

Secretaría de Previsión Social

(PAG. 5)

Luz y Fuerza se moviliza en defensa de sus jubilados



Los sindicatos de Luz y Fuerza y otros gremios marcharon por la ciudad de Córdoba, repudiando la nueva ley.

EDITORIAL

Una nueva lucha enfrenta Luz y Fuerza, para defender los derechos de los jubilados

(PAG. 3)

SECRETARÍA DE PRENSA

Comenzó Colonia de Vacaciones en nuestro Complejo

(PAG. 10)



EDITOR RESPONSABLE

**SINDICATO DE LUZ Y FUERZA
DE RÍO CUARTO**

Avenida España 350 . X5800buq
Río Cuarto. 0358 4647734
08004440241

Sede central
Avenida España 350
X5800BUQ - Río Cuarto
Línea rotativa
0358 4647734
Línea gratuita para afiliados
0800-444-0241

Correos electrónicos:
sindicato@luzyfuerzariocuarto.org
informesemanal@luzyfuerzariocuarto.org

Sitio en Internet:
www.luzyfuerzariocuarto.org

Colonia de Vacaciones
"Luz y Fuerza"
Ruta 5 Km. 117
X5862DGA - Villa del Dique
Teléfono/ fax: 03546 497214
colonia@luzyfuerzariocuarto.org

Complejo Polideportivo
"Cro. Sergio R. Trabucco"
Bv. Hipólito Yrigoyen 1060
5805 - Las Higueras
Teléfono: 0358 4970020

Cro. Julio César Chávez
Secretario General

Cro. Juan Manuel Losada
Subsecretario General

Cro. Jorge Antonio Tamalet
Sec. de Prensa, Cultura y Deporte

Lic. Adrián Martín Demasi
Coordinación gráfica y periodística

Tirada de esta edición
1000 ejemplares

Vence presentación por Impuesto a las Ganancias

■ **LA SECRETARÍA DE ADMINISTRACIÓN Y FINANZAS DE NUESTRA ORGANIZACIÓN GREMIAL RECUERDA QUE EL 31 DE ENERO VENCE EL PLAZO PARA LA PRESENTACIÓN DEL SIRADIG (IMPUESTO A LAS GANANCIAS), POR LO CUAL ANTES DEL DÍA MARTES 15 QUIENES DEBEN CUMPLIR CON DICHO TRÁMITE TENDRÁN QUE CONCURRIR AL ESTUDIO DE LA CONTADORA CAROLINA SAN MARTÍN, CON LA SIGUIENTE DOCUMENTACIÓN:**

- Constancia de compra de dólares durante 2015
- Constancia de pagos de crédito hipotecario de casa habitación durante 2015
- Fotocopia de DNI de familiares a cargo
- Comprobantes de pago de seguro de vida
- Recibos de haberes de empleada doméstica
- Comprobantes de donaciones
- Comprobantes de viajes al exterior y compras en el exterior
- Comprobantes de gastos médicos y paramédicos sin reintegro
- Pago Obra Social

Recordamos que la contadora atiende en calle Mendoza 535, local «B», teléfonos 0358-4621490 / 154319249, e-mail carolinasanmartin@live.com.ar.

El horario de atención del estudio durante el mes de enero es de 8:00 a 13:00. ■

Casas del Estudiante

La Federación Argentina de Trabajadores de Luz y Fuerza informó, a través de una circular, que las solicitudes para acceder a las distintas Casas del Estudiante deberán ser presentadas en Buenos Aires antes del 15 de febrero de 2016.

Esta fecha límite es válida para los hijos de los compañeros que ya se encuentran becados, como así también para los nuevos aspirantes.

A raíz de ello, sugerimos a los interesados que realicen los trámites respectivos a la mayor brevedad posible, a través de la Secretaría Gremial de este Sindicato. ■

Licencias de profesionales

Mutual Alumbrar comunica a sus asociados las licencias anuales de los profesionales:

- Lic. Vanina Delcantare, del 01/01/2016 al 17/01/2016
- Dr. Mario Fumarco, del 04/01/2016 al 17/01/2016
- Dra. Lucía Cáceres, del 04/01/2016 al 20/01/2016
- Dr. Gustavo Fernandez 18/01/2016 al 31/01/2016
- Dr. Gonzalo Steigerwald, del 01/02/2016 al 16/02/2016

Se recomienda tener presente esta comunicación. ■

UNA NUEVA LUCHA ENFRENTA LUZ Y FUERZA, EN DEFENSA DE LOS DERECHOS DE LOS JUBILADOS

Hacia el final del año 2015 el flamante gobierno provincial cumplió con dos promesas electorales, al derogar la tasa vial (que había incrementado el valor de los combustibles en la provincia) y el diferimiento para los jubilados de los aumentos percibidos por los trabajadores activos, pero simultáneamente nos hizo un «regalo» que nos dejó un gusto amargo.

La Legislatura aprobó el 23 de diciembre la ley 10333, que modifica artículos de la 8024, con lo cual el haber de los jubilados desciende del 82 al 73 por ciento de salario del trabajador activo, lo que constituye un verdadero atropello a los derechos de los trabajadores ya jubilados y a los que dejarán de ahora en más la vida de trabajador activo para acogerse al beneficio jubilatorio, por el que ha venido aportando durante largos años.

Este gran golpe movilizó inmediatamente a los tres sindicatos de Luz y Fuerza con jurisdicción en la provincia y a los otros gremios provinciales hermanos, pidiendo la urgente derogación de la nefasta norma.

Sin embargo, el gobierno declaró ante los medios que no dará marcha atrás, lo que nos preocupa profundamente porque significa que no se dispone de la sensibilidad necesaria para enmendar un error que significa una injusticia para los trabajadores que aportan mensualmente para el día de mañana disfrutar de un haber razonable, y más para quienes ya han abandonado la vida laboral activa y que también podrían ser alcanzados por esta polémica ley.

Reflexión: Quieren convencernos de que los cambios en la legislación son positivos para los trabajadores; pero si fuera beneficioso, ¿por qué trataron la nueva ley a espaldas de las organizaciones gremiales? La cuenta que hacemos es muy simple: Antes, los jubilados cobraban el 82 por ciento del 100 por ciento del sueldo del activo. Con la nueva ley, la base de cálculo pasa a ser del 100 por ciento al 89 por ciento, con lo cual está claramente demostrado el perjuicio para los trabajadores.

No obstante, ya se han iniciado acciones judiciales para que la norma sea declarada inconstitucional, previéndose por ello una catarsis de juicios que seguramente recaerá sobre la Caja de Jubilaciones, Pensiones y Retiros de Córdoba. Las demandas que se entablen complicarán seguramente su situación económica, a partir de una ley que paradójicamente busca mejorarla.

Nos preocupa el futuro de la Caja pero teniendo en cuenta que la Nación aparentemente le pagará a la provincia la deuda reclamada y, de acuerdo con manifestaciones de distintos funcionarios, con la anterior ley 10078 se había recuperado el estado financiero del organismo, entonces no le encontramos justificación a esta nueva ley 10333.

Por último, queremos destacar aquí la importante columna de compañeros del Sindicato de Luz y Fuerza de Río Cuarto que marchó en la ciudad de Córdoba el día 29 de diciembre, integrada por afiliados activos desde hace varios años y también por muchos jóvenes que se han incorporado a la lucha por la defensa de los derechos que asisten a los jubilados. Con la fuerza de estos jóvenes, más los otros que aún no se sumaron y que exhortamos a hacerlo, seguramente lograremos la fuerza necesaria para resguardar a la familia lucifuercista.



Cro. Julio César Chávez
Secretario General



Cro. Juan Manuel Losada
Subsecretario General

Nuestro sitio institucional en internet estrena una nueva diagramación

■ ESTE SÁBADO NUESTRO SITIO EN INTERNET WWW.LUZYFUERZARIOCUARTO.ORG ESTRENARÁ UNA RENOVADA DIAGRAMACIÓN, CON LA POSIBILIDAD DE QUE QUIENES LO VISITEN PUEDAN CONSULTAR LAS ÚLTIMAS NOVEDADES INSTITUCIONALES DEL SINDICATO DE LUZ Y FUERZA DE RÍO CUARTO.

Las personas que ingresen al sitio tendrán acceso a información sobre la Comisión Directiva, el Estatuto Social, las ediciones del Informe Semanal, seccionales, Comisión de Jubilados, secretarías, sedes, Mutual Alumbrar, OSFATLYF, Complejo Polideportivo «Cro. Sergio R. Trabucco», Colonia de Vacaciones de Villa del Dique y los últimos eventos organizados. Además se habilita la descarga de documentos, como el Estatuto Social, el Informe Semanal, entre otros. Este es un nuevo servicio que pone en marcha la conducción de la organización sindical, en beneficio de todos los afiliados. ■



Portada del nuevo sitio www.luzyfuerzariocuarto.org

Se acordó cronograma de pago de la BAE



Instante del último encuentro en cuyo transcurso se abordó el cronograma de la BAE.

Luego de varias reuniones mantenidas entre las organizaciones gremiales de Luz y Fuerza de la provincia y la EPEC, se acordó un cronograma de pago de la BAE, el que quedó fijado en cuatro grupos, de la siguiente manera:

El primer grupo, integrado por quienes perciben los montos menores, cobrarán el día 29 del corriente mes.

El segundo grupo, con documento terminado entre 334 y 666, lo hará el 29 de febrero. El tercer grupo, con documento mayor a 666, cobrará el 29 de marzo. Finalmente, quienes tengan documento entre 000 y 333 cobrarán el 29 de abril.

Para mayor información, dirigirse a la Secretaría Gremial de nuestro Sindicato. ■

Luz y Fuerza se moviliza para defender a los jubilados de un nuevo atropello



Luz y Fuerza se movilizó en la ciudad de Córdoba, junto con otros gremios hermanos.

■ **A POCOS DÍAS DE TERMINAR EL AÑO 2015, EL GOBIERNO PROVINCIAL SORPRENDIÓ A LOS TRABAJADORES CON LA APROBACIÓN DE UNA NUEVA LEY QUE REDUCE SENSIBLEMENTE LOS MONTOS DE LAS JUBILACIONES, QUE PASAN DEL 82 POR CIENTO AL 73 POR CIENTO DE LOS SALARIOS QUE PERCIBEN LOS ACTIVOS.**

Sin que se haya debatido anteriormente con ningún gremio, y escondida entre la derogación de la tasa vial y del diferimiento del cobro de los aumentos que reciben los jubilados, la Unicameral aprobó la ley 10333, que establece un nuevo cálculo en los montos que perciben los pasivos provinciales.

Esto generó que rápidamente reaccionaran los tres sindicatos de Luz y Fuerza con actuación en la provincia de Córdoba, además de otros gremios hermanos. En este marco, el Sindicato de Luz y Fuerza de Río Cuarto dispuso asambleas en los lugares de trabajo y movilizarse en la ciudad de Córdoba junto con otras organizaciones sindicales.

Los gremios que representan a los diferentes trabajadores aportantes a la Caja de Jubilaciones de la Provincia marchamos los días 28 y 29 de diciembre, en rechazo de la reforma previsional aprobada, que lesiona los derechos de los jubilados actuales y de los compañeros que están en actividad.

La movilización de la segunda jornada de protesta contó con la participación, además de Luz y Fuerza, de la UEPC, el SEP, Judiciales, Sadop y los municipales de Córdoba, entre otros. Las columnas de los distintos gremios se concentraron en General Paz y Colón para luego marchar hacia el Centro Cívico y pedir la derogación de la ley 10333.

La manifestación concluyó frente al Panal con un acto en el que hablaron Eduardo Brandolín (Luz y Fuerza Regional), Gabriel Suárez (Luz y Fuerza de Córdoba), Juan Monserrat (UEPC) y José Pihen (SEP).

Primer planteo legal

La cuestionada reforma de la ley jubilatoria provincial ya cosechó el primer recurso judicial para frenarla. Mientras los gremios estatales marchaban hacia

el Centro Cívico, el abogado Roberto Olmedo presentó en el fuero Contencioso Administrativo una acción de amparo.

El planteo lo realizó un jubilado que se desempeñó como funcionario del Poder Judicial, y recayó en la Cámara Contencioso Administrativa. La demanda es

contra la Caja de Jubilaciones, como órgano de aplicación, y el planteo es la inconstitucionalidad de la ley 10333.

Los tres sindicatos de Luz y Fuerza, por su parte, analizan los pasos a seguir, los cuales serán informados a través del Informe Semanal. ■



El Sindicato de Luz y Fuerza de Río Cuarto marcó presencia en la marcha realizada en la ciudad de Córdoba.





Luz y Fuerza manifestando en defensa de los derechos de los jubilados.

Reiteramos novedades para jubilados provinciales y de las cooperativas

■ LA SECRETARÍA DE PREVISIÓN SOCIAL DE NUESTRA ORGANIZACIÓN SINDICAL REITERA NOVEDADES PARA LOS JUBILADOS PROVINCIALES Y DE COOPERATIVAS.

Respecto de los jubilados provinciales, se informa que los aumentos que faltan percibir se concretarán de la siguiente manera: En diciembre, un 8 por ciento; en febrero, un 10 por ciento y, por último, un 4 por ciento en el mes de marzo. Cabe recordar que debido a la ley 10.078, se produjo un diferimiento del pago de los incrementos, que se trasladaron seis meses para hacerse efectivos.

Jubilados de cooperativas

Por otra parte, luego de una ardua tarea de la Secretaría de Previsión Social de nuestra FATLYF, y numerosos reclamos planteados tanto al Ministerio de Trabajo y Seguridad Social como así también a la ANSES, el 24 de noviembre se modificó la actualización del cálculo del Convenio de la Resolución 268/09 de Luz y Fuerza. Dicho cálculo se realizaba tomando el promedio de los últimos doce meses de aportes al cese de actividad, sobre el cual se hacía efectivo el 70 por ciento. Ahora a esos doce meses se le aplica el coeficiente de actualización de la ley 24.241, que incrementa el cálculo final del convenio.

Es oportuno recordar que este reclamo se venía realizando debido a que los cálculos de la ley 24.241 superaban nuestro Convenio de Luz y Fuerza. Este gran paso que se ha dado beneficiará a todos aquellos compañeros que estén próximos a jubilarse.

En otro orden, se logró ampliar los plazos de aportes del 2 por ciento (Resolución 268/09) indispensable para obtener la jubilación bajo convenio, para los compañeros que estén próximos a iniciar el trámite y adeuden algún período comprendido desde junio de 2009 a la fecha. Antes nos encontrábamos limitados para regularizar situaciones hasta junio del 2010, de ésta manera los beneficiarios que adeuden algún aporte del 2 por ciento posterior a junio de 2010 podrán solicitar por Anexo V que la AFIP le reconozca los aportes faltantes sin fecha tope. Una vez obtenido el beneficio, se le practicará el descuento correspondiente a la deuda.

Con este nuevo sistema el compañero podrá obtener el beneficio jubilatorio bajo el Convenio de Luz y Fuerza sin haber antes regularizado la deuda al inicio del trámite. Los compañeros que deseen mayor información, o tengan dudas respecto de lo aquí explicado, podrán consultar a la Secretaría de Previsión Social de nuestra organización sindical. ■

Se encuentra vigente un nuevo convenio con el Hotel «El Virrey»



El hotel cordobés brinda otra posibilidad de alojamiento para nuestros afiliados en la primera capital provincial.

Informe Semanal: próximas ediciones

■ **CON MOTIVO DEL RECESO DE VERANO, QUE REDUCE LAS ACTIVIDADES EN ESTA ÉPOCA, NUESTRO INFORME SEMANAL APARECE CADA QUINCE DÍAS, TAL COMO HA OCURRIDO EN AÑOS ANTERIORES.**

De tal manera, las próximas ediciones saldrán los días 23 de enero, 6 y 20 de febrero, para retomar nuestra periodicidad semanal el sábado 5 de marzo. ■

■ **LA SECRETARÍA DE TURISMO SOCIAL DE NUESTRA ORGANIZACIÓN SINDICAL COMUNICA A SUS AFILIADOS QUE ESTÁ EN VIGENCIA UN NUEVO ACUERDO CON EL HOTEL «EL VIRREY», UBICADO EN LA CIUDAD DE CÓRDOBA CAPITAL.**

Esta alternativa se ofrece con las mismas condiciones de reservas y pagos como las que se efectúan con el Hotel San Cayetano.

Los servicios del Hotel «El Virrey», ubicado en el Boulevard Mitre 227, son: Desayunos buffet, aire acondicionado, calefacción central, TV satelital, cocheras cubiertas, caja de seguridad, Internet wireless, gimnasio, sauna y relax, DDI y DDN, música funcional, secadores de cabellos, horarios de check in / check out extendidos, personal bilingüe y salón de convenciones.

Las reservas se realizan en la Secretaría de Turismo Social, en horarios de tarde, o llamando al tel. 0358-155608280 (Cra. Alicia Calandri). ■

Contingentes para la temporada 2016 en la Colonia de Villa del Dique

ENERO 2016	FEBRERO 2016
A) Contingente vencido B) 11-01-2016 al 18-01-2016 C) 18-01-2016 al 25-01-2016 D) 25-01-2016 al 01-02-2016	E) 01-02-2016 al 08-02-2016 F) 08-02-2016 al 15-02-2016 G) 15-02-2016 al 22-02-2016 H) 22-02-2016 al 29-02-2016

-Horarios: Entrada o llegada a la Colonia: 12:00 hs.
 Salida o retiro de la Colonia: 10:00 hs.
 -Desayuno americano en el SUM: De 8:30 a 10:00 hs.
 -Almuerzos: De 13:00 a 14:00 hs.
 -Cenas: De 21:30 a 22:30 hs.
 -Pileta: Diariamente de 10:00 a 20:00 hs.
 -Modalidad: Hasta el 01-01-2016 sólo servicio con

desayuno. Pensión completa desde 02-01-2016, hasta 29-02-2016.
 -Reserva de plazas: Solamente en la Secretaría de Turismo Social, a partir de las 18:00 hs. (Cel. 0358-155608280).
 -Pago de montos totales por las estadias hasta en seis cuotas mensuales consecutivas.

TARIFAS PARA LA TEMPORADA 2016 EN COLONIA DE VILLA DEL DIQUE		
CATEGORÍA	DETALLE	TARIFA
«A» (Afiliados al Sindicato de Luz y Fuerza de Río Cuarto)	Mayores con pensión completa por persona, por día Mayores con pensión completa por niño, por día (de 3 a 9 años)	\$ 340.- \$ 170.-
«B» (Particulares: Madres y padres; madres y padres políticos; hijas e hijos mayores de edad; hijas e hijos políticos y nietos de afiliados al Sindicato de Luz y Fuerza de Río Cuarto)	Mayores con pensión completa por persona, por día Mayores con pensión completa por niño, por día (de 3 a 9 años)	\$ 500.- \$ 250.-
«C» (Alojamiento de particulares)	Habitación simple con desayuno, por día	\$ 450.-
«C» (Alojamiento de particulares)	Habitación doble con desayuno, por día	\$ 670.-
«C» (Alojamiento de particulares)	Habitación triple con desayuno, por día	\$ 900.-
«C» (Alojamiento de particulares)	Habitación cuádruple con desayuno, por día	\$ 1.100.-
«D» (Afiliados a FATLYF del resto del país y familiares a cargo)	Mayores con pensión completa por persona, por día Mayores con pensión completa por niño, por día (de 3 a 9 años)	\$ 530.- \$ 270.-
Almuerzo o cena por afiliado	Mayores por comida, por día, por persona Menores por comida, por día, por persona	\$ 120.- \$ 60.-
Almuerzo o cena para particulares	Mayores por comida, por día, por persona Menores por comida, por día, por niño (de 3 a 9 años)	\$ 160.- \$ 80.-

El lunes pasado comenzó la Colonia de Vacaciones en nuestro Complejo

■ A PESAR DEL DÍA NUBLADO Y LAS AMENAZANTES LLUVIAS, EL LUNES PASADO COMENZÓ A DESARROLLARSE EN NUESTRO COMPLEJO POLIDEPORTIVO «CRO. SERGIO R. TRABUCCO» LA COLONIA DE VACACIONES, QUE ESTE AÑO CUENTA CON UN TOTAL DE 52 NIÑOS INSCRIPTOS, HIJOS Y NIETOS DE AFILIADOS AL SINDICATO DE LUZ Y FUERZA DE RÍO CUARTO.

En dicha ocasión, el Secretario General de esta organización sindical, Julio César Chávez, quien se hallaba acompañado por el Secretario de Prensa, Cultura y Deportes, Jorge Antonio Tamalet, recibió a los asistentes a la Colonia junto con los profesores que coordinan las actividades, Cecilia Aballay, Deborah Musi y Ricardo Gallardo.

El Cro. Chávez resaltó que «en este grupo están incorporados hijos y nietos de los afiliados, que tienen aquí la posibilidad de confraternizar entre todos, como integrantes de la familia de Luz y Fuerza. Esperamos que disfruten de estos días, jugando y aprendiendo, con la coordinación del equipo de profesores que nos acompañan. En nombre de la Comisión Directiva les

damos la bienvenida a todos los chicos», remarcó, tras lo cual destacó la tarea que realizan los profesores.

Por su parte, la profesora Cecilia Aballay agradeció a los Cros. Chávez y Tamalet «la confianza que depositan en nosotros una vez más, lo que nos permite hacer muchas cosas para los chicos, y el apoyo que nos brindan permanentemente para poder desarrollar nuestra tarea».

Como ya se ha informado, la Colonia funciona de lunes a viernes, en el horario de 9:00 a 12:00, durante los meses de enero y febrero, previéndose la finalización para el día 19 de febrero, con una fiesta de carnaval con la participación, además de los niños asistentes, de padres y abuelos.

Los organizadores solicitan a los responsables de los menores que se encuentren listos al momento de pasar por ellos el transporte designado, para no retrasar el inicio de la Colonia. Además se recuerda que deberán llevar malla, toallón, ojotas, su merienda y una bolsa para colocar la ropa húmeda.

Actividades

Los niños que concurren a la Colonia de Vacaciones



El profesor Ricardo Gallardo explica a los pequeños las actividades que desarrollarán en el Complejo Polideportivo.



El Cro. Julio César Chávez da la bienvenida a los niños que participan de la Colonia de Vacaciones.

realizan las siguientes actividades:

- Fútbol (varones)
- Hókey (mujeres)
- Sóftbol (mixto)
- Hándbol (mixto)
- Gimnasia (mixto)
- Natación, buceo y rescate (mixto)
- Vida en la naturaleza (mixto)

El objetivo más importante que persigue la Colonia es que el grupo de niños se interese por la actividad físico-deportiva y concurra con verdadero entusiasmo. Otros objetivos: Realizar ejercicios que favorezcan las funciones respiratoria, circulatoria y articular; Favorecer la comunicación en el grupo de trabajo; Ocupar el tiempo libre con la diversión deportiva y ayudar al crecimiento y desarrollo de una manera distinta a la habitual, recordando que el deporte previene y retrasa la atrofia muscular, favorece la movilidad articular, previene y retrasa la descalsificación ósea, hace más efectiva la contracción cardíaca, aumenta la capacidad respiratoria y previene la obesidad.

Horarios para todos

Por otra parte, se comunica que todos los afiliados tienen acceso permitido al Complejo Polideportivo de lunes a viernes a partir de las 12:00 (debido al funcionamiento de la Colonia) y hasta las 24:00, mientras que los sábados y domingos podrán hacerlo desde las 10:00. Los días viernes y sábados podrán permanecer en el predio hasta las 03:00 del día siguiente y los domingos de 10:00 a 24:00. ■

Para afiliados a la OSFATLYF

■ LA SECRETARÍA DE SERVICIOS SOCIALES DE NUESTRA ORGANIZACIÓN GREMIAL INFORMA QUE LOS AFILIADOS A LA OSFATLYF QUE REQUIERAN MEDICACIÓN CRÓNICA DEBERÁN SOLICITAR LA PLANILLA CORRESPONDIENTE A LA DELEGACIÓN QUE FUNCIONA EN PLANTA BAJA DE LA SEDE SOCIAL DE ESTE SINDICATO, PARA LUEGO SER LLENADA POR EL PROFESIONAL TRATANTE Y PRESENTARLA PARA SER ENVIADA A SEDE CENTRAL DE LA OBRA SOCIAL.

Dado que la fecha de presentación de la planilla venció el 31/12/15, deberá completarse este trámite a la mayor brevedad, para evitar inconvenientes.

Por cualquier duda, dirigir las consultas del caso al personal de la delegación de la OSFATLYF. ■

Fotos con historia

■ RECORDAMOS QUE ESTA SECCIÓN EN NUESTRO INFORME SEMANAL TIENE EL PROPÓSITO DE PUBLICAR FOTOGRAFÍAS TOMADAS POR COMPAÑEROS DE EPEC, DE LAS SECCIONALES Y DE LA CENTRAL MARANZANA, QUE REFLEJEN ACTIVIDADES DE CAMARADERÍA, DENTRO O FUERA DE LOS LUGARES DE TRA-

BAJO. LOS INTERESADOS EN ENVIARNOS MATERIAL PODRÁN HACERLO LLEGAR A LA SECRETARÍA ADMINISTRATIVA PERSONALMENTE O POR MAIL A LA SIGUIENTE DIRECCIÓN DE CORREO ELECTRÓNICO:
informesemanal@luzyfuerzariocuarto.org



Una asamblea de la Mutual Alumbrar con varios años. Entre otros, podemos identificar (de adelante hacia atrás) a los Cros. Reinaldo Medeot, Enrique Francois, Roberto Castellino, Godoy (p), Julio Chávez, José Pérez, Eleder Perusia, Ángela Finola, Raquel Prado, Juan Carlos Lucero, Luis Peralta, Luis Marconi, Gerardo Lima, Carmelo Felauto, etc.

Recordatorio sobre indicaciones y recetas médicas para afiliados

La Asociación Mutual Alumbrar recuerda a sus asociados que los médicos que atienden en los consultorios propios no están autorizados a transcribir pedidos de prácticas médicas realizadas por profesionales que se encuentren fuera de la red de prestadores.

De igual manera, en el caso de pedidos de medicamentos, se deben realizar en forma personal o a través de un familiar directo del paciente, con el médico, no así por medio de

servicio de cadetería o del personal de la Mutual, el que no está acreditado para realizar estos trámites.

En cualquiera de los casos, ya sean prácticas o recetarios médicos, se solicita al asociado el cumplimiento de las disposiciones establecidas por esta institución, para evitar situaciones comprometedoras para el personal y/o los profesionales que brindan el servicio de salud en nuestros consultorios. ■

Golpe de calor: Qué es, cuáles son los síntomas y cómo se puede prevenir

■ **¿QUÉ ES EL GOLPE DE CALOR? ES EL AUMENTO DE LA TEMPERATURA DEL CUERPO POR UNA EXPOSICIÓN PROLONGADA AL SOL (INSOLACIÓN CLÁSICA) O POR HACER EJERCICIOS EN AMBIENTES CALUROSOS O CON Poca VENTILACIÓN) AL PUNTO QUE EL CUERPO PIERDE AGUA Y SALES ESENCIALES PARA SU BUEN FUNCIONAMIENTO.**

En estas situaciones el cuerpo tiene dificultades para regular su temperatura por los mecanismos habituales como la sudoración por lo que se produce un aumento de la temperatura corporal. El golpe de calor puede presentarse en el momento o después de varios días de alta temperatura.

¿Cuáles son los síntomas?

Es importante estar alerta ante los siguientes síntomas:

- sed intensa y sequedad en la boca
- temperatura mayor a 39° C (medida en la axila)
- sudoración excesiva
- sensación de calor sofocante
- piel seca
- agotamiento, cansancio o debilidad
- mareos o desmayo
- vértigo
- calambres musculares
- agitación
- dolores de estómago, falta de apetito, náuseas o vó-

mitos

- dolores de cabeza (sensación de latido u opresión)
- estado de confusión, desorientación, delirio o incluso coma o convulsiones

En los bebés además se puede evidenciar:

- la piel muy irritada por el sudor en el cuello, pecho, axilas, pliegues del codo y la zona del pañal.
- Irritabilidad (llanto inconsolable en los más pequeños).

¿Quiénes son los más vulnerables?

Cualquier persona puede ser víctima de un golpe de calor. Sin embargo se debe tener especial cuidado con los siguientes grupos ya que tienen mayor riesgo de padecerlo:

- bebés y niños especialmente menores de 1 año (ya que su cuerpo tiene menor capacidad para regular su temperatura)
- bebés que padecen de fiebre por otras causas, o diarrea
- personas con enfermedades crónicas (afecciones cardíacas, renales o neurológicas)
- niños obesos o desnutridos
- personas que tienen la piel muy quemada por el sol
- jóvenes que abusan de bebidas con alcohol y de drogas
- personas mayores

¿Cómo prevenirlo?

Para evitar un golpe de calor en zonas y/o épocas de



Hidratarse es una de las claves para prevenir el golpe de calor.

lastas temperaturas, es importante:

- Evitar bebidas con cafeína o con azúcar en exceso
- Evitar bebidas muy frías o muy calientes
- Evitar comidas pesadas

Con los más chicos:

- No esperar que pidan agua. Ofrecer continuamente líquidos, especialmente jugos naturales. En el caso de lactantes ofrecer el pecho de manera más frecuente.
- Vestirlos con ropa holgada, liviana, de algodón y colores claros o incluso desvestirlos.
- Bañarlos y mojarles el cuerpo con frecuencia.
- Proponer juegos tranquilos evitando que se agiten.
- Evitar que se expongan al sol especialmente en el horario del mediodía o bien, protegerlos de sus efectos si no se puede evitar la exposición: con el uso de ropa adecuada (sombreros, ropa de manga larga) y protectores solares adecuados.
- Mantenerlos en lugares bien ventilados o bien con aire acondicionado (ya sea en casa o lugares públicos) cuando la temperatura ambiente es muy elevada.
- Nunca permanezca con ellos dentro de un vehículo estacionado y cerrado.

Para todos:

- Evitar bebidas con alcohol ya que aumentan la temperatura corporal y las pérdidas de líquido. No es con-

veniente tomar cerveza ante la sed y el calor.

- Evitar la actividad física intensa.

¿Cómo debemos actuar si ocurre?

Es importante actuar rápidamente. En primer lugar se debe intentar bajar la temperatura del cuerpo de la persona afectada, con hielo o con un baño en agua helada.

Además es importante:

- ofrecer agua fresca (o incluso agua con una cucharadita de sal)
- trasladar a la persona a un lugar fresco y ventilado
- no administrar medicamentos antifebriles
- no friccionar la piel con alcohol

El golpe de calor puede ser muy grave, en especial para los bebés y niños pequeños. Por eso, ante los primeros síntomas no demore en consultar al médico o acercarse al centro de salud.

- ofrecer agua fresca (o incluso agua con una cucharadita de sal)

- trasladar a la persona a un lugar fresco y ventilado
- no administrar medicamentos antifebriles
- no friccionar la piel con alcohol

El golpe de calor puede ser muy grave, en especial para los bebés y niños pequeños. Por eso, ante los primeros síntomas no demore en consultar al médico o acercarse al centro de salud. ■

(Fuente: Ministerio de Salud de la Nación)

Una aplicación gratuita, fácil de descargar y simple de navegar.

NUEVA APLICACIÓN LUZ Y FUERZA SALUD

La aplicación para DISPOSITIVOS MÓVILES de la Obra Social de Luz y Fuerza de Córdoba es una herramienta de comunicación para los afiliados, que integra toda la información necesaria para una comunicación más directa.

1 BUSCÁ
EN TU TIENDA DE APLICACIONES COMO: LUZ Y FUERZA SALUD

2 DESCARGÁ
Y ENTERATE DE TODAS LAS NOTICIAS Y NOVEDADES DE LA OBRA SOCIAL

MENÚ PANTALLA PRINCIPAL

Disponible para celulares y tablets Llamado directo desde la aplicación Acceso a la web de la OSPLYFC

0800-888-3202 luzyfuerzabasalud.com.ar

Una nueva oportunidad de elegir

La Obra Social invita a todos los compañeros de la E.P.E.C. que en su momento optaron por otra obra social a visitarnos, conocer los nuevos servicios e instalaciones. Nos ponemos a su disposición para visitarlos en sus lugares de trabajo con la información que necesiten.

Pertenecer a la Obra Social de Luz y Fuerza de Córdoba nos integra. Recuperar nuestra identidad, espíritu solidario y pertenencia hoy es posible con un simple trámite.

Esperamos tu consulta

Te. 0351-4257767/8 - 421 4633 - 423 8027 - 424 1384

CALIDAD DE SALUD
CONSOLIDADA EN UN
SISTEMA SOLIDARIO



SPLYFC
OBRA SOCIAL DEL PERSONAL DE
LUZ Y FUERZA DE CÓRDOBA

0800-888-3202

Av General Paz 282
Córdoba - Argentina
Info@luzyfuerzasalud.com.ar



*Consultenos,
estamos a su servicio*



LUZ Y FUERZA
COOPERATIVA DE SEGUROS LTDA.

LUZ Y FUERZA COOPERATIVA DE SEGUROS LTDA.

La opción más confiable para disfrutar de su tranquilidad



- | | |
|---|--|
| Incendio | |
| Robo | |
| Responsabilidad civil | |
| Automotores | |
| Combinado familiar | |
| Integral de comercio | |
| Accidentes personales | |
| Seguro técnico | |
| Seguros colectivos de vida | |
| Seguros de sepelio individual y colectivo | |

CASA CENTRAL: DEFENSA 453. 1070. CAPITAL FEDERAL. TELÉFONO 0800 333 1185. WWW.LUZYFUERZASEGUROS.COM.AR

RECEPTORÍA CÓRDOBA: DUARTE QUIRÓS 559. 3º PISO A. 5000 CÓRDOBA

PRODUCTOR ASESOR EN RÍO CUARTO: GABRIEL MARTÍNEZ NAS. GRAL. PAZ 1034. PLANTA ALTA. 5800 RÍO CUARTO. TELÉFONO 0358 4630270. m_nas_generales@lfbtel.com.ar

ASOCIACIÓN MUTUAL ALUMBRAR



ACCEDA A TODOS LOS BENEFICIOS DE COBERTURA PRESENTANDO DNI Y LA

NUEVA CREDENCIAL

FARMACIAS (RÍO CUARTO)

FARMACIAS GARCÍA COCCO AV. ITALIA 1198. 0358 4623562 Y SUCURSALES. **FARMACIA ORTEGA** SUIPACHA 243. 0358 4641400. **FARMACIA PODESTÁ** MARCELO T. DE ALVEAR 350. 0358 4636984. **FARMACIA DEL PUEBLO** CONSTITUCIÓN 901. 0358 4651111. **FARMACIA TRINIDAD** V. LOPEZ Y PLANES 292. 0358 466242.

NUEVO VADEMECUM ACTUALIZADO: PMO. PMI. PLAN DIABÉTICOS. PLAN ONCOLÓGICO. PLAN CRÓNICOS. ANTICONCEPCIÓN/CONTRACONCEPCIÓN.

CAMPAÑAS PREVENTIVAS: PROGRAMA LUZ Y FUERZA MOTIVIA (SCREEANING "RELEVAMIENTO DE FACTORES DE RIESGO"; CONTROL RIESGO CARDIOVASCULAR). TRATAMIENTO INTEGRAL DE LA OBESIDAD "DIETA CLUB DR. CORMILLOT" (NUTRICIONISTA). CENTRO DE SALUD AGUSTÍN TOSCO (GENERAL PAZ 282. 0351 4257768. MEDIANTE DERIVACIÓN AUDITORÍA ALUMBRAR)

ODONTOLOGÍA:

CONVENIO CON LA FEDERACIÓN ODONTOLÓGICA DE CÓRDOBA. LIBRE ELECCIÓN DE PRESTADOR. **NUEVA COBERTURA:** 85% EN IMPLANTES (4 POR AÑO). 85% EN PERNO Y CORONAS DE PORCELANA SOBRE METAL (4 POR AÑO). 85% ORTODONCIA. 85% PRÓTESIS REMOVIBLES (CADA 3 AÑOS). 100% PRÓTESIS COMPLETAS (CADA 3 AÑOS)

GRASSI (TRASLADO): CONTAMOS CON UN NUEVO CONVENIO DE TRASLADOS INTRAHOSPITALARIOS.

CARDIOMED (ATENCIÓN DE EMERGENCIA DOMICILIARIA): ASISTENCIA MEDICA DOMICILIARIA

ASISTENCIAL (SERVICIO DE ENFERMERÍA): SERVICIO DE ENFERMERÍA A DOMICILIO. INYECCIONES, CONTROL DE TENSIÓN ARTERIAL, COLOCACIÓN DE SUEROS, VACUNACIÓN, CURACIONES SIMPLES, ETC.

NUEVO LISTADO DE PRESTADORES (RÍO CUARTO)

- SANATORIO PRIVADO RÍO CUARTO (BV. ROCA 949 / 0358 4675800)
- INSTITUTO MÉDICO RÍO CUARTO (H. YRIGROYEN 1020 / 0358 4679200)
- INSTITUTO PRIVADO DE UROLOGÍA Y NEFROLOGÍA RÍO CUARTO (MITRE 1064 / 0358 4635300)
- NEO CLÍNICA Y MATERNIDAD (AV. ITALIA 1454 / 0358 4755700)
- GASTROMED (LA RIOJA 252 / 0358 4621517)
- MATER VITA (PRINGLES 30 / 0358 4622812)
- CLÍNICA DE LA FAMILIA (ALBERDI 1154 / 0358 4639311)
- INSTITUTO ONCOHEMATOLÓGICO PRIVADO DR. VICTOR BOVE (PEDERNERA 50 / 0358 4649189)
- COLEGIO DE KINESIOLOGOS (ITUZAINGÓ 741 / 0358 4620152)
- CENTRO DE BIOQUÍMICOS REGIONAL DE RÍO CUARTO (SOBREMONTTE 1069 / 0358 4647172)
- CLÍNICA PHILIPPE PINEL (GUATEMALA 150 / 0358 4622107)
- OFTALMOS (DEAN FÚNES 458 / 0358 4655525)
- B & R OFTALMOLOGÍA (COLÓN 322 / 0358 4620951)
- RESONANCIA RÍO CUARTO (SAN LORENZO 655 / 0358 4643686)
- DIAGNÓSTICOS SRL (CABRERA 1627 / 0358 4628541)
- RADIOLOGÍA Y RADIOTERAPIA DR. SAR (GRAL PAZ 1556 / 0358 4648062)
- CARLOS GONZÁLEZ ACHAVAL - ANATOMOPATÓLOGO - (MORENO 329 / 035 4632486)
- LABORATORIO FERREIRO (SOBREMONTTE 1180 / 0358 4640994)
- MARÍA FRANCISCA VARGAS - OFTALMOLOGA - (AVELLANEDA 330 3º PISO CBA. / 0351 4217910)

NUEVO LISTADO DE PRESTADORES Y FARMACIAS (SECCIONALES)

ALEJANDRO ROCA

- CLÍNICA PRIVADA ALEJANDRO (CESAR COMOLI 220 / 0358 4980423). GRASSI
- FARMACIA DEL VALLE (AVETTA 165 / 0358 4980850). FARMACIA DICHARA (VÉLEZ SANSFIELD 202)

ALEJO LEDESMA:

- HOSPITAL ALEJO LEDESMA (CÓRDOBA 670 / 03468 490197)
- FARMACIA TAMOS (YRIGROYEN 632)

ARIAS:

- HOSPITAL PARA LA COMUNIDAD DE ARIAS (AV. ESPAÑA 1448 / 03468 440134)
- FARMACIA IEZZI AV. ESPAÑA 881 / 03468 440452

BOUCHARDO:

- COLEGIO MEDICO LABOULAYE (ESPAÑA 122 / 03385 427507)
- FARMACIA SAN ISIDRO. FARMACIA PARELLADA (SAN MARTÍN 263 / 03387 420094)

GENERAL CABRERA:

- CLÍNICA ZONAL MAYO (BV. BUENOS AIRES 1210 / 0358 4930311)
- FARMACIA AMEC (SAN MARTÍN 550 / 0358 4930111)

NUEVO SISTEMA DE AUTORIZACIÓN ON LINE

NIVELES DE AUTORIZACIÓN AUTOMÁTICA EN PRESTACIONES DE RUTINA. MÁS DIRECTO, MÁS ÁGIL, MÁS PERSONALIZADO.

ATENCIÓN AL ASOCIADO
4642705

Emergencias médicas a domicilio

CARDIOMED 4675610

ASOCIACIÓN MUTUAL
ALUMBRAR
RÍO CUARTO
CÓRDOBA

AVENIDA ESPAÑA 350 PB
0358 4642705
CP. X5800BUQ
mutualalumbrar@luziyfuerzaríocuarto.org



ALUMBRAR