

COSA DE GRANDES

Información y entretenimiento
para personas mayores

FASCÍCULO 88

Junio 2026

“Hay otro camino posible: el de la sociedad del cuidado”

15 de junio · Día Mundial de Toma de Conciencia
del Abuso y Maltrato en la Vejez

DERECHOS POR LA IGUALDAD

Buen trato, derechos y dignidad
en la vejez. Por Silvia Gascón.
(Pág. 4) Foto de tapa.

SOMOS BONAERENSES

El primer monumento a la
Bandera está en el conurbano
(Pág. 11)



AUTORIDADES

Axel Kicillof
Gobernador

Verónica Magario
Vicegobernadora

Jesica Rey
Ministra de Comunicación Pública

Laura Culot
Jefa de Gabinete

Juan Manuel Iglesias
Subsecretario de Planificación de Comunicación Gubernamental

Matías Belloni
Director Provincial de Comunicación Estratégica

STAFF

DIRECCIÓN DE POLÍTICAS PÚBLICAS DE COMUNICACIÓN

Coordinación general
Griselda Guillén

Producción
María Luz Suárez

Redacción
María Luz Suárez
Eugenio Elorza
María Belén Martín
Fernando Selgas
Franco Zerené
Dante Machado

DIRECCIÓN DE DISEÑO E IMAGEN

Diseño e imagen
Facundo Núñez
Geraldine Gomez Montivero
Ana Elena Chaile

Colaboraciones

Área de Salud y Envejecimiento Saludable de las Personas Mayores del Ministerio de Salud de la provincia de Buenos Aires.

Dirección de Marketing y Comunicación de la Subsecretaría de Turismo de la provincia de Buenos Aires.
Unidad de Comunicación de IOMA.

Dirección de Comunicación Institucional de IPS.

Eugenia Younis, Unidad Bicentenario del Ministerio de Comunicación Pública de la provincia de Buenos Aires.

Para acceder a los fascículos ya publicados de la serie
Cosa de Grandes, pueden hacer [clic aquí](#).

Una provincia para todas las edades

Cada 15 de junio, el Día Mundial de Toma de Conciencia del Abuso y Maltrato en la Vejez nos invita a pensar cómo queremos vivir y envejecer como sociedad. Porque el maltrato no siempre aparece de manera visible: también está cuando se infantiliza, se invisibiliza o se decide por las personas mayores, dejando de lado sus deseos, opiniones y formas de vivir.

En esta edición de *Cosa de Grandes* elegimos poner en el centro la construcción del buen trato. No solo como la ausencia de violencia, sino como una forma de vincularnos desde la escucha, el respeto y la participación. Hablar de buen trato es hablar de autonomía, de comunidad y de la posibilidad de seguir construyendo proyectos, vínculos y espacios compartidos en todas las etapas de la vida.

En la provincia de Buenos Aires, ese desafío también se construye fortaleciendo redes, generando espacios de encuentro y promoviendo acciones que acompañen a las personas mayores desde una mirada más humana, cercana y respetuosa. Porque cuidar no es decidir por otras personas ni reemplazar sus voces: cuidar también es escuchar, acompañar y respetar las distintas maneras de vivir las vejez.

Las y los invitamos a recorrer este número, donde compartimos experiencias, reflexiones y propuestas sobre el buen trato hacia las personas mayores. También encontrarán el aporte de Silvia Gascón, que nos invita a reflexionar sobre las distintas formas de maltrato y discriminación hacia las personas mayores, la importancia de fortalecer la autonomía y la necesidad de construir una sociedad basada en el cuidado, el respeto y la defensa de los derechos.



PODÉS SER PARTE DE NUESTRO PRÓXIMO FASCÍCULO

Quienes quieran compartir sus creaciones artísticas o sus experiencias y aprendizajes, nos pueden escribir a: cosadegrandes@gba.gob.ar

¡AYUDANOS A COMPARTIR ESTE MATERIAL CON OTRAS PERSONAS!

Buen trato, derechos y dignidad en la vejez



Por **Silvia Gascón**.

El 15 de junio se conmemora el Día Mundial de Toma de Conciencia sobre el Abuso y Maltrato en la Vejez, establecido por las Naciones Unidas con el objetivo de visibilizar una problemática que afecta a millones de personas mayores en todo el mundo y promover acciones para prevenirla.

Se trata de uno de los problemas sociales que más ha crecido en los últimos años y que, sin embargo, continúa siendo poco visible. **El maltrato en la vejez comprende cualquier acción u omisión que cause daño, sufrimiento o angustia a una persona mayor y que implique una vulneración de sus derechos.**

Es una problemática compleja que puede presentarse en distintos ámbitos y adoptar diversas formas.

Cuando hablamos de maltrato institucional nos referimos a situaciones que se generan tanto desde organismos públicos como desde instituciones privadas. En el plano estructural, puede expresarse a través de ingresos insuficientes, dificultades para acceder a la salud, a los cuidados, a la alimentación o a una vivienda adecuada. También se manifiesta cuando las políticas públicas resultan insuficientes para garantizar derechos fundamentales o cuando predominan discursos que presentan a las personas mayores como una carga para la sociedad.



Silvia Gascón

Nació en La Plata. Es profesora de Psicología, magíster en Dirección y Gestión de Bienestar Social y Servicios Sociales por la Universidad de

Alcalá (España), presidenta de Red Mayor, coordinadora de la Red de Mujeres Mayores y directora del Centro de Envejecimiento Activo y Longevidad de ISALUD.

Especialista en envejecimiento y derechos de las personas mayores, ha dedicado gran parte de su trayectoria a la investigación, la docencia y la promoción de políticas públicas orientadas a garantizar una vejez con derechos. Es autora del libro *Vejez y pobreza en la Argentina. La visión de las personas de edad*.

La violencia institucional también aparece en situaciones cotidianas: la falta de accesibilidad en edificios y espacios públicos, las dificultades para utilizar servicios bancarios, las barreras en el transporte o el deterioro del entorno urbano que limita la movilidad y pone en riesgo la seguridad de las personas mayores.

En los últimos años se ha sumado además una nueva forma de exclusión: el maltrato tecnológico. Ocurre cuando se exige realizar trámites o gestiones exclusivamente por medios digitales sin brindar la capacitación ni el acompañamiento necesarios. A esto se agregan las estafas virtuales, cada vez más frecuentes, que generan pérdidas económicas, angustia y sentimientos de vulnerabilidad.

Sin duda, es a partir de un Estado presente, que cuide y proteja especialmente a quienes se encuentran en situaciones de mayor vulnerabilidad, desde donde es posible avanzar en la prevención y el abordaje de estas problemáticas.

Violencias que muchas veces ocurren puertas adentro

Las formas de maltrato también son diversas. Pueden ser físicas, psicológicas, económicas o sexuales. Sin embargo, es en el ámbito familiar donde se registran con mayor frecuencia y donde, al mismo tiempo, resulta más difícil identificarlas y denunciarlas.

Los datos disponibles muestran un incremento de las situaciones de violencia hacia las personas mayores, especialmente hacia las mujeres. Entre las formas más frecuentes aparece el maltrato psicológico: los gritos, las descalificaciones, la indiferencia, la falta de escucha y de apoyo emocional. **Son agresiones que no dejan marcas visibles en el cuerpo, pero sí profundas heridas en la autoestima y el bienestar.** También son frecuentes el abuso financiero y las situaciones vinculadas al control o la apropiación de bienes y recursos.

Frente a esta realidad, diversos países han impulsado campañas bajo el lema “Por el Buen Trato en la Vejez”, orientadas a promover una mirada positiva del envejecimiento y a fortalecer los derechos de las personas mayores. El objetivo es garantizar su autonomía, es decir, su derecho a decidir sobre la propia vida, al tiempo que se combaten prejuicios y estereotipos negativos.

El viejismo: la raíz de muchas discriminaciones

Para avanzar en ese camino resulta imprescindible revisar la forma en que nuestras sociedades conciben el envejecimiento. Con frecuencia la vejez

es definida a partir de las pérdidas, las limitaciones o las carencias. Esta construcción social basada únicamente en la edad es lo que conocemos como **viejismo**: una forma de discriminación que reduce a las personas a un estereotipo y desconoce su diversidad, sus capacidades y sus aportes.

De esta visión surgen prácticas cotidianas que muchas veces parecen inofensivas, pero que reproducen desigualdades: hablar en diminutivo, infantilizar a las personas mayores, llamarlas “abuelos” cuando no existe ese vínculo o asumir que no pueden tomar decisiones sobre su propia vida. También se expresa cuando se les niega participación social y política o cuando se las responsabiliza de problemas que tienen origen en decisiones económicas y políticas ajenas a ellas.

Estas expresiones forman parte de lo que hoy se conoce como discursos de odio, definidos por Naciones Unidas como aquellas manifestaciones que promueven o justifican hostilidad y discriminación hacia determinados grupos sociales.

Frente a esta situación, nadie puede permanecer indiferente. **No podemos aceptar la violencia y la discriminación como algo natural o inevitable.** Existe otro camino y requiere el compromiso de toda la sociedad.

Una responsabilidad de toda la sociedad

Desde el Estado es fundamental garantizar ingresos dignos, acceso a la salud, sistemas de cuidados adecuados y servicios accesibles. También resulta necesario incorporar la temática del envejecimiento y del maltrato en la formación de profesionales de la salud, del trabajo social, del derecho y de todas aquellas disciplinas que intervienen en la atención de personas mayores.

Asimismo, es importante contar con espacios de orientación y asesoramiento que permitan detectar situaciones de violencia, brindar acompañamiento y facilitar el acceso a la justicia. Del mismo modo, deben fortalecerse las políticas de prevención de estafas y abusos financieros, así como las estrategias de coordinación entre los distintos organismos e instituciones involucrados.

Escuchar, respetar y acompañar

Las familias tienen también un papel fundamental. Respetar, escuchar y acompañar a las personas mayores implica reconocerlas como sujetos de derechos. Significa evitar la infantilización, valorar sus opiniones, respetar sus preferencias y promover su autonomía en cada decisión cotidiana.

Cuando una persona mayor asiste a una consulta médica, por ejemplo, es importante que los profesionales se dirijan directamente a ella. Escuchar su voz y respetar sus decisiones contribuye a fortalecer su autoestima y su capacidad de ejercer plenamente sus derechos.

Participar para vivir mejor

Las propias personas mayores también tienen un rol central en la construcción de una vejez libre de violencias. Prepararse para envejecer supone mantener, en la medida de lo posible, la autonomía y la independencia; participar en organizaciones y espacios comunitarios; sostener vínculos sociales significativos y acceder a oportunidades de formación y aprendizaje.

La participación en actividades culturales, educativas, recreativas y de defensa de derechos fortalece las redes de apoyo y contribuye a prevenir situaciones de aislamiento y vulnerabilidad. Del mismo modo, contar con información sobre las distintas formas de violencia y conocer los recursos disponibles para solicitar ayuda resulta fundamental para la protección de los propios derechos y de los derechos de otras personas.

Quisiera destacar especialmente la importancia de generar y sostener vínculos sociales. **Las redes de apoyo también envejecen y cambian con el tiempo; por eso es necesario construir nuevas relaciones, nuevos proyectos y nuevas formas de participación** que permitan seguir formando parte activa de la comunidad.

En definitiva, se trata de promover todo aquello que ayude a las personas a mantener el control sobre su propia vida, ejercer sus derechos y continuar participando plenamente en la sociedad.

Dos frases de la exitosa serie *El Eternauta* pueden ayudarnos a sintetizar esta reflexión: "Nadie se salva solo" y "Lo viejo sirve". Ambas expresan una verdad profunda: una sociedad más humana es aquella que cuida especialmente a quienes más apoyo necesitan y que reconoce el valor de todas las personas, independientemente de su edad.

Hay otro camino posible: el de la sociedad del cuidado.

SALLIQUELÓ

Una huerta que cultiva encuentros y comunidad

En el Hogar Municipal “Papa Francisco”, las y los residentes participan junto a trabajadoras y trabajadores en una experiencia de siembra, cosecha y trabajo compartido. Te invitamos a conocer cómo nació este proyecto y cómo hoy forma parte de la vida cotidiana de la institución.



Residentes, trabajadoras y trabajadores junto a los canteros de la huerta.

Las manos se mueven despacio, pero con precisión. Algunas separan hojas recién cosechadas. Otras acomodan pequeñas bolsitas transparentes sobre una mesa. El aroma de las hierbas llena el ambiente mientras residentes, trabajadoras y trabajadores del Hogar Municipal “Papa Francisco”, en Salliqueló, preparan parte de la producción que más tarde será compartida en actividades comunitarias de la localidad.

EXPERIENCIAS DE NUESTRA COMUNIDAD

La escena forma parte de una experiencia que comenzó meses atrás y que hoy ocupa un lugar importante en la vida cotidiana de la institución. La huerta nació en noviembre de 2025 a partir de una charla brindada por el Director de Producción y Empleo del municipio, Norberto Del Arco, y por el ingeniero agrónomo y trabajador del área, Luis María Cosculluela. Durante ese encuentro, las y los residentes conocieron algunas herramientas básicas para empezar a trabajar la tierra y aprendieron sobre el cuidado de distintas plantas aromáticas.



La siembra y el cuidado cotidiano de las aromáticas forman parte de las actividades que se realizan en la huerta del hogar.

Después llegaron los canteros, la siembra y las tareas diarias. Las y los residentes junto con trabajadoras y trabajadores de la institución comenzaron a organizarse para cuidar las plantas, regarlas y seguir de cerca el crecimiento de cada producción. Con el correr de las semanas, la huerta empezó a convertirse en una actividad compartida dentro del hogar.

Durante los meses de verano, las aromáticas crecieron y ocuparon cada vez más espacio en el patio interno de la institución. Antes de la llegada de las heladas, realizaron la cosecha de toda la producción. Parte de las plantas fueron secadas y preparadas en pequeñas bolsitas que luego se repartieron en actividades locales, jornadas de salud y recorridos por el barrio del hogar.



Durante la cosecha, las y los residentes participaron del secado y preparado de las aromáticas que luego fueron compartidas con la comunidad.

EXPERIENCIAS DE NUESTRA COMUNIDAD

Actualmente, la experiencia atraviesa una nueva etapa. Con la llegada del invierno, el hogar ya comenzó una nueva siembra. Esta vez, parte de la producción estará destinada a la cocina de la institución y será utilizada en las comidas que comparten diariamente quienes viven y trabajan allí. Además, el hogar continuará llevando parte de lo producido a actividades comunitarias del distrito.

Lo que comenzó como una propuesta para aprender sobre plantas aromáticas terminó transformándose en una actividad sostenida colectivamente. Entre canteros, cosechas y tareas compartidas, las personas mayores del Hogar Municipal “Papa Francisco” siguen siendo protagonistas de un proyecto que forma parte de la vida cotidiana de la institución y también del vínculo que el hogar construye con la comunidad de Salliqueló.



Un residente del Hogar Municipal “Papa Francisco” comparte bolsitas con aromáticas producidas en la huerta.



Quienes quieran seguir las actividades del Hogar Municipal “Papa Francisco” pueden ingresar a sus redes sociales haciendo clic acá: [**@hogar.PapaFrancisco**](#). También pueden conocer más iniciativas y actividades comunitarias del distrito en las cuentas oficiales del municipio, haciendo clic acá: [**@MunSalliquelo**](#).

El primer monumento a la Bandera está en el conurbano



Por **Eugenia Younis**, historiadora del Ministerio de Comunicación Pública de la Provincia de Buenos Aires.

Cuando llega el 20 de junio y las imágenes del Monumento de Rosario inundan las pantallas, pocos saben que el Monumento a la Bandera más antiguo de la Argentina no está en la ciudad santafesina sino en el corazón del conurbano bonaerense. Está en Burzaco, a dos cuadras de la estación de tren, en la plaza Manuel Belgrano. Y tiene una historia que vale la pena contar.

El monumento mide 23 metros de altura, está revestido en mármol y en su cima dos cóndores de bronce custodian la bandera. Esos cóndores, de 1,80 metros cada uno, fueron esculpidos por Claudio León Sempere y fundidos en la que hoy conocemos como Astillero Río Santiago.

Todo empezó a fines de la década del treinta, cuando un grupo de vecinas y vecinos de Burzaco decidió hacer un homenaje a la bandera nacional. En 1938, se formó una Comisión Popular, encabezada por el teniente coronel Saúl S. Pardo e integrada por habitantes de Almirante Brown y también de San Vicente. El 25 de mayo de ese mismo año se colocó la piedra fundamental. Construirlo fue una tarea colectiva: las y los vecinos de todo el partido aportaron dinero, materiales, trabajo. El monumento fue inaugurado el 25 de julio de 1943.



Monumento a la Bandera ubicado en la localidad de Burzaco, partido de Almirante Brown.

¿Por qué es el más antiguo? Porque los dos monumentos a la Bandera que existían antes, uno en Salta, obra de Lola Mora, y otro en Rosario, no perduraron. El monumento de Rosario que hoy conocemos, obra del escultor Alfredo Bigatti, fue inaugurado recién en 1957. El de Burzaco lo precede por catorce años.

En 2019, el Congreso de la Nación lo declaró Monumento Histórico Nacional. Un reconocimiento tardío para una obra que nació del orgullo y el esfuerzo de una comunidad bonaerense.

Cada año, chicos y chicas de cuarto grado de todas las escuelas primarias del municipio de Almirante Brown se acercan a esa plaza para hacer la Promesa de Lealtad a la Bandera. Es un ritual que se repite desde hace décadas y que convierte al monumento en algo más que piedra y mármol: es el lugar donde generaciones de niños y niñas del partido tienen su primer encuentro formal con la historia y con el símbolo que nos identifica como argentinos. La misma bandera que Manuel Belgrano izó por primera vez el 27 de febrero de 1812 a orillas del Paraná, ante sus tropas, pidiéndoles que juraran vencer a los enemigos de la independencia americana. Lo que comenzó como un símbolo militar se convirtió en el emblema de un país entero.

El de Burzaco es, entonces, mucho más que un monumento. Es el testimonio de que la historia de la provincia tiene raíces propias, profundas, y de que la bandera que nos identifica como argentinos también es cuidada, honrada y levantada por manos bonaerenses.



Si te gustó esta nota, te invitamos a conocer todos los episodios de **Pequeñas Grandes Historias Bonaerenses**, el podcast de **Eugenia Younis** en **Radio Provincia**. Los podés encontrar haciendo clic acá: radioprovincia.gba.gob.ar.

PASEOS DE FIN DE SEMANA

Donde la ciudad se vuelve verde



En el Parque Pereyra Iraola, la Plaza Canning y el Parque Costero del Sur, la provincia ofrece escenarios donde la naturaleza y la vida urbana conviven de distintas maneras. Tres destinos que invitan a descubrir otras formas de recorrer el paisaje bonaerense.

La provincia de Buenos Aires guarda rincones capaces de cambiar cualquier fin de semana. A pocos kilómetros del movimiento de las grandes ciudades, aparecen senderos cubiertos de árboles centenarios, plazas que parecen detenidas en otra época y reservas naturales donde el paisaje se abre hacia el Río de la Plata. En ese recorrido, el Parque Pereyra Iraola, Plaza Canning y el Parque Costero del Sur ofrecen distintas formas de reencontrarse con el aire libre.

El pulmón verde más grande de la provincia

Abarcando los partidos de Berazategui, Florencio Varela, Ensenada y La Plata, el Parque Pereyra Iraola se extiende como uno de los grandes pulmones verdes de la región. Con más de 10 mil hectáreas, es el espacio verde protegido más grande de la provincia y uno de los espacios naturales más importantes del conurbano. Declarado Reserva de Biosfera por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), el parque conserva una biodiversidad que distingue al lugar dentro de la región.



Los caminos internos del Parque Pereyra Iraola atraviesan túneles naturales formados por árboles centenarios y una extensa forestación.

Basta atravesar sus caminos arbolados para alejarse del movimiento urbano. Los eucaliptos gigantes conviven con flora autóctona y especies centenarias que forman túneles naturales sobre senderos de tierra. El canto de los pájaros reemplaza el ruido de los motores: cardenales, zorzales y loros sobrevuelan un ecosistema donde conviven distintas especies de flora y fauna.

Dentro del recorrido, uno de los espacios más destacados es el casco de estancia Santa Rosa, uno de los edificios históricos más emblemáticos de la zona. En conjunto con otras construcciones y con la imponente forestación a su alrededor, se trata de uno de los espacios más visitados por las y los bonaerenses.

Otro lugar para detenerse es donde se encuentra el *Agathis alba*, una especie arbórea proveniente de Malasia. Se caracteriza por destilar una resina que crea formas similares a las lágrimas. Esa resina refleja la luz durante las noches de luna llena y produce un brillo particular sobre el tronco, una característica que le dio el nombre popular de "Árbol de cristal". Ubicado



El *Agathis alba*, conocido como "árbol de cristal", es uno de los ejemplares más emblemáticos del Parque Pereyra Iraola.

en la Estancia San Juan del parque, es el único ejemplar que sobrevivió de los 12 que se plantaron allí hace 150 años por Leonardo Pereyra Iraola. Fue declarado Monumento Natural por la Honorable Cámara de Diputados de la Provincia de Buenos Aires en 1992.

El Parque Pereyra Iraola tiene una capacidad especial de funcionar como refugio y aventura al mismo tiempo. Sus caminos internos invitan a caminar entre los árboles, hacer una pausa y recorrer el parque con tranquilidad, entre tonos ocres y dorados durante el otoño o rodeados de verde intenso en primavera y verano.

Un paseo en Ezeiza entre adoquines y cafés

A diferencia del espíritu agreste del Pereyra Iraola, Plaza Canning propone una escapada donde el paseo se mezcla con la gastronomía y el encanto

arquitectónico. Las calles adoquinadas, los balcones y los pequeños puentes le dan al lugar una estética con aires europeos, aunque con identidad bonaerense.

En Canning, este espacio se volvió una opción para quienes buscan ocio y descanso. El paseo puede convertirse en una tarde de compras, una cena entre amigos o simplemente una caminata para observar el movimiento urbano con más tranquilidad.



Las calles adoquinadas, los puentes y los locales gastronómicos forman parte del paisaje urbano de Plaza Canning.

Cuando cae la noche, la plaza cambia de tono. Los adoquines reflejan las luces amarillas del alumbrado público y el polo gastronómico se vuelve protagonista. Entre cafés, cervecerías y restaurantes, el lugar adquiere una energía distinta: relajada y moderna. Una postal nocturna que gana cada vez más lugar entre las escapadas de fin de semana.

Magdalena y el paisaje intacto del Río de la Plata

Unos pocos kilómetros más hacia el sureste bonaerense se encuentra el Parque Costero del Sur que conserva uno de los paisajes ribereños más importantes del país. Este lugar se extiende desde Magdalena hasta Punta Indio, y fue declarado Reserva de Biosfera por la UNESCO.

El recorrido por el parque atraviesa pastizales, senderos arbolados y un bosque denso que crece junto al río. El viento llega desde el Río de la Plata y mueve la vegetación mientras las aves aparecen entre los humedales. El recorrido invita a detenerse y observar cómo cambia el paisaje en cada tramo.

Magdalena conserva todavía una relación íntima con su entorno natural. Lejos de las grandes estructuras turísticas, el atractivo principal sigue siendo el paisaje: el sonido del agua, la vegetación costera y la posibilidad de perderse por unas horas entre caminos donde predominan la tranquilidad y el entorno natural.



El Parque Costero del Sur conserva paisajes ribereños donde la vegetación y el agua forman parte del recorrido natural.

Entre naturaleza y ciudad

Bosques interminables, plazas adoquinadas y reservas costeras. Berazategui, Florencio Varela, Ensenada, Ezeiza, La Plata y Magdalena muestran que el turismo bonaerense también se construye en los detalles: en el perfume húmedo de un sendero arbolado, en una tarde de cafés y luces tenues o en el sonido del río golpeando la costa. Destinos que muestran cómo la naturaleza y la vida urbana pueden convivir en un mismo recorrido.



Si querés conocer más destinos y propuestas turísticas de la provincia de Buenos Aires, podés encontrar información en buenosaires.tur.ar o seguir la cuenta de instagram oficial haciendo clic acá: [@turismopba](https://www.instagram.com/turismopba).

SISTEMA JUBILATORIO BONAERENSE

Jubilarse en la provincia: derechos, aportes y trayectorias laborales



El Instituto de Previsión Social administra las jubilaciones y pensiones de trabajadoras y trabajadores del sector público bonaerense. Conocé cómo se accede a las distintas prestaciones del sistema.

Detrás de cada derecho previsional hay una historia de trabajo y también un sistema que lo sostiene. Y en la provincia de Buenos Aires es el Instituto de Previsión Social (IPS) el encargado de sostener un sistema público, solidario y de reparto.

Pero, ¿cómo se construye una jubilación a lo largo de una vida laboral en la provincia de Buenos Aires? Cada trabajadora y trabajador atraviesa un recorrido particular hasta acceder a su jubilación. En ese camino entran en juego distintos factores: los años de aportes, la trayectoria laboral y el tipo de tareas desempeñadas. Cada historia laboral es diferente y, por eso, también lo son las condiciones de acceso a los beneficios previsionales.

El recorrido hacia una jubilación no es igual para todos los sectores. Por ejemplo las y los docentes en la provincia de Buenos Aires, pueden acceder a su jubilación con 25 años de servicio y 50 años de edad, en reconocimiento a las particularidades de su tarea.

Pero la docencia es solo uno de los subsistemas que integran el IPS. El organismo abarca un universo mucho más amplio, compuesto por distintos regímenes con reglas y requisitos propios. Entre ellos se encuentran la administración general, el régimen municipal, el servicio penitenciario, las leyes especiales y el magisterio.



La sede central del IPS, ubicada en la ciudad de La Plata.

En términos generales, el sistema previsional contempla distintos tipos de prestaciones. La jubilación ordinaria, por ejemplo, requiere haber alcanzado los 60 años de edad y acreditar 35 años de servicios con aportes.

También existe la jubilación por invalidez, destinada a personas con una discapacidad del 66% o más; y la jubilación por edad avanzada, para quienes tienen 65 años o más y al menos 10 años de aportes al IPS. A su vez, el sistema prevé pensiones para familiares de jubiladas/os fallecidas/os, como cónyuges e hijos e hijas menores de edad o estudiantes hasta los 25 años.

Además existen regímenes especiales para determinadas actividades, como la docencia, los servicios insalubres o de agotamiento prematuro y el personal artístico de cuerpos de baile. Así mismo, el sistema contempla a trabajadoras y trabajadores con discapacidad a través de la Ley 10593.

Dentro de las llamadas “Leyes especiales” también se incluyen beneficios destinados a sectores específicos de la sociedad, como ex combatientes de Malvinas, ex detenidas/os políticas/os, bomberas/os voluntarias/os, escritoras/es, religiosas, entre otros.

¿Qué tipos de prestaciones existen?

Las prestaciones que otorga el Instituto de Previsión Social se rigen por el Decreto-Ley 9650/80 y pueden ser:

Contributivas: requieren aportes por parte del empleador y del empleado/a en actividad

No contributivas: no requieren de aportes para su otorgamiento

Podés conocer los requisitos y condiciones de acceso de cada prestación haciendo clic en alguna de las siguientes opciones, según la información que necesites consultar:

- [Jubilaciones y leyes especiales](#)
- [Pensiones](#)
- [Ex-combatientes](#)

Si querés conocer todas las novedades del IPS podés visitar las redes oficiales haciendo clic acá: [@IPSBuenosAires](#)

Visitá el **Parque Termal de Dolores,**
Monte Hermoso, Sierra de la Ventana
y Tapalqué todo el año

Con descuentos de hasta el

45 %

Exclusivo para beneficiarios del IPS



15%

TORNQUIST

Beneficio sobre el valor del Hotel Provincial Sierra de la Ventana Casino, Resort y Spa. Consultas al teléfono 0291 4915024/25 o en reservas@hotelprovincialsierra.com

DOLORES

Descuento en el valor de la entrada al "Parque Termal Dolores" para personas jubiladas y pensionadas del IPS y grupo familiar conviviente.



30%



40%

MONTE HERMOSO

Descuento del 40 % en el ingreso a la Laguna Sauce Grande. Acreditas su condición de persona jubilada o pensionada, al momento de la reserva.

TAPALQUÉ

Descuento de hasta el 45 % en el ingreso a la Laguna Sauce Grande. Acreditas su condición de persona jubilada o pensionada, al momento de la reserva.



45%



GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE
BUENOS AIRES

PEHUAJÓ

Crear, compartir y descubrir nuevas formas de expresarse

Susana Danieli encontró en el taller de Arte y Manualidades de IOMA un espacio para crear junto a otras personas. En esta ocasión, te invitamos a conocer su experiencia y algunas de las producciones que realizó durante las clases.

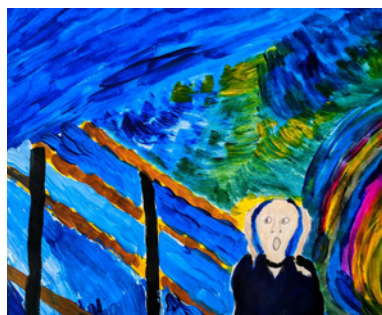
Hay actividades que con el tiempo empiezan a formar parte de la rutina. Para Susana Danieli, el taller de Arte y Manualidades de IOMA en Pehuajó se convirtió en uno de esos espacios. Allí participa de distintas propuestas vinculadas a la pintura, el reciclaje y el trabajo manual junto a otras personas del grupo.

Susana se sumó al taller por una razón muy personal: “necesitaba contacto con mis pares, conversar y compartir experiencias”. Con el paso de las clases, empezó a descubrir nuevas formas de crear junto al grupo. Y así, fueron surgiendo producciones realizadas con hojas secas, cartones reciclados, pinturas y distintos elementos cotidianos transformados a través del trabajo manual.



Susana Danieli

Tiene 78 años, vive en Pehuajó y trabajó como auxiliar de escuelas hasta su jubilación.



Una de las obras que realizó Susana fue una reinterpretación de *El grito*, la reconocida pintura de Edward Munch. A través de colores intensos y pinceladas marcadas, construyó su propia versión de la obra y exploró nuevas formas de trabajar con la pintura.

PRODUCCIONES A LO GRANDE



También realizó un búho con hojas secas y materiales naturales. Las distintas texturas y colores le dieron forma a una pieza artesanal construida a partir de elementos simples recolectados para el taller. Sobre esto, Susana nos cuenta: *"Pensar cómo transformar materiales en arte nos activó tanto la creatividad como el uso de las manos"*.



Otra de sus producciones fue un objeto decorativo realizado con cartón reciclado y distintos materiales reutilizados. Allí volvió a poner en juego la creatividad y el trabajo manual, combinando formas, relieves y texturas en una pieza construida colectivamente a partir de las ideas y experiencias compartidas durante las clases.

Cada una de las producciones que realizó Susana recupera parte de lo vivido en el taller. Las pinturas, los materiales reciclados y las piezas hechas a mano muestran el trabajo de creatividad colectiva detrás de cada propuesta. Entre nuevas técnicas, materiales y proyectos colectivos, el taller se convirtió en un espacio para seguir creando junto a otras personas.

Agradecemos a Susana por compartir su experiencia en el taller y parte de las producciones que fue creando junto a sus compañeras y compañeros.

Talleres de lectura y escritura - Localidades, días y horarios

Almirante Brown: La Rosa 974, Biblioteca "Esteban Adrogué", lunes de 10 a 12.

C.A.B.A.: Reconquista 46, tercer piso, Salón de Reuniones, miércoles de 9 a 11.

La Matanza: Avenida Juan Manuel de Rosas 6000, martes de 10 a 12.

La Plata: 64 2092, Los Hornos, miércoles de 17:30 a 19:30.

Mar de Ajó, Partido de la Costa: Sarmiento 500, C.A.P.S. D.F., lunes de 14:30 a 16:30.

Pehuajó: Esteban Zanni y Juan Maciel, jueves de 13:30 a 15:30.

San Justo: Illia 2343, U.D.O.C.B.A., jueves de 10 a 12.

Tigre: Montes de Oca 442, miércoles de 10 a 12.

Tres Arroyos: Moreno 252, jueves de 9:30 a 11:30.

Además, IOMA ofrece otras propuestas en distintos puntos de la provincia, como caminatas, manualidades, teatro, yoga, entre muchas más. ¡La invitación está abierta! Quienes deseen sumarse pueden consultar por **WhatsApp al 221-566-0837**.



SALUD Y MOVIMIENTO

Más fuerza para vivir mejor



Mantener el cuerpo activo puede hacer una diferencia en la vida cotidiana. En esta nota compartimos cómo la actividad física puede ayudar a sentirse más seguras y seguros al realizar tareas diarias.

Con el paso del tiempo el cuerpo atraviesa distintos cambios. Uno de ellos es la pérdida de masa muscular, que muchas veces sentimos como falta de fuerza. Esto puede hacer que algunas actividades cotidianas requieran más esfuerzo que antes.

Si bien todas las personas experimentamos una pérdida de masa muscular en algún momento de nuestras vidas, existen distintas formas de ayudar a mantener la fuerza y la movilidad por más tiempo. Una de ellas es realizar ejercicios con objetivos adaptados según las posibilidades y necesidades de cada persona. Además, es importante que la actividad se realice con acompañamiento profesional.

¿Por qué es importante entrenar la fuerza?

El entrenamiento de fuerza es importante en todas las edades y, en las personas mayores, resulta fundamental. A continuación, compartimos algunos de sus beneficios:

- Ayuda a mantener y fortalecer los músculos.
- Mejora el equilibrio y aporta más estabilidad al moverse.
- Ayuda a prevenir caídas y lesiones.
- Favorece la salud ósea y reduce el riesgo de fracturas.
- Ayuda a mantener niveles saludables de colesterol y azúcar en sangre.
- Ayuda a cuidar la presión arterial y mejorar la circulación.

HÁBITOS QUE HACEN BIEN

- Favorece la memoria, la atención y el estado de ánimo.
- Ayuda a reducir el estrés y mejorar el descanso.
- Permite realizar actividades cotidianas con mayor autonomía e independencia.

Cada persona a su ritmo

Aunque el entrenamiento de fuerza aporta beneficios en todas las personas, no todas parten del mismo lugar. No es lo mismo alguien que haya entrenado la fuerza durante gran parte de su vida que alguien que nunca haya realizado ningún tipo de ejercicio físico. Por eso, es fundamental que la o el profesional a cargo tenga en cuenta la historia y el estado de salud de cada persona para adaptar y planificar los ejercicios.

A su vez, la actividad física puede tener distintas formas y combinarse según cada situación. Los ejercicios de fuerza pueden complementarse con otras prácticas como caminar, bailar, andar en bicicleta, nadar o hacer gimnasia. Estas opciones ayudan a mantenerse activos/os y cuidar la salud.

La fuerza en la vida cotidiana

Más allá de cada situación particular, el entrenamiento de fuerza puede aportar mejoras concretas en el día a día. Permite moverse con mayor seguridad, realizar tareas diarias con más facilidad y sostener la autonomía por más tiempo.

Muchas actividades requieren fuerza, aunque a veces no lo notemos. Levantarse de la cama, subir escaleras, caminar, cargar bolsas o agacharse son movimientos que realizamos todos los días y que pueden hacerse con mayor facilidad cuando el cuerpo se mantiene activo.



Dos personas mayores realizan ejercicios con pesas.

La experiencia de María

Cada persona vive el entrenamiento de manera diferente, pero muchas coinciden en los cambios que sienten en su vida cotidiana. Una de esas personas es María, tiene 70 años y vive en Olmos, partido de La Plata. Comenzó a realizar ejercicios de fuerza hace dos años y hoy asegura que esta actividad la ayuda a sentirse más segura, activa e independiente.

María incorporó el entrenamiento a su rutina después de atravesar un dolor de cadera que le generaba inestabilidad, al caminar y realizar tareas diarias. En ese momento empezó a usar bastón para sentirse más segura.

Luego de realizar sesiones de kinesiología, comenzó a entrenar en un gimnasio y hoy asiste casi todos los días. *“Me siento mucho más fuerte que antes”,* cuenta. También asegura que con el tiempo empezó a usar menos el bastón: *“Me da seguridad, pero ya no siento que lo necesite tanto”.*

Con el paso del tiempo, también empezó a notar mejoras en su salud y en sus controles médicos. Pero hay algo que para ella es igual de importante: sentirse más autónoma. *“Vivo sola y esto me ayuda mucho en mi vida diaria”,* explica.

Hoy el entrenamiento forma parte de su rutina y asegura que quiere seguir realizando esta actividad porque le hace bien y la mantiene activa.

La experiencia de María muestra cómo incorporar actividad física a la rutina puede ayudar a sentirse más segura, activa y autónoma. Mantener el cuerpo en movimiento permite realizar las tareas diarias con mayor bienestar y confianza.



El contenido de este artículo fue producido por el **Prof. en Educación física Jonatan Mitre**, en conjunto con el **área de Salud y Envejecimiento Saludable de las Personas Mayores, de la Dirección de Prevención de Enfermedades No Transmisibles.**

Contacto: personasmayorespba@gmail.com

Utilizá el Token para
validar tus consultas



SERVICIOS Y PRESTACIONES

Cómo acceder

ioma.gba.gob.ar



Accedé a **TODA LA INFORMACIÓN** sobre la cobertura de tratamientos y prácticas, valores de bonos y todas las herramientas digitales de **MANERA ÁGIL Y SENCILLA** a través de la página web o la App IOMA Digital.



@IOMAgba



@ioma.gba



IOMAgba

IOMA



GOBIERNO DE LA
PROVINCIA DE
**BUENOS
AIRES**

Propuestas lúdicas para el Día de la Bandera



En el marco del 20 de junio, compartimos dos juegos para crear, jugar y pasar un momento entretenido en casa, usando materiales reciclados y elementos que solemos tener a mano.

1) Escarapelas con materiales reciclados

Una actividad para crear y compartir

¿Qué se necesita?

Tapitas, bolsas, retazos de tela, diarios, cartón, botones o papeles celestes y blancos.

¿Cómo se hace?

1. Buscar en casa materiales con los colores de la bandera.
2. Recortar círculos o tiras.
3. Superponer las piezas hasta formar una escarapela.
4. Pegarla sobre cartón o sujetarla con un broche de ropa o un alfiler.
5. Se puede hacer sola/o o junto a familiares, amistades o vecinas y vecinos.

2) Memoria patria para jugar en casa

Un juego para ejercitar la memoria encontrando pares de palabras o dibujos relacionados con el Día de la Bandera.

¿Qué se necesita?

Cartón o papel, tijera y lápices o marcadores.

¿Cómo se hace?

1. Recortar cuadrados o círculos del mismo tamaño.
2. Dibujar o escribir en pares palabras relacionadas con el 20 de junio, por ejemplo: "bandera", "Belgrano", "escarapela", "Rosario", "celeste", "patria".
3. Mezclar todas las piezas y colocarlas boca abajo.
4. Dar vuelta de a **dos cartas** para encontrar los pares.

Se puede jugar sola/o para ejercitar la memoria o compartir la actividad con otras personas.

¿Armaron sus escarapelas o jugaron a la memoria patria en casa?

Las y los invitamos a enviarnos fotos de sus creaciones y actividades para compartirlas con la comunidad de *Cosa de Grandes*. Pueden escribirnos a: cosadegrandes@gba.gob.ar.

PARA JUGAR SOLAS/OS O EN COMPAÑÍA

Conociendo nuestra provincia

Buenos Aires está llena de historias, paisajes y tradiciones. Te invitamos a ejercitar la memoria y seguir descubriendo curiosidades de nuestra provincia. ¡A jugar!

Respuestas
en página 32

1. Verdadero o Falso

- a) Necochea es una ciudad balnearia de la costa bonaerense.
- b) La República de los Niños se encuentra en la ciudad de Mar del Plata.
- c) Olavarría es reconocida por su actividad minera y cementera.
- d) La provincia de Buenos Aires tiene más de mil kilómetros de costa atlántica.

2. ¿De qué ciudad hablamos?

- a) Ciudad del noroeste bonaerense reconocida como “capital nacional del maíz”, con fuerte identidad agroindustrial y tradición ferroviaria. _____
- b) Ciudad del centro bonaerense conocida por su producción cementera y sus sierras. _____
- c) Ciudad del extremo sudoeste bonaerense, clave por su producción agropecuaria y su cercanía a áreas de transición entre la llanura y la zona serrana. _____

3. Costumbres bonaerenses

Uní cada actividad con el lugar donde suele ser más representativa.

Turismo de aguas termales y descanso	San Pedro
Producción de frutas cítricas	Junín
Pesca en laguna y paseos en el agua	Colón

4. Personajes: ¿Son de la provincia?

Indiquemos si nacieron en la provincia de Buenos Aires (**Sí / No**).

- a) Roberto Fontanarrosa.
- b) Andrea del Boca.
- c) Diego Armando Maradona.
- d) Atahualpa Yupanqui.

Respuestas
en página 32

5. Historia Argentina: Pensar y recordar

Leamos y respondamos:

En 1812, durante las luchas por la independencia, se creó un símbolo que con el tiempo se transformó en uno de los más importantes de nuestro país y hoy representa a la Argentina en todo el mundo.

- a) ¿Qué símbolo patrio se creó en ese momento?
- b) ¿Quién impulsó su creación?
- c) ¿En qué ciudad se utilizó por primera vez?

6. Adivinanza provincial

"Soy famosa por mis flores
y por una fiesta muy especial.
Cada primavera llegan visitantes
para recorrer y disfrutar".

¿De qué ciudad hablamos?



Recursos disponibles en la Provincia para personas mayores

¿Necesitás hablar con alguien? ¿Tenés dudas sobre tus derechos? ¿Querés pedir ayuda o hacer un reclamo? Acá te compartimos líneas y contactos que podés usar de forma gratuita, confidencial y segura.

Línea telefónica de acompañamiento y cuidado de la Subsecretaría de Salud Mental del Ministerio de Salud

Para personas mayores que atraviesan situaciones de soledad, problemas de salud o necesitan apoyo cotidiano.



0800-222-5462 (Opción 2)



Lunes a viernes: 8 a 24 h



Sábados, domingos y feriados: 10 a 22 h



Emergencias médicas para afiliados a IOMA

Servicio de ambulancias con cobertura 100% para afiliadas y afiliados en casos de riesgo de vida o urgencias.



0800-333-1128



Disponible las 24 horas, los 365 días del año.



ioma.gba.gob.ar



Emergencias generales



107 - Emergencias médicas



100 - Bomberos



911 - Central de emergencias



103 - Defensa Civil

CONTACTOS ÚTILES

Defensoría del Pueblo de la Provincia de Buenos Aires

Orientación y reclamos sobre alquileres, discapacidad, salud, educación, violencias, derechos LGBTQ+ y más.



0800-222-5262



WhatsApp (24 hs): **221 358 1323**



contacto@defensorba.org.ar



Sede Central: Calle 50 N° 687, La Plata



+62 delegaciones en toda la Provincia.

● Programa de Prevención y Asistencia al Juego Compulsivo

Atención gratuita y confidencial para personas con problemas de juego y sus familias.

Instituto Provincial de Lotería y Casinos



0800-444-4000



Disponible las 24 horas



juegoresponsable@loteria.gba.gov.ar



Facebook: **@juegoresponsable**

● Línea de atención para violencias por razones de género

Dirección Provincial de Abordaje Integral de las Violencias por Razones de Género.

Atención gratuita, confidencial y especializada las 24 horas, todos los días.



144



WhatsApp/Telegram: **221508 5988** (solo mensajes de texto)



atencion144pba@ministeriodelasmujeres.gba.gov.ar

CONTACTOS ÚTILES



Protección de las víctimas

Centro de Protección de los Derechos de la Víctima - Ministerio de Justicia y Derechos Humanos de la Provincia de Buenos Aires

Atención legal, psicológica y social para víctimas de delitos.



0800-666-4403



WhatsApp: **221 655 7502**



asistenciavictimaspba@mjus.gba.gob.ar



cuidarnosenred.mjus.gba.gob.ar



Línea de Atención Ciudadana del Gobierno de la Provincia de Buenos Aires

Información, trámites y gestión ciudadana.



148



Disponible las 24 horas, todos los días.

Estas líneas están para acompañarte, escucharte y orientarte. El Estado provincial cuenta con equipos especializados para garantizar tus derechos. Guardá estos contactos para que puedas compartirlo con las personas que conoces: pueden hacer una gran diferencia.

JUEGOS DE LA PROVINCIA

1. Verdadero o Falso

- a) Verdadero.
- b) Falso (se encuentra en La Plata).
- c) Verdadero.
- d) Verdadero.

2. ¿De qué ciudad hablamos?

- a) Chacabuco.
- b) Olavarría.
- c) Pigüé.

3. Costumbres Bonaerenses

- Colón → Turismo de aguas termales y descanso
- San Pedro → Producción de frutas cítricas
- Junín → Pesca en laguna y paseos en el agua

4. Personajes: ¿Son de la provincia?

- a) No (Rosario, Santa Fe).
- b) Sí (Avellaneda, Buenos Aires).
- c) Sí (Lanús, Buenos Aires).
- d) Sí (Pergamino, Buenos Aires).

5. Historia Argentina: Pensar y recordar

- a) La bandera argentina.
- b) Manuel Belgrano.
- c) Rosario.

6. Adivinanza provincial

- Escobar.



Una billetera virtual del Banco Provincia
que incluye beneficios
para las personas mayores

Descargá la app y abrí tu cuenta
en Banco Provincia

- /// Gratis
- /// 100% digital
- /// Solo con tu DNI





GOBIERNO DE LA
PROVINCIA DE
**BUENOS
AIRES**

Entrá a www.gba.gob.ar