



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 Fabiana Asi 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**.

Tejer redes para una vida sin violencias

Este mes, en el que se conmemora el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, te invitamos a reflexionar sobre la importancia de hablar y visibilizar las violencias que atraviesan las mujeres mayores.

Las violencias pueden aparecer de distintas formas: en una palabra, en una decisión que no se respeta, en un trato que desvaloriza o en un silencio que aísla. A veces se manifiestan en el control de los bienes o en un golpe. Pueden ser simbólicas, psicológicas, económicas o físicas. No surgen de un día para el otro: muchas veces se naturalizan a lo largo del tiempo y dejan huellas que afectan la autoestima, la autonomía y los vínculos. Reconocerlas es el primer paso para poder decir basta y comenzar a transformar esas realidades.

Entre quienes viven estas situaciones, las mujeres mayores enfrentan formas particulares de violencia por razones de género que, en muchos casos, permanecen invisibles. Por eso es necesario reconocer sus experiencias, escucharlas y acompañarlas para generar entornos más seguros, respetuosos y solidarios en los hogares, los barrios y todos los espacios donde se construyen lazos y afectos. La empatía, la solidaridad, y sobre todo, el acompañamiento del Estado son fundamentales para fortalecer una cultura del buen trato y del respeto mutuo.

En la Provincia de Buenos Aires se desarrollan políticas públicas que abordan estas situaciones en los municipios, promoviendo la igualdad y el derecho a una vida libre de violencias en todas las etapas de la vida. Desde *Cosa de Grandes* acompañamos ese compromiso difundiendo estas acciones, acercando información útil y promoviendo redes de cuidado y escucha. Porque decir basta también es una forma de construir vínculos más libres, solidarios y respetuosos.

Te invitamos a leer la nota "El Estado provincial frente a las violencias por razones de género", en la página 9, para conocer más sobre esta temática y las herramientas disponibles en la Provincia.



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!



SALUD Y PREVENCIÓN

Mamografías gratuitas 🕍 desde los 40 hasta los 75 años: una medida que salva vidas

La Provincia de Buenos Aires incorporó nuevos equipos y amplió la edad para fortalecer la detección temprana del cáncer de mama y garantizar la equidad en el acceso al diagnóstico. Desde *Cosa de Grandes*, conversamos con Marina Pifano, directora del Instituto Provincial del Cáncer (IPC), sobre esta política que promueve más igualdad y cuidado.

La detección temprana del cáncer de mama puede salvar vidas. Por eso, el Ministerio de Salud de la provincia de Buenos Aires actualizó las recomendaciones para la realización de mamografías. Desde ahora la mamografía preventiva se recomienda entre los 40 y los 75 años, a personas de sexo femenino asignado al nacer, sin síntomas ni antecedentes.

Para acompañar esta decisión y garantizar que todas las per-

sonas puedan acceder a los controles y tratamientos, el Gobierno de la Provincia de Buenos Aires fortaleció el sistema público de salud: en el último año se instalaron 22 nuevos mamógrafos en hospitales públicos, alcanzando un total de 187 equipos distribuidos en todo el territorio. Además, desde el Instituto Provincial del Cáncer planificaron la entrega de insumos esenciales para quienes cuentan con cobertura pública exclusiva.



El Hospital Petrona de San Fernando sumó un mamógrafo, y la Provincia cuenta ahora con 187 equipos para la detección temprana de cáncer de mama.

"Hasta ahora, la recomendación nacional establecía la realización del estudio entre los 50 y los 69 años. Con esta actualización, la Provincia amplía el rango y promueve una mayor equidad, porque muchas veces las personas con cobertura pública no accedían al mismo criterio que quienes contaban con obra social o prepaga", explicó Marina Pifano.

La decisión se apoya en estudios recientes que demuestran que ampliar el acceso a mamografías reduce la mortalidad por cáncer de mama y permite detectar lesiones en etapas más tempranas. En la provincia, el análisis epidemiológico confirmó esa tendencia y señaló la necesidad de incluir a un grupo más amplio de mujeres en los controles preventivos.

Esa evidencia, sumada al fortalecimiento del sistema público de salud, hizo posible la ampliación del rango etario. "Hoy contamos con más mamógrafos, con equipos de salud fortalecidos y con una red provincial que articula hospitales municipales y provinciales. Todo eso nos permite tomar esta decisión con responsabilidad y asegurar la continuidad del diagnóstico y del tratamiento en caso de ser necesario", detalló Pifano.

Detección temprana: una oportunidad para cuidar la vida

La especialista subraya que el cáncer de mama detectado a tiempo puede tratarse y curarse en un 90% de los casos.

"Es fundamental realizarse la mamografía incluso sin tener síntomas. Muchas veces esperamos a sentir algo, pero la detección temprana ocurre cuando no hay señales visibles. Esa es la clave: detectar antes de que avance", remarcó.

Entre los 60 y los 75 años, los controles se vuelven aún más importantes. "La edad, en sí misma, es un factor de riesgo. Por eso insistimos en que las mujeres mayores no dejen



La Provincia sumó un equipo de radiología al Hospital Petrona de San Fernando.



de hacerse los controles periódicos. A veces, cuando pasan los años y ya no se hacen los chequeos ginecológicos, se posterga la mamografía, y no debería ser así", enfatizó la titular del IPC.

Cómo acceder al estudio

Quienes deseen realizarse la mamografía pueden acercarse al hospital o centro de salud más cercano, así lo explicó Pifano: "La recomendación es siempre iniciar el recorrido por la salita o el hospital de referencia. Allí podrán hacer la consulta médica y recibir la orden para el estudio. Si el lugar no cuenta con mamógrafo, el equipo de salud indicará dónde realizarlo o se podrá solicitar turno online en el **Portal de Salud de la Provincia**".

Durante el mes de octubre muchos hospitales provinciales realizaron maratones de mamografías y jornadas sin turno previo. Pero Marina aclaró que, "Esta política no se limita a octubre. **La mamografía gratuita está disponible todo el año para las personas que se encuentran dentro del rango de edad establecido**".

Un Estado presente que cuida

La decisión se enmarca en una política sostenida de fortalecimiento del sistema público de salud bonaerense. "En un contexto nacional donde se debilitaron espacios clave como el Instituto Nacional del Cáncer, la Provincia de Buenos Aires refuerza su compromiso con la prevención, el diagnóstico y el tratamiento integral. La detección temprana salva vidas, y eso solo es posible con un Estado que garantice derechos y cuide a su población", afirmó Pifano.

Desde *Cosa de Grandes*, celebramos esta medida que amplía el acceso y promueve el cuidado de la salud de miles de mujeres bonaerenses. Te invitamos a acercarte a tu centro de salud, consultar y realizarse la mamografía: porque detectarlo a tiempo puede salvarte la vida.

Quienes quieran saber más sobre prevención, diagnóstico y acompañamiento pueden visitar la página del Instituto Provincial del Cáncer en ms.gba.gov.ar/sitios/institutodelcancer o seguir sus redes sociales, donde comparten contenidos y novedades desde el usuario @ipc_saludbap.

gba.gob.ar



página **6**

MAR DEL PLATA

Juegos Bonaerenses 2025: una fiesta para las personas mayores

Entre el 13 y el 18 de octubre, la ciudad costera se convirtió en el escenario de la final de los Juegos con competencias deportivas y culturales. Las y los participantes vivieron una experiencia única.

Mar del Plata fue el epicentro del cierre de la 34° edición de los Juegos Bonaerenses. Allí las personas mayores compitieron en una gran diversidad de disciplinas, que incluyeron natación, tenis de mesa, sapo, literatura, tango y pintura.

En el medallero brillaron personas mayores de todos los municipios bonaerenses, destacándose Lomas de Zamora, con podios en natación, tejo y atletismo; Quilmes, con triunfos en tenis y pentatlón; Marcos Paz, con reconocimientos en dibujo y fotografía; y General Pueyrredon, anfitrión y protagonista en varias categorías culturales y deportivas.



El esfuerzo y la destreza se lucieron en cada disciplina.



Cada punto cuenta: así se vivió la pasión por el deporte.

La final de los Juegos Bonaerenses contó con más de 3.300 personas mayores en las disciplinas deportivas y más de 500 en las culturales. Una muestra de gran participación a lo largo de toda la competencia.



Además, las personas mayores pudieron disfrutar de una gran fiesta con la actuación de **Los Nocheros**, un **DJ en vivo** y mucho baile. Con una temática primaveral, el encuentro fue una oportunidad para compartir música, movimiento y alegría después de días de competencia.

De esta manera concluyó la **34ª** edición de los Juegos Bonaerenses, que volvió a reunir a miles de bonaerenses en torno al deporte y la cultura. Durante una semana, Mar del Plata se llenó de energía, historias y nuevos vínculos, reflejando el valor de seguir activos y de ser parte de una propuesta que crece año tras año.



Alegría y diversión en una jornada de recreación para personas mayores, con música, baile y mucho color.



Los equipos de Saladillo y de San Nicolás disputaron la medalla de bronce de Newcom.

Haciendo <u>clic aquí</u> encontrarán el medallero de las disciplinas de personas mayores, un recorrido para celebrar su participación y su esfuerzo. ¡Las y los invitamos a conocerlo!



DERECHOS POR LA IGUALDAD

POR UNA VIDA LIBRE Y SEGURA PARA TODAS

El Estado provincial frente a las violencias por razones de género

El Ministerio de Mujeres y Diversidad de la Provincia de Buenos Aires presentó un relevamiento sobre situaciones de violencia por razones de género hacia mujeres mayores de 60 años, registradas durante 2024.

Analizar las violencias que afectan a las mujeres mayores permite visibilizar situaciones que a menudo permanecen ocultas y comprender cómo el género, la edad y los vínculos de cuidado se combinan en estos contextos. El relevamiento provincial, que reúne los casos acompañados por los equipos de género durante 2024, ofrece información clave para fortalecer políticas públicas de prevención y acompañamiento, y para orientar acciones concretas frente a estas situaciones.

En muchos casos, la violencia se ejerce dentro del círculo cercano: por la pareja o expareja, y también por familiares, como hijas e hijos. Es decir, sucede en espacios que suelen pensarse como lugares de cuidado, pero donde también se manifiestan formas de control, maltrato o dependencia.

La forma más frecuente es la violencia **psicológica**, que puede expresarse a través de insultos, amenazas, desvalorización o aislamiento. A esto se suma la violencia **simbólica**, que aparece cuando se reproducen ideas o gestos que desvalorizan a las mujeres mayores por su edad o por no cumplir ciertos mandatos sociales —por ejemplo, esperar que sean siempre cuidadoras, dóciles o silenciosas—.

En muchos casos, la violencia puede presentarse de manera **económica**, cuando se restringe la autonomía para administrar dinero o tomar decisiones sobre sus bienes. Y también

DERECHOS POR LA IGUALDAD

puede ser **física**, cuando hay agresiones directas. Cada una de estas formas de violencia refleja cómo los derechos y la autonomía de las mujeres mayores pueden verse vulnerados en su vida cotidiana.

Además de estos datos, el informe refleja que cada vez más mujeres mayores se animan a pedir ayuda y a hablar sobre lo que les pasa. Esa decisión, muchas veces acompañada por amistades, vecinas o familiares, marca un cambio profundo: reconocer la violencia es el primer paso para salir de ella.



Nombrar las violencias es parte del camino para garantizar una vida libre y segura para todas.

Desde el Ministerio de Mujeres y Diversidad destacan la importancia de fortalecer los espacios de atención y acompañamiento en toda la provincia. Los equipos provinciales y municipales de género brindan escucha, asesoramiento y medidas de protección, y trabajan junto a organizaciones sociales y comunitarias para promover entornos más seguros y relaciones igualitarias.

Hablar de las violencias que aún persisten es una manera de mirar de frente lo que duele y de reafirmar un compromiso colectivo: construir una provincia donde todas las mujeres —sin importar la edad— puedan vivir libres, acompañadas y con sus derechos garantizados.

Te invitamos a conocer en la página siguiente las políticas públicas de la Provincia de Buenos Aires destinadas a prevenir y acompañar a mujeres mayores frente a situaciones de violencia por razones de género.

página **10**

Programas y recursos para acompañar situaciones de violencia por razones de género

Línea 144 PBA

Atención, contención y asesoramiento en situaciones de violencia por razones de género, las 24 horas, todos los días.

- Teléfonos: 144 / WhatsApp 221-508-5988 o 221-353-0500
- Mail: atencion144pba@ministeriodelasmujeres.gba.gob.ar
- Web: gba.gob.ar/mujeres/linea144

Programa Comunidades sin Violencias

Fortalece las políticas de género municipales y brinda apoyo a equipos locales, hogares de protección y acceso al trabajo.

- **Teléfono:** 221-602-4003 (lunes a viernes de 9 a 17 h)
- Mail:

comunidadessinviolencias@ministeriodelasmujeres.gba.gob.ar

• Web:

gba.gob.ar/mujeres/programas/comunidades_sin_violencias

Programa Tramando Derechos

Promueve redes entre espacios comunitarios y áreas municipales para prevenir la violencia en zonas de alta vulnerabilidad.

- $\bullet \ Mail: abordajeter ritorial @ministerio de la smujeres. gba. gob. ar$
- Web: <u>gba.gob.ar/mujeres/programas/tramando_derechos</u>

Planilla de áreas municipales de género de la Provincia

Listado actualizado con los contactos de las áreas de género de cada municipio bonaerense.



DERECHOS POR LA IGUALDAD

Asistencia y acompañamiento a familiares o víctimas de delitos graves

Programa que brinda contención, orientación y acompañamiento integral a víctimas o familiares de hechos graves de violencia.

- Teléfonos: 221 655-7502 o 0800 666 5503
- Mail: asistenciavictimaspba@mjus.gba.gob.ar
- Web: justiciacercana.mjus.gba.gob.ar/asistencia-a-victimas

Programas nacionales con alcance en la Provincia

Programa Acompañar

Brinda apoyo económico y acompañamiento psicosocial a mujeres y personas LGTBI+ en situación de violencia.

• Mail: acompanarpba@ministeriodelasmujeres.gba.gob.ar

Programa de Apoyo Urgente y Asistencia Integral Inmediata

Ofrece asistencia económica, psicológica y legal a familiares o allegados de víctimas de femicidio, travesticidio o transfemicidio.

- Mail: apoyourgente@mingeneros.gob.ar
- Disponible también a través de la Línea 144.



Curso

Personas Mayores y Derechos Humanos

Fecha de inicio:



de noviembre

Modalidad: virtual

Módulos:

3

Cierre de inscripción:

6 de noviembre

Destinado a trabajadoras/es de los ámbitos público y privado, referentes territoriales y comunidad bonaerense.

Podés inscribirse completando el formulario: https://forms.gle/VZmeuD4Ak4v4VWq57



BAHÍA BLANCA

Participar, acompañarse y transformar: la historia de "La Norma Plá"



La organización "La Norma Plá" impulsa formas de participación y encuentro entre personas mayores. Conversamos con Norma Spinolo, una de sus integrantes, para conocer este espacio que se convirtió en un lugar de fuerza y compañerismo.

En Bahía Blanca, un grupo de personas mayores se reúne cada semana para compartir experiencias, debatir sobre su realidad y acompañarse mutuamente. Lo hacen a través de la Asociación Civil "La Norma Plá", un espacio que nació con la misión de visibilizar los derechos de las y los jubilados y que hoy se convirtió en un lugar de fuerza, solidaridad y participación activa.

Conversamos con Norma Spinolo, trabajadora social, militante y una de las integrantes de la organización, para conocer cómo surgió este espacio, qué actividades realizan y cómo la fuerza colectiva se traduce en acompañamiento y visibilidad en la comunidad.

CdG: ¿Cómo y por qué surgió la agrupación "La Norma Plá"?

N: La Norma Plá nació en Bahía Blanca durante el gobierno de Mauricio Macri, cuando las políticas de ajuste golpearon fuertemente a las personas jubiladas. Un grupo de compañeros y compañeras empezó a reunirse para organizarse y visibilizar lo que estaba



Norma Spinolo es vecina de Bahía Blanca, militante y jubilada. Es trabajadora social y trabajó durante 35 años en un laboratorio de análisis clínicos. Actualmente, es secretaria de la Asociación Civil de personas mayores "La Norma Plá", donde impulsa actividades comunitarias, talleres y encuentros que promueven la participación y la organización de las adultas y adultos mayores del municipio.

pasando. Con el tiempo, fuimos creciendo, cambiando, pero manteniendo siempre el mismo espíritu: defender nuestros derechos y hacer oír nuestra voz.

CdG: ¿Cómo se organizan y qué tipo de actividades realizan?

N: Somos alrededor de 20 o 25 integrantes, aunque a veces somos menos porque, bueno, la edad nos pasa factura. No tenemos un lugar fijo, así que nos reunimos donde podemos. Hacemos actividades de visibilización como volanteadas, charlas y los famosos "semaforazos" que realizamos todos los miércoles en una esquina tradicional de Bahía Blanca. Empezamos cuatro personas con dos pancartas y hoy somos muchos más, con compañeros de distintos espacios políticos.



Integrantes de "La Norma Plá" manifestando por mejoras en los haberes jubilatorios y en rechazo al veto presidencial.



"La Norma Plá" comparte su voz en la radio: todos los martes a las 11, podés escuchar su columna en **Radio LU3 - AM 1080**, un espacio donde conversan sobre actualidad, derechos y las experiencias que construyen junto a otras personas mayores.



También participamos de marchas por la memoria, los derechos humanos, las luchas de las mujeres y de los trabajadores.

CdG: ¿Qué recepción tienen de la comunidad?

N: Al principio costó, pero hoy sentimos mucho apoyo. Cuando hacemos los semaforazos, recibimos bocinazos, abrazos, palabras de aliento. La gente nos dice "sigan luchando", y eso nos impulsa a seguir. Es muy gratificante ver que nuestra presencia en la calle genera empatía y acompañamiento.

CdG: ¿Qué importancia tiene que las personas mayores participen en espacios colectivos?

N: Es fundamental. Participar nos permite romper el aislamiento, compartir lo que nos pasa y descubrir que no estamos solas ni solos. Animo a todas las personas mayores, incluso a las que recién se jubilan, a acercarse a una agrupación o a un centro. No nos juntamos a tejer ni a jugar a las cartas: hablamos de lo que vivimos, de lo que nos preocupa, de nuestra realidad. Es una forma de cuidarnos y de seguir siendo parte activa de la sociedad.

CdG: ¿Cómo comenzó tu camino en la militancia?

N: Empecé a militar más o menos al mismo tiempo que estudiaba Trabajo Social, aunque finalmente no ejercí la profesión. Trabaié durante 35 años en un laboratorio de análisis clínicos y me jubilé hace dos. Siempre tuve en claro que, al momento de jubilarme, quería seguir activa y hacerlo junto a otras personas mayores. Encontré en "La Norma Plá" un espacio donde compartir experiencias, acompañarnos y generar lazos de amistad y solidaridad.



Aldo Buffa, Mirta Gómez, Norma Spinolo y Vilma Vera, militantes de "La Norma Plá".



página **16**

CdG: ¿Qué lugar ocupa este espacio en tu vida cotidiana?

N: Es un lugar de encuentro. Cada reunión es un momento lindo, donde compartimos un mate y charlamos de todo: del país, del PAMI, de los médicos, de lo que nos pasa como jubiladas y jubilados. Pero también hablamos de nuestras vidas, de nuestros miedos y de cómo seguir participando a pesar de las dificultades. Siento que se fue construyendo una verdadera red de acompañamiento y escucha.

CdG: ¿Qué mensaje te gustaría dejarle a la comunidad?

N: Que se animen, que participen, que se acerquen. La militancia no es solo protestar: es encontrarse con otros, compartir, pensar en conjunto. Cada encuentro es una forma de acompañarnos y de hacernos visibles.

Desde Cosa de Grandes agradecemos a Norma por compartir su historia y la de la organización "La Norma Plá", un ejemplo de cómo las personas mayores se organizan, se acompañan y hacen oír su voz. Experiencias como esta nos recuerdan que la participación y el encuentro fortalecen los lazos comunitarios y mantienen viva la fuerza colectiva que transforma realidades.



Norma en una manifestación en la Plaza del Congreso.

Podés seguir las actividades y conocer más sobre la organización "La Norma Plá" a través de sus redes sociales: @lanormapla. Allí encontrarás información sobre sus encuentros, acciones y todas las formas en que continúan acompañándose y haciendo visible su voz.



MARITIARIO DE LA PROVINCIA DE BUENOS AIRES gba.gob.ar página 17

Alicia y el comienzo de una conversación que no terminó

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

Hay fechas que dejan una marca más allá del calendario. Para muchas y muchos de quienes hoy somos personas mayores, febrero de 1988 fue una de ellas. En Mar del Plata, una mujer llamada Alicia Muñiz fue asesinada por su pareja, Carlos Monzón, ídolo del boxeo argentino. Su muerte no solo estremeció al país: cambió para siempre la manera en que empezamos a hablar, y a entender, la violencia contra las mujeres.

Hasta entonces, ese tipo de hechos eran llamados "crímenes pasionales". Las crónicas hablaban de "dramas del amor", "celos", "confusos episodios". La violencia se consideraba algo privado, algo que "pasaba en las casas" y sobre lo que nadie debía meterse. Pero el caso de Alicia Muñiz rompió ese muro de silencio.

La figura pública de Carlos Monzón, campeón mundial, estrella de televisión, símbolo del éxito nacional, volvió imposible mirar para otro lado. Los diarios y noticieros se debatían entre la compasión hacia el ídolo y la negación de la víctima. En muchos hogares, por primera vez, se hablaba del tema en voz alta. En la sobremesa, en los cafés, en las escuelas, se abría paso una pregunta incómoda: ¿cómo era posible que una mujer muriera a manos de alguien admirado por tantas personas y que muchas de ellas aún lo justificaran?

El juicio que siguió, en 1989, terminó con una condena de once años de prisión por homicidio simple. No existía la palabra femicidio. Tampoco existía una legislación específica ni políticas públicas sostenidas. Pero algo había empezado a cambiar: la sociedad comenzaba a reconocer la violencia de género como un problema colectivo, no como un asunto privado.



Monzón durante la reconstrucción del crimen, en su domicilio de Mar del Plata.

SOMOS BONAERENSES

A partir de ese impacto, el gobierno provincial de Antonio Cafiero impulsó la creación de las primeras Comisarías de la Mujer en la provincia de Buenos Aires. Fue un paso inicial, con muchas limitaciones, pero importante: implicaba que el Estado debía escuchar, prevenir y proteger. Detrás de esa decisión política había también un reclamo social que ya no podía ignorarse.

Los años noventa trajeron otros casos emblemáticos, María Soledad Morales, Carolina Aló, Natalia Mellmann, y también una exposición mediática distinta. Los programas de televisión comenzaron a invitar mujeres a contar sus historias. A veces con sensibilidad, otras con morbo, pero siempre con un efecto innegable: la palabra circulaba. Y cuando una historia se escucha, deja de ser solo de quien la cuenta.

En 2012, la figura de femicidio fue incorporada al Código Penal argentino. En 2015, el grito "Ni una menos" llenó las plazas y las calles del país. Pero ese camino empezó mucho antes, en una época en la que la palabra "violencia" no se pronunciaba y el amor se confundía con posesión.

Quienes vivieron aquellos años saben que la transformación fue lenta y dolorosa. Muchas/os recuerdan el desconcierto de ver la tapa de una revista mostrando el cuerpo de Alicia Muñiz sin pudor, mientras se discutía si Monzón "había perdido la cabeza". Recuerdan también las voces de las mujeres que, con valentía, empezaron a decir basta cuando todavía no existía una red que las contuviera.

Hoy, cada 25 de noviembre, cuando el calendario recuerda el Día Internacional de la Eliminación de la Violencia contra las Mujeres, no se trata solo de una fecha. Es la memoria de una historia colectiva que comenzó con una tragedia, pero que abrió un camino. Recordar a Alicia Muñiz no es revivir el horror, sino reconocer el momento en que empezamos a entender que el amor no duele, que los golpes no son "errores", y que la vida de las mujeres no puede depender del humor o el poder de un hombre.

Han pasado más de tres décadas, pero su nombre sigue siendo una advertencia y una promesa: la advertencia de que el silencio siempre es cómplice, y la promesa de que hablar, acompañar y educar puede salvar vidas. Porque solo cuando esa conversación no sea necesaria, podremos decir que la historia cambió para siempre.

Si te gustó esta nota, te invitamos a conocer Pequeñas Grandes Historias Bonaerenses, el podcast de Eugenia Younis en Radio Provincia. Podés ingresar a todos los episodios en <u>radioprovincia.gba.gob.ar</u>.



página **19**

MIRAMAR

Capital provincial del arte a cielo abierto



Murales, esculturas y circuitos culturales convierten a la ciudad costera en un destino único, donde la creatividad y la tradición se encuentran.

Miramar, uno de los destinos de la costa bonaerense, fue reconocido por la Legislatura como la Capital Provincial del Arte a Cielo Abierto. Desde 2013, la Bienal Internacional de Arte Miramar (BIAM) transforma sus espacios en un museo al aire libre, donde murales, esculturas y obras de artistas locales e internacionales se integran al paisaje urbano, invitando a vecinas, vecinos y visitantes a recorrer y disfrutar del arte en cada rincón.



El icónico cartel de Miramar en la costa, intervenido artísticamente.



TURISMO

La iniciativa surgió de la artista local Marité Svast, quien propuso intervenir el parque de ingreso a la ciudad, convirtiéndolo en epicentro de actividades artísticas y punto de encuentro para la comunidad. Con el tiempo, el proyecto se expandió a plazas, anfiteatros, paseos costeros y edificios emblemáticos, creando un recorrido cultural único que combina arte, patrimonio y paisaje.

Cada edición de la BIAM desarrolla una temática central que guía las intervenciones y ofrece nuevas formas de descubrir la locali-



Mural ubicado en el circuito de arte urbano de la BIAM, ejemplo del arte a cielo abierto que recorre la ciudad.

dad. A lo largo de los años se incorporaron murales, esculturas, mosaicos, vitraux y estructuras corpóreas, acompañados de talleres, charlas y espectáculos abiertos a la comunidad y a artistas de todo el mundo. La edición 2025, realizada del 5 al 13 de abril bajo el lema **"ADN de Mar"**, puso el foco en la relación entre el hombre y la naturaleza, con intervenciones en el mobiliario urbano, muestras en vivo, talleres y charlas temáticas.

Para quienes quieran recorrer la Bienal, se ofrecen circuitos autoguiados pensados para disfrutar a paso tranquilo. El recorrido del Parque de la Bienal, de 250 metros, dura aproximadamente una hora y media; el Circuito de Arte Costero, de 2,5 km y dificultad media, incluye esculturas, murales y el reloj de sol en el Paseo Punta Hermengo; y el Circuito de Arte Urbano, también de 2,5 km y dificultad baja, permite conocer murales en la iglesia San Andrés Apóstol, el juzgado de



Cabalgatas por la costa, una actividad recreativa que permite disfrutar del paisaje natural de la localidad.

TURISMO



Senderos del Bosque Energético, ideales para caminatas y conexión con la naturaleza.

paz, el skatepark y la torre de agua corriente. Todos los circuitos son aptos para personas de todas las edades y combinan arte, paseo y disfrute del entorno urbano y costero.

Además del arte, este destino costero ofrece otras experiencias que permiten disfrutar de la naturaleza y la localidad. Las cabalgatas en la zona del Bosque del Vivero, los senderos del Bosque Energético, los recorridos por la peatonal y las visitas al Museo de Ciencias Naturales invitan a explorar la ciudad de manera tranquila y accesible, combinando cultura, deporte y paseo en contacto con la naturaleza.

Con más de 25.000 visitantes por edición, la Bienal fortalece el turismo cultural y consolida a la ciudad como un destino donde la tradición costera convive con la creatividad. Cada mural, escultura o estructura cuenta una historia, genera encuentro y participación, y refuerza la identidad local. Recorrer sus plazas, paseos y espacios públicos es vivir un museo a cielo abierto y disfrutar de actividades culturales y recreativas en cada rincón, ofreciendo una experiencia única y en constante crecimiento.

Para quienes quieran conocer más sobre la Bienal Internacional de Arte Miramar y seguir de cerca sus actividades, pueden visitar su cuenta de Instagram @bienal_miramar, donde comparten imágenes, noticias y novedades de cada edición. Además, para descubrir otros destinos culturales y turísticos de la Provincia de Buenos Aires, se puede ingresar al sitio web buenosaires.tur.ar o seguir la cuenta @turismopba en redes sociales.

POLÍTICAS PÚBLICAS

PARQUE TERMAL DOLORES

Un destino turístico con beneficios para personas jubiladas y pensionadas



El complejo termal de Dolores ofrece un 30 % de descuento gracias a un convenio entre el Instituto de Previsión Social (IPS) y el Municipio, una oportunidad ideal para disfrutar del descanso, la recreación y la naturaleza.

El nuevo beneficio permite acceder a un 30 % de descuento en el valor de la entrada al Parque Termal Dolores, un espacio ideal para quienes buscan relajarse y disfrutar de un entorno natural. Ubicado sobre la Autovía 2 y la Ruta Provincial 63, el complejo se destaca por ser el primero del país que combina aguas dulces y saladas, aprovechando las propiedades naturales de



Piscinas, zonas verdes y servicios del Parque Termal Dolores.

ambas para ofrecer experiencias únicas de bienestar.

El predio cuenta con cinco piletas —dos de ellas cubiertas—, amplios espacios verdes, áreas de descanso, vestuarios, baños y servicio gastronómico. Todo está pensado para brindar comodidad, accesibilidad y una estadía placentera. Su entorno sereno lo convierte en un lugar ideal para compartir momentos en familia o con amigas y amigos, rodeados de naturaleza.

Este beneficio surge a partir de un convenio entre el IPS y el Municipio de Dolores, vigente desde octubre de 2025 por el término de un año. La iniciativa busca promover el turismo accesible y ofrecer más opciones de recreación y bienestar para

POLÍTICAS PÚBLICAS

las y los beneficiarios del IPS y sus familias. Si bien las tarifas pueden variar a lo largo del año, el descuento se mantendrá vigente durante todo el período de vigencia del acuerdo.



Una de las piletas naturales del Complejo Termal de Dolores.



Reservas y consultas: secretariaturismodol@gmail.com

Teléfono: (2245) 441925

WhatsApp: (2245) 405692

Días y horarios de atención:

• Lunes a viernes de 8 a 17

Sábados, domingos y feriados de 10 a 17

El Parque Termal Dolores es un destino pensado para disfrutar del relax, la naturaleza y la recreación en un entorno cuidado y agradable. Este beneficio te invita a conocer todo lo que el complejo ofrece a quienes buscan bienestar y esparcimiento.

Si te interesa conocer más sobre las novedades del IPS, te invitamos a visitar su perfil de Instagram bajo el usuario @ipsbuenosaires. Además, para descubrir todas las propuestas y servicios del Parque Termal podés ingresar a su página web: www.termasdolores.com.ar.



PRODUCCIONES A LO GRANDE

CASEROS

"Escribir es una forma de volcar lo que sentimos"



Claudio López comparte con Cosa de Grandes su poema "Reflexión en un día de lluvia" y su manera de entender la escritura, como una compañía que le permite expresar lo que siente, reflexionar sobre la vida y poner en palabras la experiencia de los años.

Claudio, cuenta que desde chico sintió la inclinación por la escritura. Las palabras lo acompañaron siempre, como una manera de observar el mundo y, al mismo tiempo, de pensarse a sí mismo. Escribir se volvió una forma de poner en palabras la experiencia acumulada con los años.

"La escritura siempre estuvo presente en mi vida, pero soy autodidacta, no estudié. La lectura me ayudó mucho", cuenta. Para él, escribir también cumple una función sanadora: "Sirve como terapia para soltar lo que tenemos dentro".

Sus textos reflejan emociones y pensamientos propios de esta etapa de la vida, en la que la reflexión se vuelve más profunda y sincera. "Todos, en algún momento, pensamos sobre la vida, más a nuestra edad", dice Claudio. Y agrega: "Creo que siempre, sin fecha de vencimiento, tenemos que tratar de aprender, tener metas y esforzarnos por ser buenas personas. Eso nos da paz y una conciencia tranquila que nos ayuda a vivir el día a día con propósito, sin sentirnos limitados por la edad".

En la próxima página, las y los invitamos a leer el poema del vecino bonaerense.



Claudio López tiene 63 años y vive en Caseros, provincia de Buenos Aires. Cultiva su pasión por la escritura de manera autodidacta y encuentra en ella una forma de expresión y reflexión sobre la vida.

PRODUCCIONES A LO GRANDE

Reflexión en un día de lluvia

Una tarde de lluvia lo puso triste, cuando el ambiente se aquietó, se serenó un poco.

Cosas pasadas volvieron a su mente y en un instante de reflexión se le acomodaron sus muchos años, se ubicó en el tiempo; de repente toda su vida se dividió en dos: antes y después.

Todo pasó muy rápido, lo que ya queda es mucho menos. Sintió cierto temor, algo que nunca antes había experimentado.

Como sorpresa, un fuerte trueno lo sacudió, devolviéndolo al presente. La lluvia caía más fuerte; se le mezclaron la nostalgia, los recuerdos y el miedo a lo que vendrá.

Esa tarde de lluvia lo marcó para siempre: de repente se dio cuenta de que la vida pasa muy rápido, que en ese mismo momento estaba con vida, que ahí no termina todo, que aún le quedaba un trecho más —quizás largo—, que tenía que aprovecharlo, valorizarlo y esforzarse por vivirlo con dignidad y alegría.

Agradecemos a Claudio por ponerse en contacto con este espacio y por animarse a compartir su obra en *Cosa de Grandes*. Su testimonio y su escritura nos invitan a detenernos, a pensar en el paso del tiempo y a seguir encontrando en la palabra una forma de expresarnos, de sanar y de mantenernos activos.



¿Querés participar en Cosa de Grandes?

Si te gusta escribir y querés compartir tus textos, podés enviarnos tu obra a **cosadegrandes@gba.gob.ar**.

Nos encanta recibir las producciones de quienes, como vos, encuentran en la palabra una forma de expresarse y dejar huella.

Visitá Sierra de la Ventana TODO EL AÑO

15%DE DESCUENTO

En el Hotel Provincial Sierra de la Ventana Exclusivo para beneficiarios/as del IPS

El beneficio se gestiona en forma directa en el hotel



HÁBITOS QUE HACEN BIEN

SALUD

Más allá del agua: frutas y verduras que hidratan



La hidratación es clave para el bienestar de todas las personas. Conoce cómo aprovechar frutas y verduras para sumar líquidos y cuidar tu cuerpo.

El agua es esencial en todas las etapas de la vida, y a medida que envejecemos, el cuerpo puede dejar de pedirla aunque la necesite. Por eso, es importante consumir al menos 8 vasos de agua diarios, distribuidos principalmente durante la mañana y la tarde para favorecer un descanso nocturno reparador.

Otras formas de hidratarse

Además del agua, existen alimentos que aportan líquidos y nutrientes. Frutas y verduras frescas son grandes aliados, especialmente en verano:

- Frutas: manzana, pera, naranja, uva, sandía, melón, durazno, frutilla, arándanos.
- **Verduras:** acelga, berenjena, calabaza, zapallito, zanahoria, pepino, tomate.



Con el calor, la hidratación importa aún más: frutas y verduras frescas ayudan a prevenir la deshidratación.

HÁBITOS QUE HACEN BIEN

Alimentos seguros

Antes de consumirlas, es fundamental lavarlas y desinfectarlas para prevenir enfermedades transmitidas por alimentos, que pueden causar dolor abdominal, vómitos, diarrea y deshidratación.

Cómo lavar y desinfectar frutas y verduras

- 1. Limpiar cada fruta o verdura con agua potable para retirar la tierra.
- Colocar en un recipiente con un litro de agua fría y 1 cucharadita de lavandina apta para alimentos; dejar reposar 10 minutos.
- 3. Enjuagar con agua potable.
- 4. Guardar en la heladera hasta el momento de consumo.



El producto que utilicemos para lavar los alimentos debe tener este mensaje en su etiqueta.

Formas de incorporarlas a la rutina

Frutas y verduras pueden sumarse a tostadas, sandwiches, ensaladas, colaciones, licuados o compotas, entre otras preparaciones.

Incorporar alimentos frescos y seguros como frutas y verduras ayuda a mantener una buena hidratación y contribuye a la salud durante la vejez. ¡Anímate a probar nuevas combinaciones todos los días!



Los licuados ofrecen una opción saludable y refrescante para mantenerse hidratado.

El contenido de este artículo fue producido por las residentes de Nutrición en Salud Pública y Comunitaria del HIGA "General San Martín" de La Plata: Lic. Mariana Garizoain y Lic. Tamara Annecchini, en conjunto con las Áreas de Nutrición Comunitaria y Salud y Envejecimiento Saludable de las Personas Mayores, de la Dirección de Prevención de Enfermedades No Transmisibles.

Contactos: • personasmayorespba@gmail.com

• areanutricioncomunitaria@gmail.com



página **29**



EL CUIDADO ES TODO EL AÑO

Formas de prevención

LIMPIEZA y DESCACHARREO de objetos que no se usen y que acumulen agua donde el MOSOUITO deja sus huevos.



DESCARTÁ

latas, botellas, neumáticos o macetas aue no uses.



GIRÁ

los baldes, palanganas y otros objetos que puedan acumular agua.



LIMPIÁ

y cepillá todo el año los bordes de las canaletas v rejillas de desagües.



TAPÁ

los tanques de agua o poneles mosquitero.



Unidad de Comunicación **IOMA**

CAMBIÁ

el agua de floreros v bebederos.





f) (X) @IOMAgba (O) @ioma.gba 🕨





IOMAgba





¡Desafío para tu ingenio y tu memoria!



Poné a prueba tu mente con nuestra sopa de letras de frutas y verduras de verano y resolvé el acertijo lógico: diversión y ejercicio para tu memoria e ingenio en un solo juego.

Sopa de Letras

ı	E	Т	A	М	0	Т	Н	В
Z	ı	ı	U	Т	J	н	E	0
В	Α	L	U	C	U	R	X	L
G	X	N	Z	Z	E	ı	Ñ	L
U	U	М	Α	N	Z	Α	N	Α
D	C	Н	J	н	Α	Х	N	Р
Α	E	E	C	Α	0	L	N	Α
Q	N	U	0	E	R	R	0	Z
Α	G	Z	F	Ñ	L	E	ı	G
Α	L	Α	В	Α	Z	Α	P	Α
	Z B G U D A Q	Z I B A G X U U D C A E Q N A G	Z I I B A L G X N U U M D C H A E E Q N U A G Z	Z I I U B A L U G X N Z U U M A D C H J A E E C Q N U O A G Z F	Z I I U T B A L U C G X N Z Z U U M A N D C H J H A E E C A Q N U O E A G Z F Ñ	Z I I U T J B A L U C U G X N Z Z E U U M A N Z D C H J H A A E E C A O Q N U O E R A G Z F Ñ L	Z I I U T J H B A L U C U R G X N Z Z E I U U M A N Z A D C H J H A X A E E C A O L Q N U O E R R A G Z F Ñ L E	Z I I U T J H E B A L U C U R X G X N Z Z E I Ñ U U M A N Z A N D C H J H A X N A E E C A O L N Q N U O E R R O A G Z F Ñ L E I



Palabras

BERENJENA

CALABAZA

LECHUGA

MANZANA

PERA

RÚCULA

TOMATE

ZANAHORIA

ZAPALLO

¿Quién trajo qué?

Resuelve el acertijo



Tres amigas mayores se reúnen a tomar té. Cada una trae un postre distinto: torta, budín y galletitas.

- Ana no trajo torta ni galletitas.
- Beatriz trajo galletitas.
- Clara no trajo budín.

¿Qué postre trajo cada una?

Respuestas en página 37



página **31**

JUEGOS DE LA PROVINCIA

PARA JUGAR SOLAS/OS O EN COMPAÑÍA

Programas de TV inolvidables

Este juego nos desafía a responder lo que sabemos de la televisión argentina y a ejercitar la memoria. ¡Juguemos!

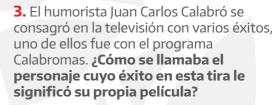
1. A los 10 años Diego Maradona dio su primera entrevista televisiva a un semanario que conducía Nicolás "Pipo" Mancera. ¿Cómo se llamaba el programa?

Respuestas en página 37

- A. El deporte y el hombre.
- B. Sábados circulares.
- C. Fútbol Pasión de Multitudes.



- A. Fito Páez.
- B. Charly García.
- C. Luis Alberto Spinetta.



- A. Johnny Tolengo.
- B. Abraham, el gaucho judío.
- C. El contra.

JUEGOS DE LA PROVINCIA

4. En 1978 comenzó la televisión a color en Argentina. ¿Cuál fue la primera telenovela que, en 1980, se transmitió con esta tecnología?

Respuestas en página 37

- A. El derecho de nacer.
- B. Rosa... de lejos.
- C. Un mundo de veinte asientos.



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.

- <u>§</u> 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.

WhatsApp (24 hs): 221 358 1323

📺 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

③ Disponible las 24 horas

iuegoresponsable@loteria.gba.gov.ar

Facebook: <u>@juegoresponsable</u>

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.

<u></u> 144

WhatsApp/Telegram: 2215085988 (solo mensajes de texto)



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.

WhatsApp: 221 655 7502

□ asistenciavictimaspba@mjus.gba.gob.ar

<u>cuidarnosenred.mjus.gba.gob.ar</u>

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

Información, trámites y gestión ciudadana.

<u>48</u>

② 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.

ACTIVA-MENTE Y SALUD

RESPUESTAS CORRECTAS

Sopa de Letras

	_	_	_	_	_	_	_	_	_
v	1	E	Т	Α	М	0	T	Н	В
L	Z	ı	1	υ	т	J	н	E	0
A	В	A	L	U	c	U	R	х	L
U	G	х	N	z	z	Ε	1	Ñ	L
ı	U	U	М	A	N	z	Α	N	Α
Q	D	c	H	J	H	Α	х	N	Р
N	Α	Е	E	C	A	0	L	N	Α
υ	Q	N	U	0	E	R	R	0	z
м	A	G	z	F	Ñ	L	E	1	G
C	Α	L	Α	В	Α	z	A	P	A

¿Quién trajo qué?

- Ana trajo budín.
- Beatriz trajo galletitas.
- Clara trajo torta.

JUEGOS DE LA PROVINCIA

RESPUESTAS CORRECTAS

1. B

La primera entrevista a Diego Armando Maradona se transmitió en el programa Sábados Circulares. Ese día, el grupo Los Cinco Latinos eran los invitados principales pero se retrasaron y el pequeño crack de Villa Fiorito, quien iba a estar cinco minutos al aire estuvo haciendo juegos con la pelota durante más de media hora. Sábados circulares llegó a medir más de 80 puntos de rating entre los años 60 y 70; sin dudas, uno de los clásicos programas de TV que fueron furor.

2. A

Y la vida como viene va / No hay merienda si no hay Capitán / Nada nos deja más en soledad / que la alegría si se va. Con estos versos de la canción "Tema de Piluso" Fito Paez homenajeó a Alberto Olmedo en el álbum Circo beat lanzado en 1994. El Capitán Piluso y su socio Coquito conquistaron a millones de televidentes en la década del 60, convirtiendo a la serie en uno de los éxitos inolvidables de la TV infantil.

3. A

"Más afinado que Frank Sinatra, más romántico que Julio Iglesias, más simpático que Paul Newman", así se presentaba en Calabromas a Johny Tolengo, el personaje cuyo éxito le significó su propia película: Jonny Tolengo, el Majestuoso. Calabró llenó teatros con su personaje vestido de lentejuelas y anteojos estrafalarios, donde hacía sonar su hit: "Qué alegría, qué alegría, olé, olé, olá. Vamos flaco todavía que estás para ganar".

4. B

En 1979, al incorporar la tecnología del color, la Televisión Pública pasó a llamarse ATC (Argentina Televisora Color). Un año después comenzó la transmisión de Rosa... de lejos, la primera telenovela filmada y transmitida completamente a color. Leonor Benedetto protagonizó este éxito junto a luan Carlos Dual y Pablo Alarcón.

5. C

Inicialmente, La peluquería de Don Mateo era un sketch de Operación Ja-Ja. Tuvo tanto éxito que terminó convirtiéndose en un programa, donde una simple barbería-peluquería era el escenario donde todo podía suceder. El programa se reversionó durante más de 40 años con artistas que imprimieron su particular estilo cómico, como Emilio Disi, Rolo Puente, Miguel Ángel Rodríguez, Berugo Carámbula, Pablo Granados, Pachu Peña, Rene Bertrand, Freddy Villarreal y Gino Renni, entre otros grandes actores y actrices.

6. A

El televisor era un aparato muy costoso y muchas personas lo consideraban una especie de radio con imágenes. Con la trasmisión del primer partido de fútbol, la televisión tuvo un antes y un después. El encuentro entre San Lorenzo y River que acabó en empate, brindó a la naciente audiencia la posibilidad de ver el primer gol transmitido por la pantalla chica.









Descargá la app y abrí tu cuenta en Banco Provincia

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







