOS MEDIOS DE PAGO
12 CUOTAS FIJAS

@ghostnordelta 11 5595-5468 11 3525-7552 ghostnordelta@gmail.com

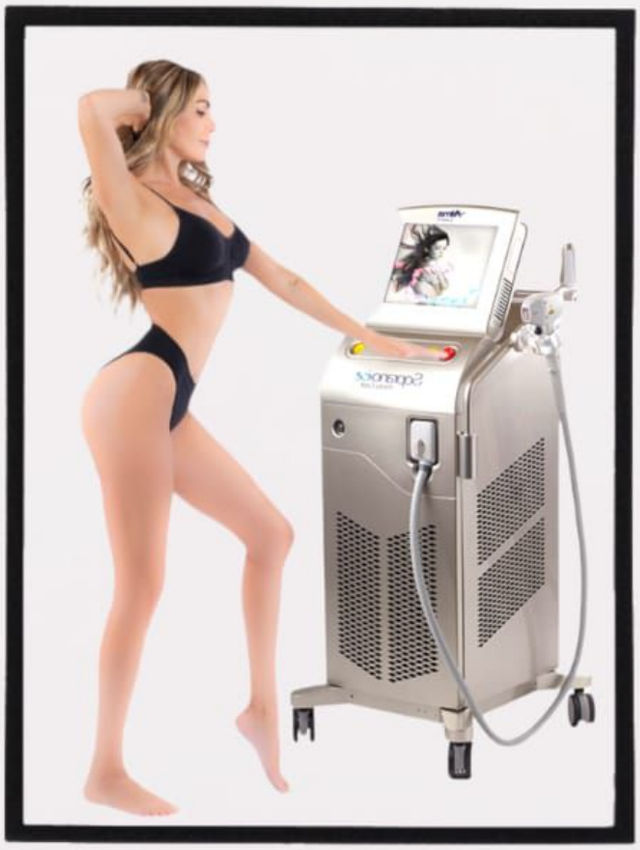
D'AMORE
TECHNO SOLUTIONS

Atención a particulares, locales comerciales y empresas

RETIRO Y ENTREGA A DOMICILIO

Reparación y mantenimiento de PC y notebooks
Armado de PC
Asesoramiento en minería
Venta de notebooks
Formateo e instalación de sistema operativo

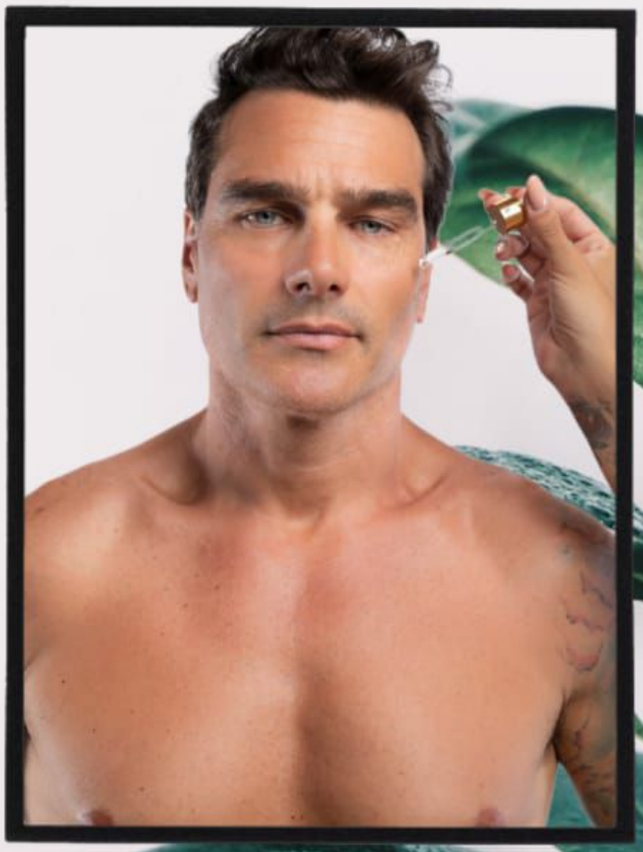
@damore.tech
www.damore.tech
11 5014-5515
AVENIDA DEL GOLF 610, NORDELTA



SPA PLATINUM

MIO-UP
BODYHEALTH
HIFU 4D-7D
MASAJES
PESTAÑAS
MICROPIGMENTACIÓN
TRATAMIENTOS CAPILARES
ESTÉTICA DE MANOS & PIES
BB - GLOW (Tratamientos faciales)
SOPRANO ICE- (Depilación láser)

¡TE ESPERAMOS!



ABIERTO TODA LA SEMANA DE 10 A 19 HRS. BELLEZA Y BIENESTAR POR EXPERTOS CAPACITADOS.
TE INVITAMOS A RELAJARTE RESERVÁ TU LUGAR!

LOS LUNES Y DOMINGOS ATENDEMOS SOLO CON TURNO PREVIO

+5491156628899

@PLATINUMSPAVILATERRA

BV. DE TODOS LOS SANTOS 100 SHOPPING VILA TERRA LOCAL 23 - TIGRE

CON EL REPULGUE POR EL MUNDO

Messi, el tango y la carne son tres de los atributos que más se elogian a los argentinos. Algo de todo ello -habilidad, nostalgia y materia prima- se amarró para dar forma en el exilio a un negocio que es suceso en las más populosas capitales del mundo.

La experiencia de empanadas no sólo se afinca en la carne, sino que ha logrado impactar en decenas de sabores y orígenes que salen a competir del mismo modo en que los hacedores esgrimen cuerpo a cuerpo su valía en las cocinas provinciales… De chorizo, verduras, jamón y queso, ricota… con o sin pasas de uva, aceitunas o huevo, más jugosas o con carne cortada a cuchillo, cierto es que según indicó la BBC en cada barrio de Miami ya se encuentra un puesto de empanadas. No todas argentinas, pero sí latinoamericanas.

Una historia de inmigración de ida y vuelta es la que funda un éxito rotundo en Cataluña. Desandando el camino de su tío abuelo, Raúl González Fernández, hacedor de empanadas en Argentina, antes de emigrar, decidió irse al país de sus ancestros para instalar allí su proyecto. En 10 años pasó de cocinar en su casa a producir 100 mil empanadas al mes. Debió enfrentar desafíos: no contaba con producción industrial de tapas de empanadas, de modo que volvió a las raíces una vez más, y empezó a producirlas siguiendo las costumbres del campo en Argentina, con grasa (de cerdo en vez de vaca).
De pronto se encontró abrumado por las consultas y terminó abriendo siete franquicias con un argelino, argentinos y españoles a la cabeza de cada una. Su negocio, Tío Bigotes, inspirado en el pariente que hizo el viaje inverso en el siglo pasado, acaba de abrir un local en las Ramblas, a pasito del mercado de La Boquería, y otro frente a la iglesia de la Sagrada Familia. También ha sumado otras opciones típicas de su país: alfajores de maicena y pasta frola.

RELLENO "AMERICAN WAY OF LIFE"

Con un morral y poca ropa, desde México que era su residencia momentánea, la argentina Lorena Cantarovici decidió darse una vuelta por Estados Unidos y ver qué deparaba la suerte. Había que tentarla fuerte porque sólo tenía USD 300 y muchas palabras, pero todas en español. Se afincó en Denver con un primer empleo de moza y la gran contrariedad del idioma. Tenía estudios en economía y marketing, pero la barrera idiomática seguía siendo un problema.
En tanto, empezó a producir empanadas caseras para sus amigos, luego a los amigos de ellos, y al poco tiempo estaba haciéndolo para desconocidos. Un día llegó el soñado llamado de una empresa de catering que le encargó 60.
Se hacía inminente para Lorena el alquiler de un local. Se hizo de un sitio recientemente cerrado. Mucha paciencia a la caja sin abrir muchos días y fe en la idea la ayudaron para mudarse a un sitio cinco veces más grande dos años más tarde y María Empanada ya era todo un suceso.

En 5411 producen cerca de 20 mil empanadas al mes para el mercado de Chicago. Además de las versiones clásicas se abrieron paso con adaptaciones locales que incluyen la empanada de pollo y la salsa barbacoa para acompañarlas
Nunca se trató de sólo vender el producto, sino de brindar saber. Se ufana de invertir casi un minuto en vender cada empanada. En todos sus 17 locales se repite la misma letanía: "Dejame contarte qué es una empanada. Es una masa con 14 alternativas de relleno: de carne, de vegetales y una opción vegana". Se ha preocupado en instaurar en la mente de sus clientes el concepto de una opción económica, sabrosa, fácil de servir y para compartir entre familia y amigos.

Haciendo pie en otra ciudad Nicolás Ibarzábal lanzó su emprendimiento junto a dos amigos: Andrés Arlia y Mariano Lanfranconi. Llegaron a Estados Unidos para completar un máster. Chicago, desde entonces, está viendo florecer 5411 (el código telefónico para llamar desde el exterior a Buenos Aires).

REPULGUE ARRIBA

Cruzando la frontera al norte, la tradición de masa, relleno y repulgue sigue su derrotero. Esta vez de la mano del argentino Pablo Gerstenfeld la degustación llegó a Montreal, ciudad en la que vive hace dos décadas. Eligió para su emprendimiento honrar a

la diosa inca de la tierra que preside la siembra y la cosecha. Así Pachamama representa perfectamente el espíritu de su cocina: empanadas hechas con recetas ancestrales de la región noroeste de Argentina, especialmente de la provincia de Tucumán, con el aporte de las influencias españolas e incas que son fuertes en la cocina de esta región.

Los clientes pueden comer nuestros productos en su restaurante o llevarlos a casa, frescos o congelados. También ofrecen un servicio de entrega.
En Pachamama, en Montreal, para completar la experiencia gastronómica, invitan a los comensales a llevar su botella de vino favorita para acompañar las empanadas.
Pachamama propone versiones hechas a mano y horneadas con ingredientes totalmente naturales, sin conservantes ni colores artificiales.

GIB MIR EIN DUTZEND

Esas son las palabras que empezaron a oírse de manera frecuente en el emprendimiento de Maximiliano Pallocchini: "Dame una docena". Escuchar por primera vez "empanada" dicho por un alemán estremeció al argentino. No hay traducción exacta para la palabra y eso, además del dato simpático, significó un desafío de posicionamiento. Instalado en Berlín, frente a otros dos reductos de comida argentina, empezó a convertirse en una experiencia gastronómica el pasar por Kreuzberg y no dejar de probar esta porción para comer de a pie, no con vino, sino con cerveza.
Llegó a Alemania de la mano de su esposa, la reconocida escritora Samanta Schweblin, quien había ganado una beca. Sin estudios de gastronomía, pero sí experiencia en el negocio, analizó rápidamente que había oportunidad para sumar ofertas nuevas. Se asoció a un chileno y dieron vida a Gloria. Empezó a cocinar él mismo y a tratar de localizar las mejores materias primas para que el sabor se acercara al de su tierra natal. Debió enseñarle al carnicero cómo trozar las piezas, porque se trataban de cortes que no eran habituales allí. Aunque apostó a la cocina argentina en general, el éxito llegó de la mano de las empanadas que consume el 90% de los clientes que se acercan, aunque también lo hacen como entrada para luego pasar al plato de fondo.
El negocio sigue creciendo de la mano de una nueva apertura en el barrio berlinés de Prenzlauer Berg, aunque allí, por ahora, son sólo propuestas para llevar. Tiene serias intenciones de expandirse a Francia y España. Se encuentra montando una pequeña planta que les permitirá producir las 1000 unidades diarias que procesan al día a fin de congelarlas y enviarlas directamente a los locales para ser horneadas.

5 O'CLOCK EMPANADA

Los negocios aparecen en cualquier parte. La sensibilidad de tomarlos donde sea está en la habilidad del emprendedor. Eso fue lo que le sucedió a Bernardo Neville en su cumpleaños. El argentino afincado en Inglaterra decidió preparar empanadas para su cumpleaños y se sorprendió con el resultado, tanto del producto como por la recepción. Con esa experiencia se lanzó a la cancha: expandir el negocio de empanadas en Wimbledon. Vende 50 mil unidades al mes.

Bernardo nació y se crió en Tucumán, Argentina, donde aprendió el arte de hacer la empanada perfecta. Pudo posicionar su emprendimiento Chango en el Reino Unido.
Una versión clásica capresse que reina en Borough Market en Londres
Todas sus empanadas están hechas a mano con ingredientes naturales y al horno.
Porteña es la propuesta de empanadas que se desarrolla en Borough Market desde junio de 2007. Sus empanadas son de ternera, pollo, jamón y queso, espinaca y ricota y provolone con cebolla caramelizada.

MASA COMO LIENZO

Una pieza argentina digna de entrar al museo culinario es la propuesta de carne cortada a cuchillo. Exuberante de relleno como una imagen de Botero, pero jugosa que, según la tradición, se come con las piernas abiertas, para que gotee al suelo. Esa es la propuesta de Nuestro Secreto, refugiado en uno de los jardines más selectos y memorables de la ciudad de Buenos Aires, en la Maison del Four Seasons.
En Iguazú, Awasi de la mano de su chef Manuel Agrelo, propone empanadas de surubí y son un éxito total. Son pequeñas, bien crocantes y al ser de pescado son muy ligeras, ideales para el calor. Se sirven con una emulsión de salsa criolla bien cítrica y es uno de los favoritos de la carta de almuerzo.

Por Flavia Tomaello

LA IMPORTANCIA DE EJERCITARSE **TODO EL AÑO.**

Algunos por estética, otros por salud y otros porque llega el calorcito. Todos los años vemos repetirse el mismo fenómeno: cuando se acerca el calor y los días de playa y pileta los gimnasios se llenan, pero llega el frío y la población fitness se reduce.

Si bien para muchos el principal incentivo para ejercitarse es "verse bien", ponernos en forma repercute directamente en nuestra vitalidad y nuestro estado de ánimo durante nuestro día a día. En esta nota de la mano de su dueño Mariano Soto nos asesoramos e informamos con los profesionales de Viken Gym para comprender por qué es fundamental incorporar el deporte a nuestra rutina durante todo el año, y no como una rutina estacional.
A continuación les enumeramos las principales razones por las que es necesario continuar con la actividad física incluso durante el invierno:

1.

Primero y principal, la actividad física tiene muy poco que ver con estética y mucho que ver con salud. Los beneficios del entrenamiento a nivel físico son prácticamente infinitos pero principalmente nos ayuda a reducir niveles de colesterol nocivos, regular la presión arterial, ayudar a controlar dolores crónicos, mejorar los niveles de oxigenación del cuerpo, etc. No importa qué tanto controles tu "dieta" o todos los tratamientos estéticos que te realices para verte en forma, un organismo sin actividad física es un organismo sedentario y por ende, no es sano.

2.

En personas mayores, los ejercicios de fortalecimiento pueden ayudar a aumentar la flexibilidad y el equilibrio, reduciendo de esta manera las lesiones y caídas.

3.

La actividad física es también una de las principales formas de controlar el peso corporal, ya sea que se busca mantener o reducir el mismo. Los ejercicios de cardio son indispensables

LA ACTIVIDAD FÍSICA TIENE UN SINFÍN DE BENEFICIOS, LA GRAN MAYORÍA DE ELLOS TENIENDO MUY POCO QUE VER CON OBTENER EL "CUERPO PERFECTO" O ALCANZAR LOS ESTÁNDARES QUE NOS IMPONE LA SOCIEDAD. LOS BENEFICIOS QUE TIENE SOBRE TU BIENESTAR Y TU SALUD, TANTO FÍSICA COMO MENTAL, SON VALIOSOS LOS 365 DÍAS DEL AÑO, POR LO CUAL QUEREMOS RECALCAR QUE CONTINUAR CON LA ACTIVIDAD FÍSICA DURANTE TODO EL AÑO ES LA MEJOR INVERSIÓN QUE PODEMOS HACER EN NOSOTROS MISMOS.

para reducir los niveles de grasa corporal y, a su vez, reducir las probabilidades de gran cantidad de enfermedades cardiovasculares. Asimismo, entrenar con pesas nos hace ganar masa muscular, lo cual permite que el cuerpo comience a quemar calorías con mayor facilidad, de esta manera también se nos facilita el control del peso corporal.

4.

Otra cuestión que nos enumeran los profesionales es cómo el ejercicio nos ayuda en la mejora del sueño, repercutiendo directamente en el estado de ánimo y la vitalidad de nuestros días.

5.

La actividad física también tiene grandes beneficios a nivel psicológico. A través del ejercicio obtenemos una liberación de endorfinas que le dan un "empuje" a nuestro estado de ánimo y que puede mejorar la calidad de nuestros días, ya sea antes o después de nuestra jornada laboral. Este boost de endorfinas nos permite sentirnos felices con nuestros logros del día, nos eleva el autoestima y tiene un efecto muy positivo sobre nuestros niveles de ansiedad o estrés. De esta manera, el momento del ejercicio se convierte en un espacio exclusivo en el cual nos desconectamos de nuestras obligaciones diarias para trabajar en nosotros mismos.

6.

Muchos estudios demuestran que realizar actividad física regularmente, y en concreto entrenamiento de fuerza, influye de manera positiva en la autoestima y la seguridad de las personas. Incluso en personas que sufren de depresión hay evidencia científica que demuestra que el entrenamiento de fuerza sea tomado como medida efectiva para reducir los síntomas.

7.

Como bien se sabe, los humanos somos seres sociales y otro de los factores no menos importante de continuar todo el año con nuestra actividad física es la socialización. Los gimnasios, clubes etc. se convierten así en un entorno afable donde poder conocer nuevas personas y reunirnos con amigos con un fin sano que aporta bienestar tanto a nuestro cuerpo como a nuestra mente.

Fotografías: Ornella Tripicchio
@strengthcontent

CONTACTO:
Teléfono: 1167487768
Ubicación: Bahía Grande, NORDELTA RÍO
Instagram: @vikengym

SKYDIVING365

GESTIONANDO EL CONOCIMIENTO

- Consultoría Estratégica en Transformación Digital -

CAPACITACIÓN

CONSULTORÍA

DESARROLLO & IMPLEMENTACIÓN

SOPORTE

Sabemos qué hacer y cómo hacerlo | www.skydiving365.com.ar | info@skydiving365.com

ESTUDIO CONTABLE

Dra.DIANA L. CERRATO (UNLaM)

DLC

CELERIDAD Y EFICIENCIA · 20 AÑOS DE TRAYECTORIA · ESPECIALISTA EN IMPUESTOS

www.estudio-dlc.com

Inspecciones y regularización fiscal
Servicios de contabilidad integral
Certificaciones,informes y legalizaciones
Consultoría en criptomonedas

SERVICIOS ONLINE

info@estudio-dlc.com

+54 9 11 5693 5638

estudiocontabledlc

estudiocontabledlc

Sedes en **NORDELTA** y **CABA**

El espacio de guardado que necesitás.

Llegó a Nordelta
tu nuevo partner de
guardado para darte
el espacio que necesitás
para tus proyectos.

Tenés espacio, animate.

Con acceso 24 hs

0810-220-1234

Av. del Golf 2430, Nordelta.

Administra y opera

+metros
CREADORES DE ESPACIOS

urbanstorage.com.ar

URBAN
Storage

Tigre es mi *vida*

TIGRE
MUNICIPIO

MARIELA MORRISON

EL ARTE DE VENDER CON PASIÓN E INNOVACIÓN.

HABLAMOS CON MARIELA, LA EMPRENDEDORA INMOBILIARIA QUE DEMUESTRA QUE PARA TRABAJAR DE LO QUE TE APASIONA, NO SIEMPRE SE NECESITA TENER ESQUEMAS Y HORARIOS, SINO UNA VISIÓN DIFERENTE DE HACER LAS COSAS.

No se trata solo de un emprendimiento inmobiliario. Detrás de "Mariela Morrison Real Estate" hay un equipo que busca una forma diferente de tratar con sus clientes y dedican su tiempo a conocerlos, a escuchar sus necesidades y a descubrir las historias que hay detrás de cada propiedad.

El recorrido de Mariela nos dice mucho sobre su forma de emprender. Como ex maestra jardinera, aprendió a ver el mundo con esa mirada sencilla, alegre e imaginativa que tienen los chicos. Como bailarina profesional y personal trainer, demuestra tener la capacidad de escuchar las necesidades de las personas, estar atenta al detalle y buscar la armonía en las acciones que realiza. Todos sus proyectos y aprendizajes la condujeron al mundo avaro y codicioso del Real Estate, en el que ella y su equipo buscan destacar por su empatía, energía y una manera diferente de trabajar con propiedades.

Siempre fuiste emprendedora, ¿pero cómo llegaste al proyecto al que actualmente te dedicás?
No me conozco de otra manera que emprendiendo. Hace años, como maestra jardinera, y siendo madre soltera, desarrollé jardines rodantes. En paralelo a las actividades infantiles,

también me dediqué a trabajar con los adultos porque las madres necesitaban algo para hacer mientras yo estaba con los chicos. Lo sostuve por un tiempo, hasta que decidí hacer un cambio.

Me surgió la posibilidad de trabajar en una empresa de desarrollos suburbanos. Estuve menos de un año, pero me sirvió para conocer el rubro y entender la gran oportunidad que tenía en él. Me di cuenta de que buscaba otro estilo de inmobiliaria, diferente a las tradicionales. Me gustaba conseguir las producciones, visitar los barrios y eso, a la vez, me permitía salir de la oficina. Cuando me fui de la empresa, junto a mi pareja iniciamos nuestro propio proyecto de forma independiente. Empezamos con una cuenta de Instagram, salimos a buscar nuestras propias producciones y recorrimos las casas cuando nadie más lo hacía. Y así, empezaron a surgir ventas.
Hasta el momento éramos como influencers inmobiliarios. Cuando nos dimos cuenta de que funcionaba, di un paso más y me anoté para hacer la carrera de martillero público y obtuve, en medio de la pandemia, la matrícula que necesitaba para darle forma a este proyecto.

¿Cómo definirías lo que hacés?
No me gusta definirme como una inmobiliaria tradicional. Tengo un equipo con el que no solo hacemos ventas, sino que también construimos, decoramos e incluso nos encargamos de conseguir el lote, de hablar con arquitectos y llevar a cabo cada proyecto. Lo que hacemos es un trabajo integral al que le queremos dar más carácter inmobiliario. Lo que me gusta de la forma en la que encaramos nuestro trabajo es que siempre estamos buscando estrategias diferentes. No quiero caer en el aburrimiento de una misma rutina o estrategia, por eso, juego mucho con las producciones o el tipo de contenido que puedo crear para los clientes.

No querer caer en un esquema tradicional es el motivo por el cual tu trabajo está tan inmerso en tu cotidianidad, ¿verdad?
Hago que mi trabajo sea parte de mi rutina cotidiana. Por ejemplo, voy a buscar a mi hijo y, de paso, muestro una casa. Si no sale una venta, asesoro en decoración porque quizás era eso lo que buscaba el cliente. Nos vamos adaptando a lo que va surgiendo y queremos que la persona sienta que no importa dónde estemos, siempre estamos trabajando.
Nos gusta conocerlo, invitarle un café y empatizar. No nos frustramos. Siempre le encontramos la vuelta para cerrar con alguna propuesta. Si no sale una venta o una decoración, quizás sí la construcción de una pileta. Si no tenemos equipo para hacer lo que quiere la persona, lo conseguimos. Por eso digo que siempre nos adaptamos. Los clientes nos buscan justamente por nuestra forma descontracturada de hacer las cosas.

¿Cómo tienen pensado darle forma a este emprendimiento?
Queremos apuntar cada vez más a proyectos integrales, desde la venta del lote, la construcción de la casa, la pileta, el parque y hasta la decoración. Además, nos interesa seguir las tendencias de afuera para adaptarlas acá. Prestamos mucha atención a todo lo nuevo que va surgiendo alrededor. Por ejemplo, está tomando relevancia el tema de la criptomoneda. Tenemos un equipo curioseando en esto y capacitándose porque hay mucho para hacer con el Real Estate, cómo vender una casa sin importar donde estés. Sabemos que en nuestro país es complicado, pero no es un obstáculo. Tratamos de estar un paso adelante, pendiente de lo nuevo para traerlo al país. Otra clave importante es tener gente alrededor que esté en diferentes rubros porque eso suma a la sinergia de trabajo. Eso sí, siempre buscamos trabajar con gente que tenga buena energía. Para mí, eso es fundamental.

Y a nivel humano, ¿cuál es la impronta que busca tener el emprendimiento?
El estilo de trabajo que a mí me gusta es que, desde la atención, el cliente perciba que está tratando con personas que lo escuchan, que entienden sus necesidades y que van a preocuparse por eso. A veces sucede que las personas están en otra sintonía, en vez de prestarle atención al cliente y a lo que necesita. Por eso, cuando pienso en un estilo, pienso en gente alrededor mío que sabe lo que es el sacrificio, el esfuerzo y que se levantan para ir a arrasar con la vida. Yo quiero a esa gente,

la que demuestra que disfruta su trabajo y logra que el cliente lo perciba. Busco armar un equipo que motive y se destaque.

¿Cuál es el valor agregado del emprendimiento por el cual querés que te reconozcan?
Nos pasa muy seguido que cuando tenemos que ir a mostrar una casa, el cliente nos dice que nos buscó a nosotros porque le gusta la energía que transmitimos por las redes y nos recomiendan otras personas. Nos destaca nuestra buena energía. Voy a mostrarle casas, a tomarme un café para charlar de la vida y eso es lo que nos sale natural. Somos transparentes con nuestros clientes. Además, no nos metemos en la competencia y el cliente lo nota. Por eso no me voy a quedar solo en Nordelta, quiero abrirme también a otros lugares.

¿A qué tipo de clientes apuntan y cómo se acercan a ustedes?
No tenemos un público ideal, sino que nos adaptamos a todo tipo de necesidad. Podría decir que tenemos dos grandes públicos: los jóvenes que alquilan y empiezan recién su vida o quieren tener su primer hogar, y las personas grandes con casas que les han quedado grandes y buscan achicarse.
Llegan a nosotros muchas veces por recomendación de otra persona. Otra gran parte lo hacen a través de Instagram. Una vez que nos contactan, si tienen algo para vender, coordino el encuentro directamente en la casa porque es fundamental conocerla y saber su historia. Ahí mismo realizo la producción de fotos y videos, conozco a la persona y busco sus intereses. Siempre buscamos la comodidad del cliente.

Contanos un día de tu trabajo, ¿cuál es la dinámica que tienen?
Sinceramente, trabajamos todo el día durante toda la semana. No tenemos horarios y estamos pendientes constantemente del celular. Nunca me desconecto realmente porque hasta en una clase de yoga me puedo encontrar con potenciales clientes. Una se pone a conversar y estas cosas surgen.
Arrancamos temprano, coordinando un cafecito a la mañana para organizarnos si no se hizo el día anterior. Nos mantenemos siempre comunicados durante el día para ver cómo nos está yendo y saber si alguien necesita algo. Además, la gente se acostumbró a las videollamadas debido a la pandemia, por lo que a veces coordino algunas y funcionan como pre-reuniones. En esa oportunidad podemos mostrarle al cliente la casa y los videos. Otras veces usamos el espacio de coworking para el trabajo en equipo, pero no soy rutinaria, así que no puedo sostener una estructura en el trabajo. Eso sí, estamos 100% en el teléfono.

Por Stephen Kouloutros
Fotografías: Laureano Pérez @laureanopz

CONTACTO:
Móvil: 11 3362-3643
Instagram: @marielamorrisonok
@safirzeniq_investment
Twitter: @marmorrison11
Website: marielamorrison.com

POTENCIAMOS TU MARCA

HACEMOS CRECER
TU NEGOCIO

- ESTRATEGIA DE MARKETING
- DISEÑO GRÁFICO
- DISEÑO WEB
- SOCIAL MEDIA
- CAMPAÑAS ONLINE

@estallidodigital.ok - www.estallidodigital.com - info@estallidodogital.com

ESTALLIDO DIGITAL

Agencia creativa de marketing

ESTUDIO JURÍDICO INTEGRAL

ESPECIALISTA EN EL ÁREA PREVISIONAL ANSES/IPS

Mariela Alejandra Rodríguez

ABOGADA

venorisi@hotmail.com

@venorisi

1550997309

Tigre

MÉDICA VETERINARIA
DRA. TESSIE BISBAL

Más de 30 años de trayectoria.

Transporte aéreo y terrestre internacional y nacional de animales de compañía.

International Pet Relocation Services
Worldwide Animal Transport

CLINITRAVEL
+ 54911 4991.9992 / 2288.8985.
info@clinitravel.com
V. de Obligado 2372
Cp. 1428. CABA.
Shopping Remeros Plaza local 1160 Tigre.
@clinitravel.ipata

Clínica Veterinaria
Urgencias, cirugías, laboratorio, ecografía, spa y pensionado
Laboratorio propio Express.

CLINICUCHA
+ 54911 4991.9992 / 6143.9822 / 3915.7715.
Shopping Remeros Plaza, local 1160. Tigre.
@dra.tessie
@veterinariaclinicucha
@TessieBisbal

GRÁFICA WORLD COLOR

Papelería corporativa
Libros
Revistas
Flyers
Catálogos
Afiches
Cuadernos
Banners
Vinilos
Lonas
Stickers
Impresión en gran formato

Tel: 11 37804930
www.graficaworldcolor.com.ar
Dirección: Bolivar 746 b - Pilar Centro
Mail: coopgraficaworldcolor@gmail.com

CONSTRUÍMOS

PISCINAS EXCLUSIVAS

100% HORMIGÓN GUNITADO H30

MASAJE ZEN:
UN CAMINO HACIA LA SALUD Y EL BIENESTAR GENERAL

TRAS MUCHOS AÑOS DE BÚSQUEDA Y DE LUCHAR CONTRA UN PROCESO INTERNO DE NEGACIÓN, SUSANA CANGIANO COMPRENDIÓ QUE SU VOCACIÓN EN ESTA VIDA ES APORTAR SALUD.

Visitar La Reserva es como llegar a un espacio en otro plano, donde la energía equilibrada te envuelve tanto como la naturaleza y donde parece que se inhala bienestar y se exhalan la ansiedad, el estrés y los malestares. Es inevitable preguntarse cómo hace Susana para crear un espacio así. No se logra poner en palabras lo que distingue a La Reserva de cualquier otro spa o gabinete y, sin embargo, la distinción se percibe, como si entrara por los poros, como si el bienestar se experimentara en este espacio a través de cada sentido. Hablamos con Susana para aprender más sobre esta experiencia inmersiva.

¿Siempre te dedicaste al masaje zen?

No, en lo que parece una vida pasada trabajé en una editorial en Quito y es una experiencia que valoro mucho, ya que en Ecuador hay una conexión con la energía y la salud natural que no había encontrado acá en Buenos Aires. Allí pasé por un proceso interno que me permitió trascender mis propias negaciones y comprender que vine a este plano para contribuir con la salud.

Cuando volví a la Argentina en el 2000 me formé en el Centro Izwara, donde estudié masaje holístico y programación

neurolingüística. En lo que se refiere a Bioenergética y Cromosonología estudié hasta alcanzar el grado más alto (instructora), que te autoriza a transmitir el conocimiento adquirido. Fueron muchas las cosas que aprendí en este centro y que hoy aplico en mis sesiones de masaje zen.

¿Cómo llegaste al masaje zen?

Es una historia que parece mentira, ¡pero no lo es! Un día de lluvia en el 2013 me senté en el auto y no me podía mover de la lumbalgia. Miro hacia afuera y veo un cartel que decía "Centro holístico ZenKawari", uno de esos momentos que me hacen creer en la energía del universo. Entré, el Director del Centro Escuela de Terapias Orientales, quien luego se convirtió en mi profesor, me hizo una sesión de masaje zen y yo, sin poder creerlo, salí caminando y ¡sin dolor!

Me impactó lo mucho que me había ayudado una sola sesión y supe que el masaje zen era mi próximo escalón; es lo que hoy me permite ayudar a restablecer la salud a toda persona que llega a mi gabinete.

¿Cómo describirías al masaje zen?

Lo fundamental en el masaje zen es ver al paciente como "un todo". Cualquiera sea la dolencia que presente, ese es el concepto principal que se utiliza en la Medicina Tradicional China como así también en las terapias orientales.

La salud y la enfermedad están relacionados con el balance del flujo de la energía de cada uno y el propósito del masaje zen es lograr la auto-recuperación, equilibrando el Chi (energía vital) del paciente.

La mente, el cuerpo y el espíritu son una unidad. Es por esto que ante cada paciente mi actitud es similar a la de meditación activa, para que la energía fluya y pueda elegir la herramienta adecuada en ese momento y para ese paciente, de acuerdo a las técnicas del masaje zen. Esta es la diferencia primordial entre este masaje y cualquier otro.

En el masaje zen se trabaja con los meridianos, que son vías paralelas a la piel por donde circula o se estanca la energía. Cada meridiano está asociado a diferentes órganos del cuerpo y es sobre estos que trabajamos durante la sesión, detectando los bloqueos, liberándolos para que el Chi circule naturalmente y restableciendo el equilibrio y el bienestar del paciente.

Para este masaje no hay límites de edad, es indoloro y no invasivo, es una excelente alternativa para favorecer la salud, el bienestar y la calidad de vida.

¿Cuáles son los beneficios del masaje zen?

El masaje zen busca restablecer el equilibrio del flujo de energía, para que el cuerpo sane por sí mismo. De esta manera, regula las funciones de los órganos internos músculos, sistema endocrino y nervioso, restablece el flujo sanguíneo, reduce diversas dolencias como lumbalgias, cervicales, hombros, etc. En definitiva, promueve el bienestar integral y la salud.

En Oriente se utiliza esta técnica como terapia preventiva para conservar la salud pero estamos en Occidente y la realidad es

que aún nos falta recorrer camino para adoptar este pensamiento tan positivo.

¿Hay un proceso de diagnóstico previo al masaje?
Se hace un diagnóstico preliminar que incluye diferentes aristas y que salen a la luz en las preguntas que realizo y en lo que el paciente me vaya relatando. Es importante escuchar a cada paciente incluso más allá de las palabras; hay que observar el lenguaje del cuerpo, porque el cuerpo habla.
Luego, durante el transcurso del masaje, es esencial la diagnosis por el tacto, donde voy observando entre otros puntos la tonicidad muscular, bloqueos y problemas que surgen a flor de piel para poder tratarlos y que resulte un tratamiento eficaz.

La Reserva es un espacio muy especial, ¿a qué lo atribuyes?
Aplico mucho de lo aprendido en el Centro Holístico Izwara tanto en la ambientación del gabinete como en el masaje en sí, lo cual me permite ofrecer un servicio tan inmersivo y sensorial. Por ejemplo, la bioenergética te enseña a manejar los diferentes estados del ser; cómo despegarte de estados que son perjudiciales e impiden poder avanzar, cómo manejar las energías negativas (que te hacen involucionar) desde otro ángulo para no manejar energías bajas con esos pensamientos, etc. El gabinete está ambientado con cromosonología, sonidos que son vibraciones puras y colores como puente para alcanzar la relajación y armonía de los tres cuerpos (mente, cuerpo y espíritu), desactivando en primera instancia el agotamiento y estrés acumulados durante el diario vivir. Estas dos teorías, junto a la teoría de los cuatro elementos, son parte fundamental de cómo está ambientado el gabinete en La Reserva y por qué los pacientes se sienten más relajados apenas llegan.

¿Ofreces únicamente el servicio de Masaje Zen?
Hace poco añadí un espacio adicional en La Reserva para incorporar una silla ergonómica de masajes y así poder expandir los servicios que ofrezco. La silla nos permite realizar un masaje exprés descontracturante de espalda de 30 minutos, para aliviar al paciente que no cuenta con el suficiente tiempo para una sesión completa pero tiene complicadas sus cervicales y trapecio. La silla ergonómica también es facilitadora para pacientes que por diversas razones no pueden realizar la primera parte de la sesión de masaje en camilla en la posición cubito prono (boca abajo). De esta manera, comenzamos en la silla y luego pasamos a la camilla para completar la sesión en posición de cúbito supino (boca arriba).
Próximamente estaré ofreciendo también sesiones de drenaje linfático de cuerpo completo, una técnica de masoterapia que engloba técnicas de masaje terapéutico y estético. Ambos van orientados a la activación del funcionamiento del sistema linfático superficial para mejorar la eliminación de líquido intersticial y de las moléculas de gran tamaño y facilitar su evacuación. Es una terapia suave, no traumática, que mejora cuadros edematosos, inflamaciones y retenciones de líquidos orgánicos. El sistema linfático funciona como aparato de depuración y ejerce una acción de protección y defensa del organismo.

¿Adónde atendes?
Atiendo pacientes en La Reserva y en el gabinete de Génesis Pilates. Si bien ambos espacios están en la zona de Pacheco, tengo el privilegio de atender a pacientes de Martinez, San Isidro, Olivos, Nordelta, etc.

Por Gustavo Avila
Fotografías: Laureano Pérez
@laureanopz

CONTACTO
Dirección de La Reserva:
Bibiloni y Av Henry Ford, López Camelo
Dirección de Génesis Pilates:
Boulogne Sur Mer 721, Pacheco
Whatsapp: 11 6955 9241
Instagram: @masajeszen_lareserva

LO QUE SUCEDE EN NUESTRA CIUDAD

QUÉ HACER EN UN CASO DE EMERGENCIA MÉDICA

Nordelta cuenta con el servicio de Más Vida, que provee asistencia médica de emergencia a la Ciudad a través de una ambulancia con equipamiento de alta complejidad, un chofer paramédico y un profesional médico. Ante la necesidad de solicitar asistencia, lo más rápido es comunicarse con la Central de Monitoreo al 10911 o 4871-0911 que se encuentra disponible las 24 h., los 365 días del año.

Es importante destacar que el llamado sea directo a la Central y no a la Guardia del barrio, para evitar demoras en la atención. Inmediatamente, el operador gestionará la solicitud requerida ante Más Vida, categorizando tu pedido, de acuerdo con su gravedad. Existen tres niveles de urgencia:
Emergencias médicas: urgente con riesgo de vida.
Urgencias médicas: urgente sin riesgo de vida inmediato.
Asistencias que no revisten urgencia: serán proporcionadas, con menor prioridad.
Si lo considera oportuno, el operador derivará el llamado a un profesional quién brindará las indicaciones al paciente o acompañante hasta la llegada del móvil. En los casos en que sea estrictamente necesario y a juicio del médico asistente, el servicio de emergencias podrá trasladar al paciente al centro médico que corresponda.

En la ambulancia no se hacen tareas de enfermería (curaciones/toma de presión/aplicación de medicación) o electrocardiogramas. Asimismo, cuando la asistencia no es de emergencia, esta tendrá una demora que podrá extenderse más allá de los 30 minutos. La ambulancia tampoco realiza traslados que correspondan a estudios médicos previamente pautados por un vecino con un hospital o sanatorio específico.

149 JÓVENES YA SE PREPARAN PARA INGRESAR AL MERCADO DE TRABAJO

Son los que se están capacitando con el apoyo del programa de Responsabilidad Social Comunitaria de AVN, que apunta a egresados del secundario de barrios carenciados de la zona y que financian los vecinos a través de AVN.

"Tuve mi primera entrevista laboral, y con lo que había aprendido acá me sentí mucho más tranquilo", cuenta Fernando. "Estaba más preparado", agrega. Él es uno de los jóvenes que está realizando los cursos de empleabilidad que respalda el programa de RSC de AVN. Ya hay 149 egresados del colegio secundario que viven en comunidades vulnerables cercanas a Nordelta inscriptos en el plan, que busca capacitarlos para que puedan acceder a un trabajo formal.

El programa de RSC (Responsabilidad Social Comunitaria) se financia con los aportes de los vecinos a través de AVN y se articula con distintas ONG's: Fundación María Guadalupe, Forge, Las Tunas ONG, Fundación Nordelta. Los primeros jóvenes que se están capacitando en María Guadalupe cursan en la sede de ese colegio, en Las Tunas. A ese grupo pertenece Fernando.

"Aprendimos muchas cosas, desde cómo exponer un tema a cómo escribir un correo electrónico", señala el joven. "Hemos estado trabajando con herramientas digitales que nos pueden servir en nuestro futuro trabajo, como Word o Excel", agrega Malena, del mismo grupo.

El curso en la Fundación María Guadalupe se inició en marzo. Comenzaron con habilidades "blandas": cómo presentarse en una entrevista o cómo trabajar mejor en equipo. En el segundo mes pasaron a habilidades más "duras", como las herramientas digitales. En total, serán tres meses de capacitación. En la última etapa, por ejemplo, están previstas simulaciones de entrevistas laborales, para que luego el entrevistador les destaque en qué se desenvolvieron mejor y en qué deben mejorar, para llegar mejor preparados al momento en que deban postularse a un puesto real de trabajo.

La Fundación María de Guadalupe tuvo 60 inscriptos para la capacitación. La Fundación Nordelta está trabajando hoy con otros 40. Forge comienza con un grupo de 30. Y ya hay 9 jóvenes formándose en Digital House, 5 provenientes de María de Guadalupe y 4 de Las Tunas ONG, todos becados por el mismo programa nordelteño. Y hay disponibles otras 10 becas en el mismo centro de formación para ser adjudicadas este año. En total, el programa de RSC acompañará este año la capacitación para una mejor inserción laboral de 149 jóvenes de las comunidades vulnerables vecinas de la Ciudad.

EL CAMINO

Una historia
de muebles & personas

1964

elcaminostudio
Av. Liniers 3089
Tigre - Buenos Aires
+54114715.1584

PISO RADIANTE

Tecnología **DAIKIN** Inverter

100% Eléctrico | Reducción de costos | Ecológico

AIRE AC. POR FAN COILS

PISO RADIANTE

NOVEDAD en Argentina

Climatizá tu casa con piso radiante y aire acondicionado utilizando el mismo sistema **Daikin** *Inverter* que se adapta a tus necesidades.

Mini Chillers Frio/Calor Inverter
Fan Coil Frio/Calor

Scan me

centro-aire.com.ar | 0800.345.4888

Venta, instalación y posventa bajo normas de calidad Daikin

DAIKIN
Aire Acondicionado con Tecnología Japonesa

CENTRO AIRE
EXCLUSIVE DAIKIN

Curupayti 622, San Isidro Bs. As. | consultas@centro-aire.com | 0800-345-4888 | centroaire