COSA DE GRANDES

Información y entretenimiento para personas mayores

FASCÍCULO 56

Disfrutemos la Provincia

SUCEDE EN LA PROVINCIA

Barlovento, desafío cultural

SOMOS BONAERENSES

Los pueblos por su nombre
Uribelarrea

ACTIVA-MENTE Y SALUD

Entrenamos las funciones cognitivas

JUEGOS DE LA PROVINCIA

Datos curiosos de localidades bonaerenses

MINISTERIO DE COMUNICACIÓN PÚBLICA

GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

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

Redacción
María Luz Suárez
Eugenio Elorza
María Belén Martín
Fernando Selgas
Franco Zerené
Micaela Zangara

DIRECCIÓN DE DISEÑO E IMAGEN

Diseño e imagen
Facundo Núñez
Geraldine Gomez Montivero
Ana Elena Chaile

Para acceder a los fascículos ya publicados de la serie *Cosa de Grandes*, pueden escanear el código QR.

Disfrutemos la Provincia

¡Qué importante aprovechar el tiempo en actividades que nos inviten a socializar y a tener nuevas experiencias! Especialmente en estos días, en el marco de las vacaciones de invierno, nuestra provincia, la más grande y diversa del territorio nacional nos invita con miles de propuestas, a recorrerla y a explorar sus infinitas posibilidades.

El patrimonio bonaerense se reconoce en su gente, sus producciones culturales, sus fiestas populares, sus diseños arquitectónicos y sus bellezas naturales. Los paisajes, las comidas típicas, su flora y fauna, y la infinidad de propuestas artísticas y culturales, convierten a la provincia en un atractivo para todos los gustos.

Por eso, en este número en **Sucede en la Provincia**, te contamos sobre una actividad de turismo social y en **Somos Bonaerenses** te invitamos a recorrer Uribelarrea, una localidad distinguida por sus propuestas arquitectónicas, culturales y gastronómicas. También te compartimos ***Elegí Buenos Aires***, un catálogo para conocer la diversidad de atractivos turísticos que posee la provincia.

Si el objetivo durante estas vacaciones de invierno es disfrutar, te recomendamos que lo hagas viajando por la provincia, ya sea visitando lugares o explorando a través de nuestras páginas que nos acercan y nos invitan a un recorrido sensorial y lleno de imaginación.

Además, como en cada entrega, encontrarás aquí recomendaciones para cuidar la salud, ejercicios para fortalecer las funciones cognitivas y los infaltables **Juegos de la Provincia**. ¡Te invitamos a recorrer las siguientes páginas!

Agradecemos a la Dirección de Marketing y Comunicación Turística de la Subsecretaría de Turismo de la Provincia de Buenos Aires por su colaboración en esta edición.

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!

UN PROGRAMA TURÍSTICO QUE POTENCIA LA PARTICIPACIÓN Y LA CREATIVIDAD

Barlovento, desafío cultural

Más de 120 personas mayores de la "Región de los Vientos" fueron premiadas con un viaje a Chapadmalal luego de su destacada participación en la competencia regional de diversas disciplinas culturales.

Personas mayores bonaerenses en Chapadmalal.

En un esfuerzo conjunto entre la Subsecretaría de Turismo de la Provincia de Buenos Aires, el Instituto Cultural y el Ministerio de Turismo y Deporte de la Nación, se está impulsando un proyecto para potenciar la cultura, la identidad bonaerense y fomentar la interacción y participación de las personas mayores de 55 años.

En este contexto, se llevó a cabo una edición especial de "Barlovento, desafío cultural", un evento que ofreció una experiencia inolvidable a más de 120 bonaerenses durante 7 días en el hermoso Complejo Hotelero de Chapadmalal, con traslados y espectáculos en vivo incluidos.

El objetivo principal de esta iniciativa es crear y revalorizar un espacio de integración, superación, respeto y camaradería para las personas mayores bonaerenses que residen en la denominada "Región de los Vientos": 25 de Mayo, 9 de Julio, Carlos Casares, Pehuajó, Hipólito Yrigoyen, Daireaux, Guaminí, Salliqueló, Tres

Lomas, Trenque Lauquen, Rivadavia y Carlos Tejedor.

La competencia consta de dos etapas: una distrital y una final regional. A lo largo de los años, se han sumado más de 25 disciplinas en las que las y los participantes pueden demostrar su talento y habilidades, incluyendo bordado, canto, cestería, cerámica, comidas típicas, corte y costura, crochet, danzas folclóricas, dibujo, fotografía, herrería, teatro, macramé, stand-up, monólogo, coro, mosaiquismo, narrativa, puntilla y encaje, recitado, soguería, telar, tango danzas, tallado en madera, tejido con agujas, pintura y poesía.

Programas como "Barlovento, desafío cultural" brindan una valiosa oportunidad para que las personas mayores den rienda suelta a su creatividad, descubran nuevos destinos turísticos y sigan construyendo experiencias y anécdotas de manera colectiva. Desde la organización, se busca destacar y valorar el aporte cultural y artístico que las personas mayores hacen a la sociedad, promoviendo su participación activa y su bienestar integral.

Para obtener mayor información sobre el programa ingresá a las redes sociales @turismopba

TURISMO
PROVINCIA DE BUENOS AIRES

La Subsecretaría de Turismo del Ministerio de Producción, Ciencia e Innovación Tecnológica de la Provincia de Buenos Aires creó distintos catálogos para dar a conocer la diversidad de atractivos turísticos que posee la provincia y que la posicionan como un destino inigualable a nivel mundial. Uno de ellos es ***Elegí Buenos Aires***, que ofrece a todas y todos información para descubrir la auténtica identidad bonaerense. Se puede descargar haciendo clic aquí o ingresando a **https://www.mp.gba.gov.ar/catalogosturisticos/**

Los pueblos por su nombre

Uribelarrea

En esta edición te vamos a contar algunos atractivos de este pintoresco pueblo, Uribelarrea.

Uribelarrea es una localidad del partido de Cañuelas. Fue fundado como Colonia Agrícola en 1889 por Miguel Nemesio de Uribelarrea y quienes lo visiten pueden apreciar un lugar que ha perdurado casi intacto desde aquella época.

Allí se pueden conocer lugares pintorescos, como la entrada al Parque de la vieja Estación Ferroviaria, ubicada en Hilarión Castro y Valeria del Crotto donde se encuentra el "Centro tradicionalista Los Gauchos de Uribelarrea". También, se encuentra la Escuela Agrotécnica Salesiana Don Bosco, una de las primeras escuelas agrícolas de Argentina y de América destinada a la enseñanza de jóvenes en tareas rurales, donde se pueden encontrar productos típicos.

Y si de gastronomía se habla, esta localidad es reconocida por sus restaurantes, uno de ellos es "El Palenque", que está ubicado en Belgrano y Nuestra Señora de Luján. Antiguamente esta casa de comidas funcionaba como Pulpería, Almacén de Ramos Generales y Hospedaje. Actualmente, se pueden degustar sus riquísimas empanadas cortadas a cuchillo y su tradicional asado al asador, siendo estas algunas de las exquisiteces que este emblemático lugar ofrece.

Pero eso no es todo, las y los turistas pueden conocer el Antiguo Telégrafo, una vivienda que se caracteriza por su fachada con elementos de la arquitectura neoclásica, y la Plaza República del Líbano donde se realizan la Fiesta de la Cerveza y de la Picada Artesanal.

Para más información ingresá a:
https://www.canuelas.gov.ar/index.php/turismo

UNA NUEVA CONCEPCIÓN ESTRUCTURAL DEL INSTITUTO DE PREVISIÓN SOCIAL

La Caja de las y los trabajadores de la provincia de Buenos Aires en el Siglo XXI

La presidenta del organismo, Marina Moretti, reunió todos los recursos para realizar un profundo cambio hacia la territorialización del organismo con el objetivo de que la estructura orgánico-funcional esté a la altura de las necesidades de cada bonaerense.

La nueva estructura permitió llevar adelante el concepto de territorialización, que hoy está en marcha. Se trata de una oportunidad, a partir de la creación de Regionales, de repensar el territorio en función de las necesidades de las y los trabajadores de la Provincia de Buenos Aires y de las personas jubiladas y pensionadas del IPS.

Hasta marzo del 2022 el IPS tenía presencia territorial solo a través de los Centros de Atención Previsional -CAP-, distribuidos en la provincia, sin ningún criterio estratégico. Por un lado, la ubicación de las oficinas no estaba pensada en relación a la cantidad de beneficiarias y beneficiarios por distrito. A su vez, dichos puntos de atención presentaban inconvenientes propios de sus distritos, difíciles de solucionar desde la distancia con La Plata. Y por otro lado, la presencia de CAP en el área de AMBA, donde hay más aglomeración habitacional, no se correspondía con la cantidad de personas jubiladas y afiliadas que residen y trabajan en estas zonas.

¿Cuántas Direcciones Regionales conforman el IPS?

La nueva estructura del IPS contempla, desde abril de 2023, 10 Direcciones regionales que fueron pensadas y puestas al servicio para resolver los problemas de las y los bonaerenses, para que las prestaciones lleguen mejor, más rápido y estén más cerca.

Un IPS que mira a las y los bonaerenses

Entender lo que pasa en cada distrito de la provincia es impracticable desde la Sede Central del IPS. Estar cerca, compartir su realidad, es la manera de comprender y solucionar los problemas de las y los ciudadanos. Darles a los equipos regionales más autonomía en los operativos territoriales; operativos que son de cobertura de beneficios en una u otra localidad de acuerdo a la necesidad y que puedan dar respuestas acordes a cada una de esas demandas, que siempre existieron pero que ahora son más visibles y atendibles.

Por eso, apostar a la territorialización del organismo sirve para trabajar mejor, para que las respuestas que se les brinda a las y los bonaerenses sean más eficientes y para que el IPS sea más fuerte en cada rincón de la provincia.

julio en el ips

- **Incremento** del 142% en los beneficios mínimos durate el último año.

- **IPS+cerca:** mayor integración de la Provincia para resolver los problemas de las y los bonaerenses haciendo que las prestaciones lleguen más rápido.

www.ips.gba.gob.ar

DERECHO al FUTURO

GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

Les compartimos algunos ejercicios que nos ayudan a estimular las funciones cognitivas. Pueden aprovecharlos y también intercambiarlos con amigas y amigos, o vecinos y vecinas.

Ejercicio 1

Todas estas palabras terminan con las mismas dos letras, ¿cuáles son?

CA _ _
BOL _ _
BLU _ _
BRI _ _
CAMI _ _
PREN _ _

? _ _

Ejercicio 2 | ¿Cuál es la imagen repetida?

Respuestas en la página 11

MEDICAMENTOS ESENCIALES

COBERTURA

IOMA 100%

Unidad de Comunicación **IOMA**

ioma.gba.gob.ar

- Enfermedades respiratorias crónicas
- Diabetes
- Dislipemia
- Hipertensión arterial

DERECHO al FUTURO

IOMA
LA OBRA SOCIAL DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

RESPUESTAS CORRECTAS

Ejercicio 1.

Completamos las palabras con **-SA**: cami**sa**; bol**sa**; blu**sa**; bri**sa**; cami**sa**; pren**sa**.

Ejercicio 2.

La imagen repetida es el **termómetro**.

COSA DE GRANDES

Información y entretenimiento para personas mayores

Convocatoria abierta de Producciones a lo Grande

Si sos mayor y vivís en la provincia de Buenos Aires, te invitamos a publicar tus creaciones artísticas y difundir tus talentos y creatividad en *Cosa de Grandes*.

Podés mandarnos pinturas, fotografías, poesías y relatos.

Si querés más información o necesitas ayuda para enviar tu producción escribinos a: **cosadegrandes@gba.gob.ar**

¡Unite y compartí tu talento!

Para ver nuestras publicaciones ingresá a:
https://www.gba.gob.ar/cosa_de_grandes

BANCO PROVINCIA

Kicillof presentó los beneficios de Cuenta DNI para julio y agosto

Personas mayores de 60 años: $1.800 de regalo por persona por mes pagando con código QR en cualquier comercio, de viernes a martes.

El gobernador Axel Kicillof realizó el anuncio de los beneficios que el Banco Provincia ofrecerá en compras realizadas a través de Cuenta DNI durante julio y agosto. Las promociones vigentes alcanzarán hasta el 40% de descuento y aumentarán sus topes de reintegro, permitiendo este mes un ahorro de más de $40 mil a las familias bonaerenses.

Kicillof destacó "Todas las políticas de descuento fueron pensadas en función de lo que necesita nuestra sociedad: Cuenta DNI ya es una marca registrada del pueblo de la provincia de Buenos Aires."

La billetera virtual del Banco Provincia ya cuenta con más de 6,8 millones de usuarios. En junio se realizaron 50,5 millones transacciones, de las cuales más de 11,1 millones fueron compras en comercios por más de $47.000 millones. Además, el 57% de esas compras fueron alcanzadas por alguna promoción, generando un ahorro de $7.447 millones en beneficio de los y las bonaerenses.

"Nuestra banca pública incrementó en estos años un 80% la cantidad de sus clientes: gran parte de ese crecimiento se explica por el éxito de Cuenta DNI, un instrumento que está por alcanzar a la mitad de las y los bonaerenses", detalló Kicillof.

Durante julio y agosto seguirán vigentes todas las promociones del mes anterior, pero con aumentos en los topes de reintegro. Esto permitirá mayores descuentos en compras realizadas con Cuenta DNI en carnicerías, granjas, pescaderías, comercios de cercanía, supermercados, ferias y mercados. De esta forma, los clientes de la aplicación podrán ahorrar hasta $40.400 en julio y más de $48.000 en agosto.

"El Banco Provincia es un instrumento fundamental por su alcance y su presencia en los 135 municipios: las políticas de promociones y reintegros han logrado una inserción muy fuerte y se han convertido en un hábito de millones de familias que obtienen un ahorro significativo en bienes esenciales como alimentos e indumentaria", señaló el Gobernador.

Cuenta DNI para personas mayores

Las personas mayores de 60 años que utilizan Cuenta DNI tienen un beneficio extra que les brinda un ahorro de hasta $1.800 por mes. Esta promoción está vigente en todos los comercios pagando con código QR de viernes a martes.

Cuidados frente a bajas temperaturas

Algunas recomendaciones para proteger la salud integral durante el invierno:

- Tener el calendario de vacunación completo;
- Utilizar agua segura para hidratarse e incluir infusiones calientes;
- Evitar el reemplazo de comidas principales con infusiones o caldos, y enriquecer caldos con legumbres, fideos, verduras, carnes o huevo;
- Incluir verduras en preparaciones calientes, como guisos, purés, sopas, ensaladas tibias, y frutas en compotas, al horno o postres;
- Durante esta época los depósitos de Vitamina D se pueden ver afectados, por ello, hay que ingerir huevos, pescado, quesos, lácteos, y exponerse al sol 15 minutos antes de las 10 am salvo contraindicación;
- Preservar la fuente de vitamina C incluyendo algunos alimentos: frutas cítricas, tomate, espinaca, acelga, brócoli;
- Ante cualquier tipo de afectación es fundamental no automedicarse y consultar al equipo de salud o dirigirse al centro más cercano;
- Realizar ejercicio físico, mientras no haya una contraindicación, y tratar de no permanecer gran cantidad de tiempo quietos (durmiendo, sentados);
- Conversar por teléfono con amigas y amigos o familiares, y recibir y hacer visitas si es posible;
- **Socializar y compartir actividades placenteras con otras personas tiene grandes beneficios para la salud integral.**

Otras recomendaciones:

- Evitar la exposición por tiempo prolongado en exteriores y los cambios bruscos de temperaturas;
- Ventilar espacios cerrados y no olvidar la higiene de superficies;
- Lavarse las manos frecuentemente; Mantener los ambientes libres de humo y no fumar;
- Chequear el buen funcionamiento de calefactores o estufas, y evitar su uso durante las horas de sueño;
- Usar ropa de abrigo;
- Buen uso de las bolsas de agua caliente: envolverla con una funda para evitar el contacto directo del calor con la piel y no acostarse sobre la misma, la presión puede hacer que pierda agua o incluso que reviente. Las enfermedades como la diabetes, pueden reducir la sensibilidad en los pies y al exponerse a altas temperaturas hay riesgos de quemaduras.

El contenido de esta sección es producido por el **Área de Salud y Envejecimiento Saludable de las Personas Mayores. Dirección de Prevención de Enfermedades No Transmisibles**.
Contacto: personasmayorespba@gmail.com y el Área de prevención cardiovascular. Contacto: programasent.hipertension@gmail.com

PARA JUGAR SOLOS O EN COMPAÑÍA

Datos curiosos de localidades bonaerenses (Buscá las respuestas al final del material).

1. En la década del 30 una prohibición del Gobierno nacional interrumpió la fabricación en nuestra provincia de un producto ligado a nuestra identidad nacional.
¿Cuál es?

A. Yerba mate
B. Dulce de leche
C. Vino

2. Mar del Plata es uno de los puntos turísticos más populares de nuestra provincia. A finales de la década del 30 quedó inaugurada una obra que ayudó a atraer a más visitantes. **¿A cuál nos referimos?**

A. El Hotel Provincial
B. La Ruta 2
C. La inauguración del puerto

3. Ezeiza fue declarado como distrito autónomo en 1994.
¿A qué partido bonaerense pertenecía anteriormente?

A. La Matanza
B. Presidente Perón
C. Esteban Echeverría

4. En 1928 un grupo de vecinos bonaerenses propuso dar inicio a uno de los festejos más emblemáticos de la cultura nacional. **¿A qué celebración hacemos referencia?**

A. Día Mundial de la Poesía
B. Día de la Música
C. Día de la Tradición

5. El escudo del Municipio de Morón fue creado en 1948. Este emblema contiene la imagen de una carreta tirada por bueyes, la Cruz del Sur, unas espigas de trigo y una gran Virgen. **¿Qué Virgen se representa en ese escudo?**

A. Virgen Desatanudos
B. Virgen de la Concepción del Buen Viaje
C. Virgen de Luján

6. El 1° de julio de 1877 se fundó el primer diario local de Avellaneda. **¿Cómo se llamaba?**

A. El Pueblo
B. Palabras del Sur
C. Crítica

7. Desde antes de la fundación de los distintos partidos bonaerenses, nuestras tierras eran pobladas mayormente por comunidades originarias. **¿Qué comunidad habitaba las zonas del actual partido de Tigre?**

A. Guaraníes
B. Querandíes
C. Charrúas

8. Desde antes de la fundación de los distintos partidos bonaerenses, nuestras tierras eran pobladas mayormente por comunidades originarias. **¿De qué científico hablamos?**

A. Albert Einstein
B. Charles Darwin
C. Thomas Edison

9. Las leyendas urbanas son parte de nuestra cultura. **¿Cómo se llama la protagonista de la leyenda popular que explica el origen del nombre de la ciudad de Arrecifes?**

A. Mariña
B. Irupeya
C. Itathí

RESPUESTAS CORRECTAS

1. C
La fabricación de **vinos** en nuestra provincia fue prohibida en la década del 30 por el Ejecutivo nacional. Recién a finales de los 90 los productores locales se organizaron para recuperar una actividad ligada a sus raíces inmigrantes, con sus tipos de uva y sus recetas típicas. Hoy la provincia cuenta con 50 bodegas vitivinícolas y 149 hectáreas de viñedos, lo que representa una verdadera ruta del vino que contiene a San Nicolás, Berisso, Avellaneda, Villarino, Saldungaray, Chapadmalal, Tandil, entre otros.

2. B
El 23 de enero de 1938 se inauguró el primer tramo de la **Ruta 2**, y el 5 de octubre de ese mismo año, en coincidencia con el Día del Camino, quedó inaugurada en su totalidad. Anteriormente, era un extenso camino de tierra sin puentes que facilitasen atravesar los arroyos; las carretas demoraban 15 días entre Buenos Aires y Mar del Plata. Así, la Ruta 2 se convirtió en la principal vía de comunicación entre el norte de la provincia de Buenos Aires y Mar del Plata. La "ciudad feliz" se transformó en el destino turístico preferido por miles de bonaerenses.

3. C
En 1993 las autoridades del partido de **Esteban Echeverría** tomaron conocimiento del proyecto de autonomía de Ezeiza. La iniciativa había sido impulsada por los propios vecinos desde la Sociedad de Fomento de Ezeiza-Canning. Su genuina motivación y la fuerza de su demanda organizada alcanzó la victoria el 20 de octubre de 1994 cuando se aprobó su creación a través de una Ley provincial.

4. C
En 1938 un grupo de seguidores del poeta Almafuerte y admiradores de la figura del gaucho como representación identitaria quisieron promover ese sentimiento en tierras bonaerenses. Por tal motivo, propusieron celebrar cada 10 de noviembre el **Día de la Tradición** en homenaje a José Hernández, autor del *Martín Fierro*.

RESPUESTAS CORRECTAS

5. B
En el escudo de Morón se observa la imagen de la Patrona del partido: la **Virgen de la Concepción del Buen Viaje**, reverenciada por unas espigas de trigo que recuerdan los primeros sembrados del país. Debajo aparece representada una clásica carreta tirada por bueyes acompañada por la Cruz del Sur. Esta imagen simboliza el paso de los viajeros por el Camino Real, donde se detenían para encomendar su viaje ante la Virgen.

6. A
El periódico fundado por Manuel Justiniano Estévez se denominó ***El Pueblo***. Era un semanario crítico, literario y noticioso de salida dominical. Fue el primer órgano informativo de Barracas al Sud, en Avellaneda, que fue consolidándose como medio de comunicación regional.

7. A
La zona del Delta estaba habitada mayormente por **guaraníes**. En la actualidad, también habitan diaguitas, wichis, kom, qollas y otras identidades originarias que constituyen la Comunidad Indígena de Punta Querandí en el partido de Tigre. Esta comunidad, que vive en un territorio de una hectárea, está organizada en pos de preservar una zona que reconoce como comunitaria, sagrada y educativa, porque, entre otras cuestiones, conserva restos arqueológicos indígenas de mil años de antigüedad.

8. B
El encuentro entre **Charles Darwin y Juan Manuel de Rosas** fue en 1833. Darwin llegó al territorio bonaerense para realizar una expedición y, en el transcurso de su viaje, los gauchos le hablaron tanto de Rosas que quiso conocerlo. Por ese motivo, recorrió unos 130 km a caballo para concretar una reunión. Años más tarde, en su libro Diario de un naturalista, Darwin describió lo trascendente que fue esa experiencia para él.

9. C
La leyenda de Arrecifes cuenta que **Itathí**, una joven indígena, avistó a un grupo de jinetes mientras paseaba por la orilla del río. Los hombres, desde el otro lado, intentaban cruzar el cauce de agua. Itathí se enamoró perdidamente de uno de ellos y comenzó a tirar piedras al río para crear un camino que les permitiera encontrarse. Sin entender lo que sucedía, el jinete continuó su camino. Itathí siguió tirando rocas al río con sus ojos llenos de lágrimas. Así, la leyenda explica el origen de los arrecifes que dan nombre a la localidad bonaerense.

DERECHO *al* FUTURO

GOBIERNO DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES

Entrá a www.gba.gob.ar