

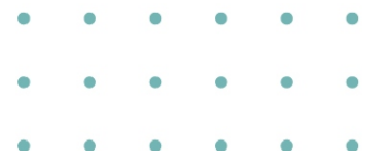


BOLETÍN 110

ABRIL-JUNIO 2023



53er. Consejo de FAFICS - Viena



Índice



02

53er. Consejo de FAFICS

04

Caja común de pensiones del personal de las Naciones Unidas

05

Las diatomeas y el cambio climático

Gustavo Necco

10

Linda fecha , el cumpleaños...

Gustavo Casas

14

El café. Curiosidades

Gustavo Casas

25

Contactos Caja Pensiones UNJSPF



Redactor Responsable

GUSTAVO CASAS



Diseño y Diagramación

JOSE MARIA LOMBARDO



FEDERATION OF ASSOCIATIONS OF FORMER INTERNATIONAL CIVIL SERVANTS
FÉDÉRATION DES ASSOCIATIONS DES ANCIENS FONCTIONNAIRES INTERNATIONAUX
FEDERACION DE ASOCIACIONES DE EX-FUNCIONARIOS INTERNACIONALES

53° Consejo de FAFICS

Tal y como fue anunciado en el Boletín anterior, el 53° Consejo de FAFICS se llevará a cabo en las instalaciones de ARICSA (Viena, Austria) del 17 al 20 de julio 2023.

Agenda Provisional

1. Adopción de la Agenda
2. Elección del Presidente y del Relator Ref. Regla 3.12
3. Procedimientos de inicio del Consejo
 - (a) Aprobar formalmente el informe del 52º período de sesiones del Consejo. Ref. Regla 3.15
 - (b) Seguimiento de las decisiones del 52º Consejo
 - Presidente: para anunciar la delegación de FAFICS a UNJSPB y sus comités subsidiarios Ref. Regla 3.6
 - Secretario: para anunciar los detalles de la elección, cargo y nombres de los candidatos y fechas de las elecciones Ref. Regla 8.6
 - Designación de Oficial(es) Electoral(es) Ref. Regla 8.9
4. Estado de afiliación y admisión de nuevos miembros
5. Informe del Presidente



6. Asuntos asociativos
7. Estrategia de comunicación y desarrollo web de FAFICS
 - a) Relación con asociaciones (encuestas, Directorio)
 - b) Estrategia de comunicación
 - c) Nuevo sitio web
8. Asuntos administrativos y financieros
 - (a) Informe de los Auditores para las cuentas finalizadas en 2022
 - b) Informe provisional sobre la gestión del presupuesto para 2023
 - c) Proyecto de presupuesto para 2024

- (d) Cancelación de cuentas por cobrar pendientes
 - (e) Política de subsidios de viaje
 - (f) Uso de las reservas asignadas
 - (g) Cuentas de 2022
 - (h) Suscripciones pendientes
 - (i) Aprobación de los informes financieros y el presupuesto Ref. Norma 3.8
- 9. Seguro médico después de la separación del servicio y atención a largo plazo (ASHIL)**
- Informe del Comité Permanente



- 10. Presentaciones de la CCPNU**
- 11. Asuntos de Pensiones**
 - (a) Informe del Comité Permanente
 - (b) Situación de los antiguos participantes de la CCPNU en la antigua URSS, la RSS de Ucrania y RSS de Bielorrusia
 - (c) Reuniones con el Secretario/CEO de la CCPNU y el RSG de Inversiones
 - (d) Pequeñas pensiones (AFICS-Addis Abeba)
- 12. Informe cuatrienal al ECOSOC para el período (2018-2022)**
- 13. Elecciones: funcionarios de FAFICS**
 - (a) -Nombramiento de Auditores Ref. Regla 10.1
- 14. Fecha y lugar de la 54ª sesión del Consejo**
- 15. Cualquier otro asunto**
 - (a) Cualquier otra inquietud de las Asociaciones



Las siguientes nominaciones para la elección de los candidatos enumerados a continuación, han sido recibidas por el Secretario General, con base a la convocatoria de nominaciones emitida al menos 4 semanas antes del Consejo, tal como exige el artículo 8.2 del Nuevo Reglamento.

<u>Función</u>	<u>Candidato</u>	<u>Posición Actual</u>	<u>Asociación de Apoyo</u>
Vicepresidente	<i>Sr. Pierre Sayour</i>	Miembro del Consejo (AAFI-AFICS) UNJSPB-Miembro de sub comités Ex Secretario de FAFICS	AAFI – AFICS Suiza
	<i>Sr. Abdou Khadre Diakhat</i>	Secretario General ASAFI - Senegal	ASAFI - Senegal
Secretario(a)	<i>Sra. Delia Barcelona</i>	Vicepresidente FAFICS	AFICS Filipinas



UNJSPF

United Nations Joint Staff Pension Fund

Caja Común de Pensiones del Personal De las Naciones Unidas

Su Carta COLA ya está disponible en MSS.

Los jubilados y beneficiarios cuyos beneficios de pensión fueron ajustados por la actualización del ajuste por costo de vida (COLA) de abril de 2023 ahora pueden ver, descargar e imprimir sus cartas de notificación de COLA dentro del Autoservicio para miembros (MSS) en la pestaña "DOCUMENTOS".

Puede acceder al portal MSS de la CCPNU aquí:

<https://member.unjspf.org/prod/app?service=page/MemberPages:MemberLogin>

Si no puede ver una letra de COLA en su cuenta de MSS, eso significa que no hubo cambios en el monto pagadero durante la actualización de COLA a julio de 2023 para ese beneficio de jubilación.

Las cartas COLA, (<https://www.unjspf.org/for-clients/cost-of-living-adjustment/>) también conocidas como estados de cuenta trimestrales, son estados de cuenta informativos que se proporcionan a los beneficiarios que reciben un beneficio periódico de la CCPNU. Estos estados de cuenta proporcionan el tipo de cambio trimestral y el porcentaje de COLA que se aplica anualmente a los derechos de beneficios. También detallan el monto a pagar mensual establecido por trimestre, la Deducción del Seguro Después de la Separación (ASHI) y el monto neto total del pago.

A partir de abril de 2021, el Fondo ya no enviará copias impresas de las Cartas COLA a los beneficiarios que se hayan registrado para MSS. Puede consultar un artículo web relevante aquí: <https://www.unjspf.org/newsroom/cost-of-living-adjustment-letters-solely-in-member-self-service-mss-for-registered-retirees-and-beneficiaries/>



CAMPAÑA DE SOCIOS

Es importante recordar que AFICS Uruguay, sostiene en forma permanente una Campaña de Socios con la finalidad de sumar nuevos integrantes y propiciar el regreso de ex asociados al padrón social.

A tales efectos La Comisión Directiva continúa en su esfuerzo, convocando a personas beneficiarias de UNJSPF a unirse a nuestras filas en una gestión que ha sido exitosa desde su inicio, registrándose un buen número de ingresos en forma bastante continua.

Necesitamos la colaboración de todos nuestros asociados para que inviten a aquellos colegas de vuestro conocimiento que aún no estén afiliados, para integrarlos a AFICS, para compartir nuestras actividades, para seguir creciendo, manteniéndonos independientes en nuestro criterio y funcionamiento, a la vez que fuertes y solidarios.



Las diatomeas y el cambio climático

Las alteraciones del comportamiento de sistemas meteorológicos y climáticos debido esencialmente al reciente calentamiento global (extremos en la temperatura, precipitaciones y vientos, y en la ocurrencia de sequías e inundaciones) son temas diarios en las noticias publicadas en los medios. El cambio climático, al ser un fenómeno global, afecta a todo elemento u organismo del planeta. En esta nota describiremos las interacciones con un organismo unicelular bastante poco conocido: **la diatomea**.

¿Que son las diatomeas? Son micro algas marinas unicelulares que secretan un esqueleto silíceo llamado frústula. Cuando mueren, los restos de este esqueleto se depositan en los lechos marinos o lacustres, a veces en capas masivas. En esos lechos encontramos el material fosilizado, que se denomina **diatomita** o **tierra de diatomeas**.



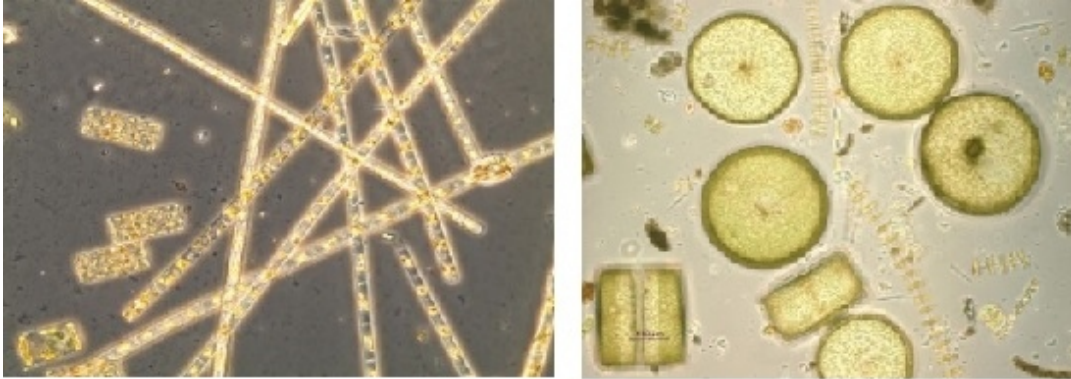
Diatomita Tierra de Diatomeas

Las diatomeas son uno de los primeros organismos que habitaron la Tierra y formaban el fitoplancton marino de hace miles de años, pero no sólo estaban presentes en los mares, sino también en el agua dulce.

Al secarse los mares y lagos, estas algas formaron asentamientos en sus fondos y, con la acumulación de capas de tierra con el tiempo, continuaron fosilizando sus exoesqueletos de sílice. Es por esta razón que podemos encontrar diatomeas bajo varias capas de tierra en diversos sitios donde antes existió algún mar o lago. Debido a su alto contenido en silicio orgánico y calcio adquieren esa coloración de tierra blanca.



Actualmente, se conocen unas 20.000 especies vivas y son un constituyente importante de la cadena alimentaria marina. Aunque son algas unicelulares, pueden encontrarse formando colonias en filamentos o cintas, estructuras en zig-zag, colonias estrelladas o abanicos.



Como hemos visto las diatomeas sirven de alimento a larvas, moluscos, crustáceos y peces, pero tienen una función todavía más importante, ya que se las considera como 'el otro pulmón de la Tierra' debido a su capacidad para producir más oxígeno que todos los bosques amazónicos, centro-africanos e indonesios juntos.

La tierra de diatomeas tiene una gran variedad de usos:

- como un efectivo insecticida ecológico y natural, para deshacernos de los molestos insectos que atacan y perjudican a muchos cultivos, sobre todo en las épocas cálidas.
- para eliminar los parásitos que perjudican la salud de nuestros animales (pulgas en perros y gatos, parásitos en pequeños corrales).
- como complemento alimenticio y en la eliminación de parásitos intestinales de nuestras mascotas y aun del hombre (diatomita de grado alimentario, para consumo humano).
- como fertilizante perfecto para las tierras de cultivo aportando micronutrientes importantes al suelo y permitiendo que las plantas puedan asimilar otros macronutrientes presentes, como fósforo, nitrógeno y potasio. Además, como la tierra de diatomeas es un producto natural sin aditivos, contribuye a mejorar la salud del suelo.
- por su efecto abrasivo suave se usa en pastas dentífricas y cremas exfoliantes.
- como agente de filtración química es muy común en los laboratorios y también en plantas de tratamiento de aguas.
- en algunas industrias, principalmente la industria alimentaria, como agente higroscópico debido a la alta capacidad absorbente de la diatomita. Al absorber la humedad reduce notablemente el deterioro de materias primas.
- como excelentes indicadores de las condiciones del agua en donde viven (calidad del agua, concentración de nutrientes, acidez en el agua, contaminación, metales pesados, etc.).
- Por estas cualidades, las diatomeas se utilizan para evaluar el cambio climático a través de las condiciones ambientales.



Respecto a este último punto investigadores de la Universidad de Lancaster, Reino Unido, han desarrollado una serie de nuevos métodos geoquímicos que los científicos pueden utilizar para analizar los exoesqueletos conservados de una especie particular de diatomea.

El Lago Chala en África, donde se descubrió esta especie, es muy profundo, por lo que los sedimentos no se ven perturbados por la mezcla y se conservan muy bien. Los investigadores indicaron que han conseguido un récord de perforación para los últimos 25.000 años y esperan perforar 150 metros en el sedimento y obtener un registro de diatomeas y clima que se remonta a 250.000 años, dando una muy buena información sobre los cambios climáticos a largo plazo, en particular la evolución de los monzones en esa parte de África.

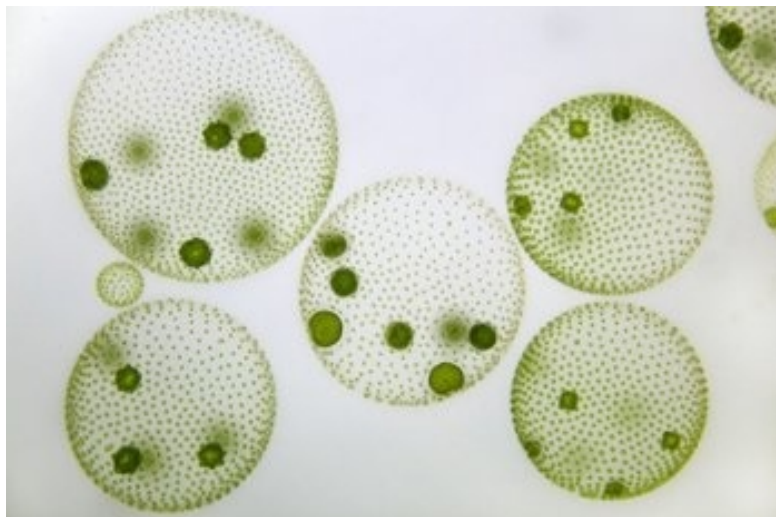


Lago Chala en Tanzania, África

Hay otros efectos importantes de estos microorganismos.

Las diatomeas aumentan la eficiencia de la bomba biológica, un proceso mediante el cual los ecosistemas marinos absorben dióxido de carbono (CO₂) de la atmósfera y lo trasladan hacia las capas más profundas del océano, lo que ayuda a mitigar el efecto invernadero y a enfriar el clima del planeta. Son también un componente clave en la formación de petróleo marino, ya que una parte de la biomasa de fitoplancton, especialmente de diatomeas, se acumula en los sedimentos marinos y con el tiempo se transforma en petróleo.

La comunidad científica ha visto en el uso de estas microalgas una alternativa a los combustibles fósiles, ya que pueden cultivarse en terrenos marginales o en plataformas flotantes usando aguas residuales o aguas saladas. “Con un suministro adecuado de luz y nutrientes, las microalgas pueden producir más de 100 toneladas de biomasa por hectárea y año, hasta 30 veces más que un cultivo agrícola convencional.



Microalgas

La biomasa generada se convertiría en biocombustible mediante la aplicación de procesos termoquímicos que imitan las condiciones geológicas bajo las que se forma el petróleo crudo en el interior de la Tierra”, apunta un investigador del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) español, concluyendo que “los excelentes rendimientos fotosintéticos y las altas eficiencias de conversión de biomasa a biocombustible las convierten en una de las materias primas bioenergéticas con mayor potencial: está en nuestras manos producir en minutos el petróleo que la Tierra tardó millones de años en generar”.

Pero el cambio climático tiene muchos efectos en los organismos acuáticos, particularmente por la acidificación de los océanos: un proceso de disminución del pH del agua de mar (acidificante) debido a una mayor absorción de CO₂ de la atmósfera. Esta acidificación afecta la supervivencia de la vida marina, resultando en fenómenos tales como el blanqueamiento de corales, la disminución de la reproducción de ostras y la alteración del metabolismo de las almejas.



Las diatomeas generalmente se han considerado menos vulnerables a la acidificación oceánica, pero no son del todo inmunes.

Un grupo de investigación estadounidense estimó que esta acidificación podría impulsar una disminución global de diatomeas entre 13% y 26% para el año 2200, comentando que “dado que las diatomeas juegan un papel crítico en las redes alimentarias marinas y el ciclo del carbono de la Tierra, una disminución de las diatomeas en los océanos podría tener consecuencias sustanciales”.

Es sorprendente que un microorganismo poco conocido (aunque lo usemos cotidianamente al cepillarnos los dientes) tenga tantas aplicaciones y, además, interactúe tan fuertemente con los procesos climáticos.



Fuentes:
varios artículos en sitios Internet sobre diatomeas y en particular, el artículo de la revista mensual de la AGU (American Geophysical Union) EOS, setiembre 2022, “Ocean Acidification May Drive Diatom Decline”, que inspiró la redacción de esta nota

CUOTA SOCIAL



Nuestra Asociación cuenta con vuestro aporte anual, en lo referido a la Cuota Social la cual **actualmente** está fijada en **US\$ 50** por año para los socios y **US\$ 25** para los cónyuges supervivientes, de acuerdo a lo resuelto en la Asamblea General Ordinaria de noviembre de 2019 e implementado a partir de 2021.

Para nuestro mejor funcionamiento y desarrollo, invitamos a quienes aún no hayan regularizado su aporte correspondiente a 2022, a hacerlo junto a la correspondiente anualidad por 2023.

Los aportes se pueden depositar en cualquiera de las sucursales de la **Red ABITAB**, indicando lo siguiente:

Caja AbitabNet Identificador **CF003353**
Nombre **AFICS URUGUAY**

SITIOS WEB



Los **SITIOS WEB** son instrumentos de consulta que puede utilizar en su beneficio:

Fondo de Pensiones de las Naciones Unidas:
www.unjspf.org

UNFCU (United Nations Federal Credit Union):
www.unfcu.org

PAHO/WHO Federal Credit Union:
www.pahofcu.org

AFICS URUGUAY: www.aficsuruguay.org

Carnet Social de AFICS



Desde hace varios años, nuestro carné de afiliación se tramita en la Empresa **Neocard**:

Neocard: Av. Garibaldi 2426 casi Boulevard Artigas

Por consultas, deben dirigirse al Sr. **Emilio Barros** a los teléfonos:

2203 88 90 y 2201 12 98

Para gestionar su emisión, es necesario enviar un correo electrónico a ebarros@neocard.com.uy con toda la información de la persona afiliada a AFICS Uruguay, además de su foto digital.

Para su **emisión** o **renovación** es importante incluir en el e-mail:

- Documento de Identidad vigente
- Número de Pensionista (**UID** proporcionado por el Fondo de Pensiones)
- Seguro de Salud y su Número de Afiliado, si tiene esa cobertura
- Nombre de su Emergencia Móvil, en caso de tenerla
- Nombre de su Mutualista local, si posee esa afiliación.

El costo del carnet es de **\$ 180** (pesos uruguayos ciento ochenta) para quien lo tramite.

Es útil tener el suyo, con la información vigente.

Gestiónelo



Linda fecha el cumpleaños...

Si el festejo es en la casa de la persona homenajeada o sucede en un local alquilado para la ocasión, no es importante. Lo que sí es trascendente es el lindo momento que se vive, rodeado por los afectos y...si es posible, con rica comida y bebida para acompañar la celebración.

No debería faltar el tradicional pastel, que en su momento se ilumina con las velas encendidas y quien recibe el agasajo, debe soplar y pedir tres deseos, pero no debe revelarlos a sus acompañantes, para lograr que sus anhelos se cumplan.

Esta tradición, en la antigüedad tenía el propósito de proteger de los demonios al festejado y así garantizarle su seguridad para el año entrante. Esto se debe a que la celebración del cumpleaños nace dentro del dominio de la magia y de la religión.

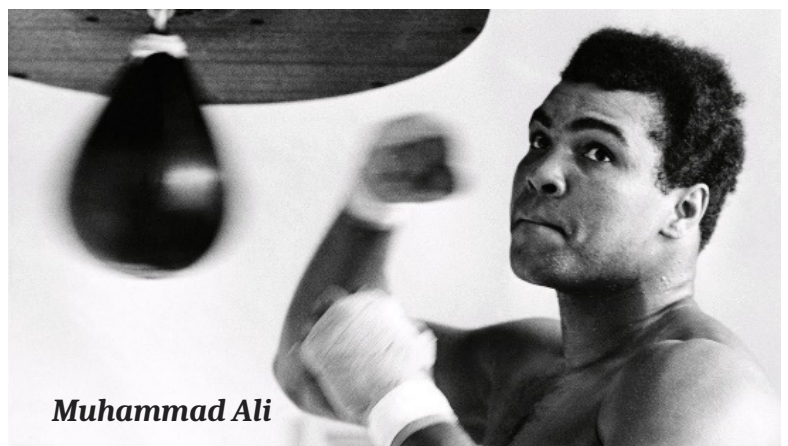
Justamente, la tradición de poner velas en los pasteles de cumpleaños parecería provenir de la antigua Grecia, con las ofrendas a Artemisa, la Diosa de la Luna y representando un ciclo lunar completo. Al soplar las velas se producía un humo que ascendía hacia la divinidad, portando el deseo solicitado para que Artemisa diera su ayuda y se cumpliera con el pedido.

Así como hemos visto distintos tipos de celebración en el mundo, vimos lo que han sido los festejos de cumpleaños a través de la historia, el por qué los globos fueron integrándose al decorado y repasamos las canciones alusivas, también hay unas cuantas frases ingeniosas de personajes conocidos, que vale la pena conocer.

Como éstas, por ejemplo:

Cuanto más se envejece, la torta de cumpleaños más se parece a un desfile de antorchas

(Katharine Hepburn)



Muhammad Ali

Cualquier persona que mantiene la capacidad de ver la belleza, no envejece. **(Franz Kafka)**

Un diplomático es un hombre que siempre recuerda el cumpleaños de una mujer, pero nunca recuerda su edad. **(Robert Frost)**

La vejez no es tan mala si tenemos en cuenta la alternativa. **(Maurice Chevalier)**

Los viejos creen en todo, las personas de mediana edad sospechan de todo, los jóvenes lo saben todo. **(Oscar Wilde)**

Las personas que no saben envejecer son las mismas que no entendieron cómo ser jóvenes. **(Marc Chagall)**

El hombre que ve el mundo a los cincuenta años igual que a sus veinte, ha desperdiciado treinta años de su vida” **(Muhammad Ali)**

No te haces mayor, te haces mejor. **(Shirley Bassey)**

A los veinte años, reina la voluntad; a los treinta años, el ingenio; a los cuarenta, el juicio. **(Benjamin Franklin)**

La vida es corta: besa despacio, ríe bien alto, ama intensamente y perdona rápido. **(Paulo Coelho)**

Shirley Bassey



Oscar Wilde



Con pasteles con muchas velas, con globos de colores, con cálidos y amistosos muy buenos deseos de un Feliz Cumpleaños, saludamos a:

OBES Angélica	01 julio	INVERNIZZI Lía	14 agosto
ALCALDE Willan	04 julio	FERNÁNDEZ Carlos	26 agosto
MARTÍNEZ Daniel	04 julio	RATHAUSER Sara	28 agosto
DE LEON Elisa	06 julio	CORTABARRÍA Guillermo	29 agosto
SCHUSSELIN Graciela	10 julio	BOURGEOIS Annie	31 agosto
ORMAECHEA Carlos	12 julio	GOUDET Guy	06 setiembre
HUGHES María	17 julio	DE CORES Silvia	07 setiembre
KINNON Colette	24 julio	COLL Mónica	08 setiembre
SANTOS Mirta	26 julio	WEINBERG Pedro	13 setiembre
CARDEZA Estela	30 julio	LAUREIRO Eduardo	17 setiembre
CASAS Gustavo	30 julio	ZYSSET Phillippe	21 setiembre
VALDEZ Julia	1 agosto	NOYA Edgardo	23 setiembre
SALTA Vivian	2 agosto	ALLENDE Rossana	24 setiembre
VILLALBA Yacira	11 agosto	FERRARI Liliana	28 setiembre
BIDEGAIN Gabriel	13 agosto	ACOSTA Juan Carlos	29 setiembre





Aviso a todos los retirados y beneficiarios de la Caja Común de Pensiones del Personal de las Naciones Unidas (UNJSPF en inglés).

Cada año, los retirados y beneficiarios del UNJSPF, deben hacer llegar a la Caja su prueba de vida y de localización (lugar de residencia), el Certificado de Derecho a Prestación (CE en inglés).

El del CE es un proceso anual que puede ser completado en cualquier momento durante el año calendario. La suspensión de la pensión o beneficio por no recepción del CE por el UNJSPF no ocurrirá antes del mes mayo del año siguiente.

★ **Certificado Digital de Derecho a Prestación (DCE en inglés)**

Desde febrero de 2021, esto se puede hacer con la aplicación Certificado Digital de Derecho a Prestación (DCE) con la ayuda de un teléfono móvil inteligente (“smartphone”) o de una tableta. Los retirados y beneficiarios pueden inscribirse y emitir su DCE a partir de 2 de enero y hasta el 31 de diciembre del año correspondiente. Para mayor información y detalles, consultar a UNJSPF-DCE Support: dce@unjspf.org.




Si tienen dificultades en emitir vuestro DCE y no han cambiado de dispositivo de teléfono móvil ni han desinstalado / reinstalado la DCE App., les recomendamos que intenten completar el proceso en un ambiente bien iluminado y con buena conexión a internet o cambiar el lugar en donde lo están haciendo

★ **Formulario de Certificado de Derecho a Prestación (CE en inglés)**

En el caso que el retirado o beneficiario no desee inscribirse o no logre completar el procedimiento para emitir su DCE, tendrá siempre la opción de firmar y devolver al UNJSPF su Formulario de Certificado de Derecho a Prestación (CE), bajo las siguientes modalidades:

* Existe la posibilidad de descargar su Formulario CE desde el sitio Web del UNJSPF de autoservicio para miembros (MSS en inglés): <https://www.unjspf.org/member-self-service>, imprimirlo, firmarlo, escanearlo o fotografiarlo y devolverlo al UNJSPF a través de esa misma plataforma Web, o enviarlo de vuelta por correo postal, correo expreso (DHL, FedEx) o por la valija diplomática de Naciones Unidas. Para mayor información y detalles, consultar a UNJSPF-MSS Support: mssupport@unjspf.org

* Aquellos retirados o beneficiarios que no estén registrados en la opción digital DCE o que no se encuentren en condiciones de acceder a la plataforma Web UNJSPF-MSS, aún podrán recibir del UNJSPF por correo postal su Formulario de Certificado de Derecho a Prestación (CE) en formato impreso en papel, el que deberá ser completado y firmado y enviado devuelta al UNJSPF por correo postal, correo expreso (DHL, FedEx) o por la valija diplomática de Naciones Unidas.



Aviso a todos los miembros de la Caja Común de Pensiones del Personal de las Naciones Unidas (UNJSPF en inglés)

Beneficios para el cónyuge superviviente

El fallecimiento de un retirado o beneficiario del UNJSPF es, inevitablemente, un momento muy complicado y estresante para los familiares supervivientes. Para evitar en parte este estrés, el UNJSPF recomienda que, al momento de su retiro, los funcionarios hagan llegar a la Caja algunos documentos.

Si usted aún no lo ha hecho, AFICS-Uruguay le sugiere:

* Enviar a la brevedad posible al UNJSPF, New York:

- Una copia oficial de su certificado (libreta) de matrimonio;
- Una copia oficial de la partida de nacimiento de su cónyuge;
- Una copia oficial del pasaporte o documento de identidad de su cónyuge, mostrando su fotografía, nombres y apellidos, fecha de nacimiento y firma.

* Mantener en su hogar un archivo conteniendo fotocopias de los documentos arriba mencionados, incluyendo una copia previamente rellena del formulario UNJSPF E/2 – “Instructions for payment of death of disability benefits” – listo para ser despachado al UNJSPF por el cónyuge superviviente.

Para mayor información y detalles, consultar a UNJSPF-Death Related: deathrelated@unjspf.org

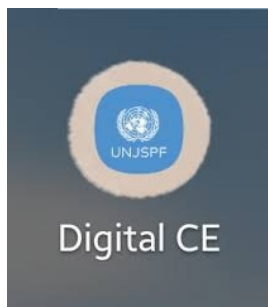
Cuenta bancaria

Del mismo modo, a fin de asegurar sin interrupciones el pago de la pensión es aconsejable que ésta sea depositada en una cuenta conjunta a nombre de ambos cónyuges, la que se mantiene abierta a nombre del cónyuge superviviente cuando el retirado o beneficiario fallece.

Certificado de Derecho a Prestación (CE en inglés)

Si por alguna razón (generalmente un accidente o reubicación en un hogar o residencial), el retirado o beneficiario no completa el procedimiento del Certificado Digital de Derecho a Prestación (DGE) o no devuelve al UNJSPF el Formulario del Certificado de Derecho a Prestación (CE) completado y firmado, ello puede resultar en la suspensión de pago de la pensión o beneficio.

Por ello, es prudente que, por lo menos, un miembro de la familia del retirado o beneficiario esté informado con respecto a la necesidad de devolver el Formulario del CE firmado al UNJSPF y sobre cómo hacerlo.





Fue difícil resolver si darle un final en dos entregas a la rica (nunca tan justo el término, tratándose del café...) historia de esta infusión que es parte de nuestros hábitos, de nuestra mesa y costumbres. Hay tanto para decir que uno teme quedarse corto, aunque también asalta la idea...de aburrir. Pero habiendo recibido mensajes referidos al tema con ganas de conocer más, es que ...le daremos una conclusión con esta tercera entrega.

Hemos mencionado su origen un tanto difuso, pero mayoritariamente ubicándolo en la región conocida como Kaffa, entre los antiguos etíopes del pueblo *oromo*. Ellos fueron los precursores en la recolección y posterior tratamiento de los granos de la planta de café.

“Café” proviene del término turco *kahve*, que a su vez viene del árabe y suena bastante parecido a...café. En el mundo existen más de 120 variedades de café y las dos más conocidas son: Arábica, que comprende el 70% de la producción mundial y Robusta, que representa el 30%.

También comentamos sobre la fuerte presencia del café en nuestro día a día. Puede ser parte de lo gastronómico, así como de la vida social o puede ser un motivo para compartir un encuentro, sin que todos juntos o cualquiera de los puntos mencionados individualmente, sean patrimonio exclusivo de una cultura o una civilización determinada.

El café le pisa los talones al petróleo como la segunda mercancía más comercializada a nivel mundial. Cada año se consumen alrededor de 400 mil millones de tazas de café. Además, son cerca de 125 millones las personas que trabajan en su cultivo y se alcanzan a producir 100 millones de bolsas de café cada año. Números impactantes.

Brasil, con una producción anual de 3.009 toneladas lidera el ranking de máximos productores. Su productividad representa el 40% de la cifra mundial y el 70% de los cafetos brasileños pertenecen a la variedad Arábica.

Vietnam con 1.683 toneladas de café al año, es el 2º mayor productor de café del mundo. El 95% de sus cafetos corresponden a la especie Robusta.

Colombia cosecha anualmente unas 885 toneladas y es uno de los productores mundiales de café más conocidos, principalmente por sus suaves cafés pertenecientes al tipo Arábica de sus cafetos.



Curiosidades sobre el café



El Yunessun Spa Resort se encuentra en Hakone una ciudad montañosa de Japón al oeste de Tokio, que es conocida por sus aguas termales. Este Spa promociona y ofrece baños temáticos con alimentos. Los clientes del Yunessun pueden darse un baño en aguas termales naturales tradicionales y también pueden disfrutar del aroma y beneficios de las propiedades medicinales y antioxidantes de alimentos como... *el café*.

La piscina del café mezcla este producto con agua termal. Así, a los efectos relajantes del agua termal se le unen los beneficios del café para combatir la fatiga y como tratamiento de belleza para la piel. Además, los responsables del spa señalan que el aroma del café ayuda a animar los sentidos

- * Después del agua, el café es la bebida más consumida en el mundo.
- * El 1 de octubre se celebra el Día Internacional del Café.
- * Algunas cadenas de cafeterías utilizan aromas de café falsos para atraer a sus clientes.
- * Se calcula que se beben unos dos mil millones de tazas de café al día, según algunos estudios realizados.
- * Estados Unidos es el país del mundo en el que se consume más café.
- * En la antigüedad, los europeos llamaban “*vino árabe*” al café, puesto que llegó a Europa a través de Turquía.
- * Aun cuando un café tenga un sabor muy fuerte, muy cargado, se conoce que a través de la saliva se atenúa buena parte de su sabor.
- * En Nápoles (Italia) nació la tradición del *café pendiente*, que consiste en que alguien paga un café sin consumirlo, para que una persona más necesitada se lo pueda tomar más tarde...totalmente gratis.



* Lo que conocemos como granos de café, en realidad son las semillas de una fruta.

* Hay quienes sostienen que el platito sobre el que se coloca el pocillo del café, originalmente tenía la función (o pretensión...) de enfriar el café.

* Junto con la Coca Cola, es uno de los productos alimenticios más vendidos del mundo.

* Italia con más de 100.000, es el país que tiene más cafeterías.

* El café capuchino recibe ese nombre porque su color recuerda a los hábitos, las vestiduras de este tipo de monjes. Capuchino viene de la palabra italiana "cappuccio", que significa capucha.

* En Venecia en 1625, se abrió el primer local público en Europa en el que se podía consumir café. Diez años después, en 1635 se inauguró en Londres el primer Coffee House.



* Según un estudio que se realizó en los Estados Unidos, los profesionales que más café consumen son los que trabajan en los sectores de investigación científica, marketing y relaciones públicas. De hecho, se afirma que el 54% de los estadounidenses beben café todos los días de su vida.

* La isla, que mide apenas 700 metros de largo por 300 en su parte más ancha y que se encuentra más al norte de la Tierra, cerca de la costa noroeste de Groenlandia, se llama Club de Café (Kaffeklubben en danés). Su actual nombre se lo dio el danés Lauge Koch en 1921, en honor a la cafetería donde se reunían los geógrafos de la Universidad de Copenhague, en el museo de mineralogía.

* En Japón y Corea del Sur son típicos los cafés de gatos, en los que la gente va a tomar esta bebida, a la vez que juegan con los gatos que están en el local.



Y hablando de felinos, los dos gatos más longevos del mundo tenían algo en común: ambos tomaban café. Sorprendente ¿no?

El libro Guinness de los Récords en su edición de 2010 tiene en sus registros a Cream Puff, por ser el gato (en realidad era una gata...) más longevo del mundo que llegó a vivir 38 años y 3 días (1967 – 2005). Su tutor, un fontanero de Austin, Texas (USA) llamado Jake Perry le daba café todas las mañanas en su desayuno, que incluía también tocino, huevos y brócoli.

Perry también tenía a su cuidado otro felino, un gato llamado Granpa Rexs Allen pero falleció más joven que Creme Puff: tenía...34 años!! Ambos animalitos tenían la misma dieta alimenticia, que a juzgar por la edad que alcanzaron, todo indica que les fue beneficiosa.



Cream Puff



Jake Perry



Grandpa Rex Allen

El café, las cafeterías y el mundo

Italia es el país con más cafeterías por habitante, del mundo. Hay una gran pasión por esta infusión y los números son bien elocuentes: 100.000 cafeterías para 59 millones de habitantes.

Finlandia es el país que más café per cápita consume, con más de 12 Kg., por habitante por año.

En 1475, en Constantinopla (actualmente Estambul), Kiva Han abrió la primera cafetería del mundo. En Europa, Venecia tuvo su primer local de café y luego Londres tuvo el suyo en Oxford: su nombre era The Angel. En 1675 había 3,000 cafeterías en Inglaterra.



Kiva Han – Primera cafetería del mundo

El café reemplazó a la cerveza como la bebida para desayunar

Se puede afirmar que el desayuno típico europeo en la actualidad, es el café. Sin embargo, hubo un tiempo en que, en muchas partes de Europa la bebida para desayunar habitual no era el café, sino...la cerveza.

Una explicación para este hábito tenía que ver con un aspecto sanitario más que con una particular afición a la cerveza: en ese momento, el agua podía resultar bastante dañina en sí misma, debido a que en muchos lugares estaba contaminada. No perdamos de vista que, si bien el contenido de alcohol de la cerveza en ese momento era más bajo que el de hoy, igualmente era suficiente para matar todos los gérmenes y las bacterias.

Además, tanto el café como el té no estaban al alcance de cualquiera y representaban un artículo de lujo, era algo más bien exclusivo para los hogares de las clases más pudientes. Las clases más bajas solo accedían a la cerveza, que además de acompañar el desayuno, después también se consumía en el almuerzo.

Los cafés más caros del mundo

El Kopi Luwak, (en indonesio, kopi significa 'café' y luwak 'civeta') de origen indo-malayo, es mundialmente conocido como el café más caro del mundo y esto lo vuelve muy famoso. Son granos de café que han pasado por el proceso digestivo de un animal similar al gato, el Luwak: una especie de civeta.

Concretamente, los granos de café se recolectan de los excrementos del Luwak.

Este pequeño animal muy parecido a un gato, vive en distintas zonas del mundo. En las islas de Sumatra, Java, Sulawesi y Bali existe una variedad de civeta que es la que originó el preciado Kopi Luwak.

Se dice que las enzimas del proceso digestivo le aportan un sabor único a este café, por lo cual es considerado como un producto muy exclusivo. El Kopi Luwak fue descubierto en el siglo XVIII, un café gourmet que se obtiene de las cerezas del cafeto en un estado de maduración óptimo, tras ser digeridas por la civeta.

La planta del café produce unos frutos carnosos, en general de color rojo que contienen dos núcleos o huesos, cada uno de ellos con un grano de café. Los huesos son una especie de cascotes semirrígidos transparentes de aspecto apergaminado. Cuando se retiran se obtienen los granos de café listos para tostar y envasar.



Las civetas son mamíferos que se alimentan casi exclusivamente de las cerezas del cafeto. Seleccionan las mejores cerezas (que contienen el grano de café...) para su consumo y las ingieren luego de elegir las de acuerdo a su momento óptimo de maduración. Luego de comerlos, los frutos pasan por el sistema digestivo y el grano interno del café no es digerido, pero parece ser que sí es modificado químicamente por las enzimas del estómago de la civeta, lo cual le da un sabor muy particular al café.

Los granos resultantes de este proceso son recogidos por los agricultores locales que los lavan y luego los someten a un muy ligero tostado, para no modificar mucho su sabor. Se han hecho análisis que confirman que no es peligroso para la salud y debido al proceso de lavado, la cantidad de patógenos presentes es insignificante. Y cualquier germen que pudiera quedar aun tras el lavado, se lo elimina en el tostado.

Se calcula que cada ejemplar come unas 25 cerezas por día y su organismo las procesa.



A menudo a las civetas se las trataba como una plaga, pero dado el crecimiento de la industria del Kopi Luwak y lo lucrativo que resulta, eso animó a la gente de la zona a proteger a estas civetas gracias a su valioso estiércol. Al café Kopi Luwak se lo define como de buen cuerpo, con un fuerte aroma y color claro. Ni amargo ni ácido y con un toque acaramelado.

Debido a su poca producción anual (250 kg como máximo) y principalmente por su particular proceso de elaboración, estas características hacen que tenga un precio muy elevado y solo se encuentra en comercios muy especializados. El precio aproximado por kilo de esta variedad de café es de 900 euros....



En Indonesia estuvo prohibido hace muchos años por considerarlo sucio y dañino para la salud, pero actualmente se permite su consumo, aun cuando la mayor parte de su producción se exporta.

Café Black Ivory



No quisiera insistir con variedades de café que son producidos a partir de procesos digestivos. De ninguna manera quiero desalentar a los gourmets del café que alguna vez pudieran tener acceso a este tipo de infusión, pero si la idea es hacer una mirada amplia sobre esta “pócima” ...no es posible obviar una marca de café que cuesta aproximadamente unos US\$ 1,000 el kilogramo...y resulta muy peculiar.

Black Ivory es una marca comercial de café producida únicamente por la Black Ivory Coffee Company Ltd., ubicada en el norte de Tailandia utilizando granos de café de la variedad Arábica. Al igual que el Kopi Luwak, los granos a ser utilizados se extraen de las heces de un animal, en este caso...de elefantes. Los granos de café son digeridos en un proceso que puede durar hasta 70 horas por parte del animal y así las enzimas digestivas del paquidermo reducen el amargor del café, mejorando su sabor.

Los elefantes consumen una cantidad de bayas de café, mezcladas con arroz, fruta y otros vegetales, lo cual se calcula que es menor al 1% por ciento de su alimentación diaria.

El ideólogo de esta variedad de café es el canadiense Blake Dinkin, quien conocía acerca de la industria cafetera tras haber trabajado en proyectos del café de civeta en Etiopía. Durante una década empezó por hacer diferentes pruebas que aseguraran que la ingesta de granos de café no era perjudicial para la salud de los elefantes, logrando obtener una variedad suave y ligera de grano.



Blake Dinkin

Dinkin en 2012 tuvo un acuerdo con la fundación Golden Triangle, un refugio para elefantes maltratados que recibía un porcentaje de las ventas del Black Ivory, pero en 2016 el empresario trasladó sus operaciones al poblado de Ban Ta Klang, en la provincia oriental de Surin.

En esa zona hay cerca de 300 elefantes utilizados en el sector agrícola y en el turismo. Dinkin emplea 27 animales que conviven con familias que se encargan de ellos y son quienes recogen las semillas para la fabricación del café Black Ivory, a cambio de US\$ 10 por kilo recolectado.

Por cada 33 kilos de granos de café que consumen los elefantes, Dinkin solo recupera uno para industrializar, ya que la mayoría se extravían mientras caminan por la selva o cuando se bañan en el río, o mismo al masticarlos. Actualmente cuenta con una producción anual de 150 kilos que espera poder aumentar.

"A pesar de todos los dolores de cabeza y aunque me tocara mañana la lotería, seguiría haciendo lo que hago. Amo a estos animales y amo mi trabajo", afirma el productor, quien dona un 8% de sus beneficios a una organización local para el cuidado y protección de los elefantes.

Los animales están a cargo de un *mahout*, que son quienes manejan y conocen bien al paquidermo. La palabra *mahout* proviene del Hindi *mahaut* y también de *mahavat*, que significa "*montador de elefantes*". Comienzan de niños en la profesión familiar y se les asigna un elefante al principio de su vida.



El único lugar donde se sirve esta variedad de café es en los resorts de Anantara en las Maldivas y obviamente, también en Tailandia.



Anantara Resort -Maldivas

En este exclusivo lugar, el café absolutamente fresco se muele en la mesa y a mano elaborándolo con una tecnología muy antigua que proviene de Austria, desde 1840. La máquina utilizada no sólo es una belleza estética, sino que los gourmets de esta infusión la califican como la mejor en su especie. Tiene una temperatura constante de 93° Celsius durante la elaboración del café, en un tiempo aproximado a los cuatro minutos.



El café descafeinado también contiene cafeína



Parecería una obviedad: descafeinado...es que no contiene cafeína. Pero no es así. No significa que no contenga nada de cafeína. Durante el proceso de descafeinado, se elimina un alto porcentaje de cafeína que varía entre el 94 % y el 98 %, pero aun así hace que también existan pequeñas partículas de cafeína, a pesar de ser un café..... Descafeinado.

Suena como un trabalenguas, pero...es así y se entendió, seguramente.

Una vez separada la cafeína, esta no se elimina, sino que se la utiliza para la preparación de bebidas carbonatadas y fármacos.

10 datos sobre el café



1. El 65% de los cafés se beben durante el desayuno.
2. Hay quienes afirman que la mejor hora para consumir café es a partir de las 2 a 3 horas después de habernos despertado.
3. En Francia existe una cafetería donde si no dices «hola» o «por favor», el café te sale más caro.
4. El café está entre los productos más comercializados del mundo
5. La variedad conocida como café capuchino recibe su nombre no porque lo inventasen los monjes, sino por su color, el cual es similar al de sus hábitos
6. Según algunos estudios realizados, se recomienda no superar 4 tazas diarias en menores de 55 años.
7. El café está en la posición número 6 de alimentos y bebidas que contienen antioxidantes. Este listado de productos lo publicó la revista The American Journal of Clinical Nutrition.

8. Según un estudio llevado a cabo por la Escuela de Salud Pública de Harvard, quien consume unas dos tazas de café al día, se protege de posibles insuficiencias cardíacas. Los datos demostraron que quienes tomaban esta cantidad de la infusión, tenían un 11% menos de riesgo cardíaco que quienes no tomaban café
9. Una sola taza de café te brinda vitamina B2, B5, manganeso, potasio y magnesio.
10. El árbol de cafeto puede llegar a medir seis metros de altura.

Un experimento muy singular...



Gustavo III de Suecia

Esta historia está llena de acontecimientos cuya veracidad no ha podido ser comprobada al cien por cien a día de hoy, pero la leyenda dice así:

El Rey de Suecia Gustavo III es recordado por tres aspectos principalmente: su absolutismo, su amor al arte y su odio al café. Estaba convencido que el café era una amenaza para la salud pública y resolvió dejar expuestos sus efectos negativos para lo cual, ordenó llevar a cabo un experimento científico que demostrara su idea al respecto.

A tales efectos, en 1771 dispuso que el experimento se efectuara utilizando a dos gemelos idénticos que habían sido juzgados y condenados a muerte. Para poder llevar a cabo la prueba, sus condenas fueron conmutadas por cadena perpetua, a condición de que uno de los gemelos bebiera diariamente tres tazas de café? y el otro bebiera la misma cantidad de té, por el resto de sus vidas.

Se asignó a dos médicos de la Corte la supervisión del experimento, manteniendo al Rey informado de todo el proceso. ? Pero inesperadamente y antes de concluir con la prueba, ambos doctores fallecieron, presumiblemente por causas naturales. Los gemelos seguían presos, seguían bebiendo sus respectivas infusiones cuando el Rey Gustavo III fue asesinado en 1792, en un baile de máscaras, lo cual le impidió conocer los resultados definitivos.

De los gemelos, el que tenía asignado beber té falleció con 83 años de edad, posteriormente a la defunción del Rey, pero... antes que la de su hermano. No hay información del gemelo superviviente, que fue...el bebedor de café. Se ignora la fecha de su deceso.

Hemos hecho un intenso recorrido por esta infusión que tenemos tan presente en nuestra vida diaria, que tiene tanta historia dentro de nuestra propia historia, que hasta pareciera haber actuado como elixir de vida de dos gatitos....

Pero no todo ha sido degustación y elogio al café, recién vimos que llegó a provocar la animosidad de un Rey, que lo ubica muy en la vereda opuesta de los que visitan un spa en Japón para...sumergirse en ese líquido elemento, el mismo que bebemos todas las mañanas como primera ingesta del día.

Seguramente, por más caros y famosos que sean, habrá quienes no quieran probar el Kopi Luwak o el Café Black Ivory, aunque su elaboración provenga de un animalito tan simpático como la civeta o del noble elefante, respectivamente.

El café ha atravesado la historia y los tiempos, sigue muy vigente en nuestros hábitos y seguramente continúe siendo uno de los productos más vendidos del mundo.

Esperamos que les haya gustado esta visión amplia, tratando de abarcar desde sus orígenes hasta nuestros días, sin dejar de lado las anécdotas ni las curiosidades.



Fuentes:

Wikipedia

<https://www.libertaddigital.com/>

<https://humanidades.com>

<https://tiempodecafe.co>

<https://promecafe.net/>



Es bueno tener presente que:



El UNJSPF (United Nations Joint Staff Pension Fund) tiene un sistema de comunicación con sus participantes y beneficiarios conocido bajo el nombre de *Member Self Service* (MSS).

Todas las comunicaciones con el UNJSPF se deben hacer únicamente por el MSS a través del siguiente sitio web:

<https://www.unjspf.org/member-self-service/>

Para ello, el participante o beneficiario del UNJSPF deberá registrarse previamente en el sistema MSS, creando su propio *Username* (usuario) y *Password* (clave)

CONTACTOS CAJA PENSIONES UNJSPF

CAJA COMÚN DE PENSIONES DEL PERSONAL DE LAS NACIONES UNIDAS UNITED NATIONS JOINT STAFF PENSION FUND (UNJSPF)

Teléfono +1 212 963 6931

Ubicación de la Oficina: 4th Floor 1, Dag Hammarskjöld Plaza (DHP) Corner of 48th Street and 2nd Avenue - New York, NY 10017, USA

Servicios de atención al cliente en New York: UNJSPF Client Services New York

Para citas virtuales:

Por favor contáctese por teléfono o mediante el formulario “**Contact Form**” en el sitio **Web:** <https://www.unjspf.org/contact-us>, para agendar una cita virtual con un experto en pensiones del UNJSPF, en una fecha y hora determinadas, durante el horario normal de trabajo de la oficina.

Para visitas en persona:

Los Servicios de atención al cliente están ubicados en el piso 4 de 1 Dag Hammarskjöld Plaza (la entrada para los visitantes es por la 48th Street en la esquina con 2nd Avenue), donde se reciben a las visitas los días martes y jueves por la tarde, de 12:00 a 16:00 horas. No se olvide de llevar consigo su *Número Único de Identificación (UID)* y un documento de identificación con fotografía válida.

Para entregar correo:

La oficina del UNJSPF cuenta con un buzón especial para ello en la planta baja del edificio, donde se puede entregar correspondencia durante el horario normal de trabajo, de lunes a viernes entre las 08:00 y las 18:00 horas.

Dirección postal para correo ordinario:

United Nations Joint Staff Pension Fund (UNJSPF) c/o United Nations

P.O Box 5036

New York, NY 101163-5036, USA.

Dirección postal para correo certificado y courier

United Nations Joint Staff Pension Fund (UNJSPF)

37 th Floor, 1 DHP

