

La Tabla

BENDITA LA LUZ

PARROQUIA SANTUARIO
Ntra Sra De La MEDALLA MILAGROSA

EN ESTA EDICIÓN:

- CAMBIOS EN EL RECICLADO EN SECO.
- FALLECIÓ EL HISTORIADOR GALASSO.
- ATENCIÓN JURÍDICA EN LA COMUNA.
- ALMA MATE Y EL TEATRO COMUNITARIO.

OCTUBRE 2026 | AÑO 16 | NÚMERO 174 | DISTRIBUCIÓN GRATUITA | COMUNA 7 | CABA | WWW.LACOMUNA7.COM.AR

📍 Cooperativa La Tabla

📍 Cooperativa La Tabla

📍 @latabacoop



OC OPTICA CENTENERA En **Parque Chacabuco** desde 1964
Atendido por sus dueños.

📍 Av. Asamblea 843 (esquina) 📞 Tel. 4923-7155



MAURIG & ASOCIADOS
ESTUDIO JURIDICO

- Divorcios
- Sucesiones
- Penal
- Violencia
- Cuota alimentaria
- Régimen de comunicación.

DRA. JULIETA MAURIG, ABOGADA.
Para asesorarte comunicate al 11-5965-0955.

★ GRAN FESTIVAL ★

30 AÑOS DE FM BAJO FLORES

14 DE NOVIEMBRE

RIESTRA Y CAMILO TORRES




INSTITUTO MONSEÑOR SABELLI

SUMATE AL SABELLI 2027

UNA PROPUESTA INTEGRAL CON MAYOR VALOR EDUCATIVO

INSCRIPCIONES



CONSULTAS: 📞 11 3649 8731
secretariainstitutosabelli@gmail.com
Víctor Martínez 62. CABA. 📱 @institutosabelli

¿Problemas con drogas?

0800-333-4720
LIBRE - GRATUITO - CONFIDENCIAL



NARCÓTICOS ANÓNIMOS
na.org.ar

VENDE CABRERA & ASOCIADOS

40 años

 CABRERA PROP
  CABRERA PROP
 4922.1522 / 4922.0447
propiedadescabrera.com.ar



COPY PLAS
AV. LA PLATA 1421 LOC 12 CABA
C1250AAE 📞 11-6407-3378
📞 4770-0553 SOLO MENSAJES

ARTICULOS DE LIBRERIA
FOTOCOPIAS COLOR - ENCUADERNACIONES
ANILLADOS - PLASTIFICADOS - BAJADAS
DE INTERNET - PILAS ESPECIALES
DIGITALIZAMOS TUS VIEJOS
VHS / DISCOS O CASETES
copy-plas@hotmail.com.ar copy.plas@gmail.com

ULTRAMAN 63

TIENDA DE LIBROS

VENTA - COMPRA - CANJE
Av. La Plata 1421 - Local 9
Buenos Aires, Argentina
Visitanos en www.ultraman63.com.ar
y en Facebook @ultraman.libros





SUERTE (PROBLEMA)

El reloj de la Torre Monumental de Retiro tarda un segundo en dar una campanada. ¿Cuánto tardará en dar doce campanadas?

Respuesta:
11 segundos.



CULO (ADIVINANZA)

Si lo usas, se gasta.
Si lo guardas, se pierde.
Nadie puede verlo, pero
todos lo sienten pasar.
¿Qué es?

Respuesta:
El tiempo.



YAPA (Las Verdades)

"Lo que sabemos es una gota de agua;
lo que ignoramos es el océano".

(Isaac Newton)

cuotas SIN INTERES

DAR LUZ
MATERIALES ELECTRICOS
ILUMINACION

Horario:
Lunes a Viernes
9 a 13 - 15 a 19 hs.
Sábados 9 a 13:30 hs.

Av. Asamblea 965
4923-6970 / 7559
darluziluminacion@gmail.com
@darluziluminacion

TODO PARA SU HOGAR, INDUSTRIA Y COMERCIO

BANCO CREDICOOP
COOPERATIVO LIMITADO

La Banca Solidaria

ADHESIÓN COMISIÓN DE ASOCIADOS

Parque Chacabuco - Sucursal 041
Av. La Plata 1435 - C.A.B.A.

EL HOGAR OBRERO
Cooperativa de Consumo y Edificación Limitada



Supercoop abrió las puertas de su segunda sucursal.

Visitanos en el corazón de Caballito.
Avenida La Plata 541, CABA.

Supercoop

Propietario: Cooperativa de Trabajo La Tabla Limitada. Dirección: Av. Vernet N° 174 PB "5" CABA (CP 1424). Teléfono: (54-11) 2067-2488. E-mail: info@cooperativalatoba.com.ar. Web: www.cooperativalatoba.com.ar. Creación del medio: Noviembre de 2011. Tirada: 2.000 ejemplares. ISSN N° 2250-4966. RPI N° 49431486. Director: Fernando Javier Zuker. Editor Responsable: Ariadna Di Pietro. Redacción: Gustavo Viera, Juan Bertrán, Camila de la Fuente, Lautaro Braccacini y Nicolás Rosales. Impresión: Gráfica Sanchez. Tel. 116942-5316. Ombú 1049, Ituzaingó, Buenos Aires. Diseño: Elio Salinas. Avisos Publicitarios: 15-6733-0614. Todas las colaboraciones son ad honorem y las notas y las secciones firmadas no reflejan necesariamente nuestra opinión. El propietario no se responsabiliza por el contenido de los avisos publicitarios. "Declarada de interés cultural y en materia de comunicación social por la Legislatura de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires". "Ganadora del Premio Mario Bonino a la labor periodística por UTPBA Año 2015". "Declarada de interés social y cultural para la Comuna 7 por la Junta Comunal N° 7 de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires". "Ganadora del Premio Estímulo a la Calidad Editorial 2019 - Gobierno de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires".

Adherimos a:



PLOMERIA DESTAPACIONES - DESAGOTES

- Instalaciones y reparaciones de cañerías y artefactos de todo tipo.
- Atención a consorcios y particulares.

☎ 112190.7386
☎ 112193.5393
Saraza 1570
4749.3768





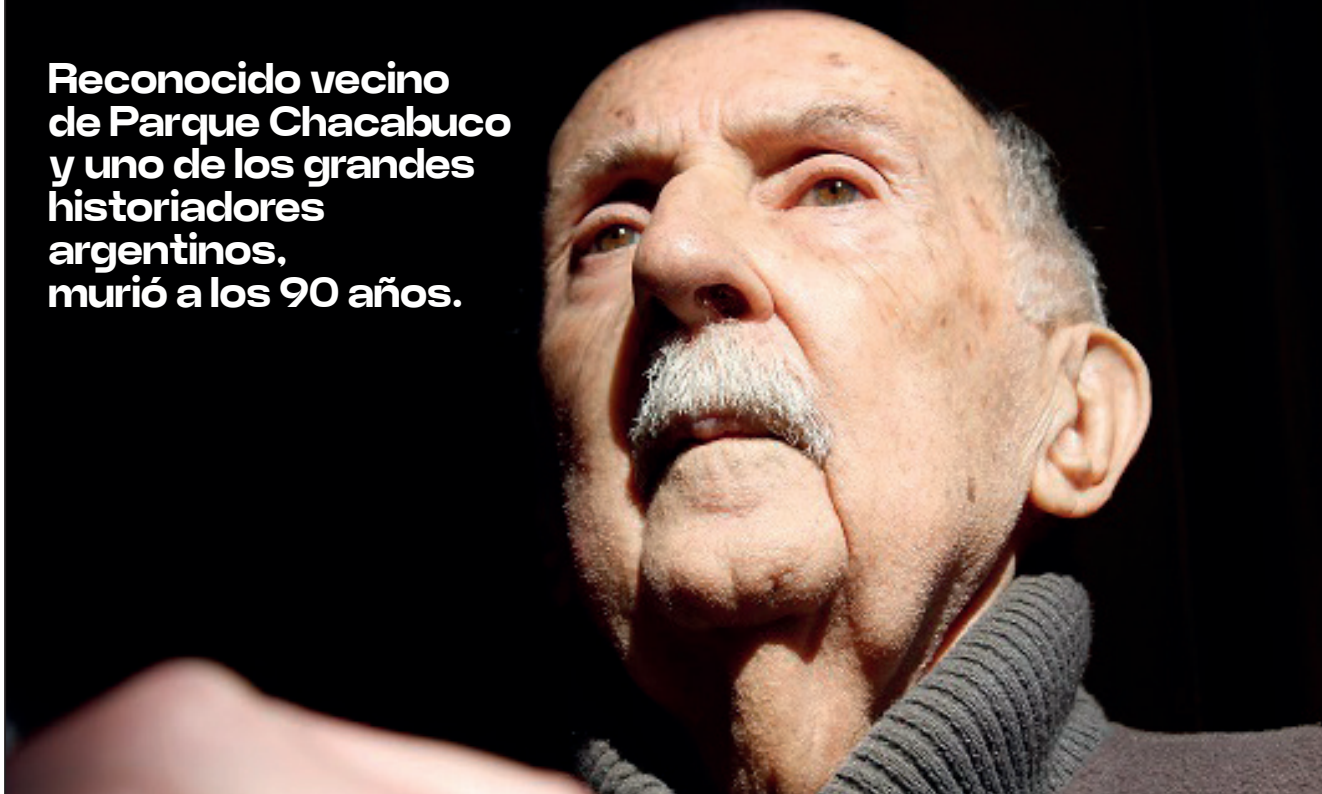
El teatro comunitario de Alma Mate sigue en la Plaza de los Periodistas con esta obra estrenada en el 2022.

En septiembre, la **Plaza de los Periodistas** (Nazca y Neuquén) volvió a convertirse en escenario y punto de encuentro. Es que el grupo de teatro comunitario **Alma Mate** llevó a cabo una nueva función de **“Tiempo de Descuento”**, una obra que estrenó en 2022 y que todavía encuentra nuevas formas de decir. *“La obra cuenta la historia de tres personas mayores que buscan transitar sus días lo mejor posible. Charlan, bromean, juegan, se quejan, están hartas de la repetición cotidiana. Y deciden ‘matar al tiempo’, hacerlo como un desafío directo, metafórico y poético a la finitud vital, como una transgresión y un permiso para los deseos, las memorias y los sueños”*, explica **Aurora Nazarre**, integrante del grupo teatral. *“Entre poesía, harina y lana, la obra rompe las rutinas cotidianas y cuestiona lo arbitrario y caprichoso de los límites”*, agrega. El juego y la imaginación aparecen así como **herramientas para interrumpir la repetición de los días** y explorar otras posibilidades. Actualmente, unas **25 personas forman parte del espectáculo**. Son vecinos y vecinas de distintas edades y con recorridos diversos. *“Esta obra es la quinta creación colectiva de Alma Mate de Flores y este proceso fue largo, como sucede en todas las obras de teatro comunitario, tal vez en ésta un poco más por la pandemia”*, sigue con el relato Nazarre. El proceso comenzó en un campamento creativo realizado en 2018 y continuó durante 2019. La pandemia trasladó parte

del trabajo a las redes y a las reuniones por Zoom. En 2021 y 2022, el grupo regresó a la Plaza de los Periodistas **para completar la dramaturgia y preparar el estreno**, que finalmente llegó el **24 de septiembre de 2022**. *Aurora*, en diálogo con La Taba, explica que *“en las obras de ‘creación colectiva’ de teatro comunitario la dramaturgia está viva, se transforma, cambia, todo el tiempo se encuentran nuevos sentidos”*. Los ingresos y egresos de integrantes también modifican los personajes, las escenas y las formas de contar. **Alma Mate lleva 24 años desarrollando su actividad teatral** en la Plaza de los Periodistas y **8 años con su orquesta comunitaria**. Ese vínculo forma parte de su identidad: *“La llamamos ‘nuestro territorio’, nuestra Plaza-Casa”*, dice Nazarre, y agrega que llevar el teatro a una plaza también significa **acercarlo a quienes habitualmente no concurren a una sala**. *“Somos defensores del teatro en las plazas, los parques, el espacio público. Porque se democratiza el hecho teatral poniéndolo al alcance de todos. La plaza es de por sí un espacio de encuentro, plural en todos los sentidos, y nosotros somos parte de esa ceremonia y celebración”*, sostiene. En ese espacio, encuentran también una forma de **atravesar colectivamente las dificultades**: *“El teatro comunitario es desborde de las almas que lo integramos, es desmesura, atreverse. Y es la posibilidad de la metáfora, del puente que dice ‘sin decir’, que vislumbra”*.

ADIÓS A GALASSO

Reconocido vecino de Parque Chacabuco y uno de los grandes historiadores argentinos, murió a los 90 años.



Norberto Galasso nació en Buenos Aires el 28 de julio de 1936. Estudió en la Facultad de Ciencias Económicas de la Universidad de Buenos Aires, donde se graduó como contador en 1961. Es autor, entre muchas obras, de **más de cincuenta ensayos, antologías, estudios históricos, políticos y diversas investigaciones.** En su extensa trayectoria intelectual, trabajó junto a **Arturo Jauretche** en la Editorial Universitaria de Buenos Aires y varios de sus libros fueron **censurados durante la última dictadura**

militar. En 2014, el escritor fue declarado **Embajador de la Cultura Popular Argentina** por la Presidencia de la Nación de Cristina Fernández de Kirchner. Como historiador, se encargó de **revisar la historia reciente para reivindicar a grandes dirigentes sociales y populares** que habían sido olvidados. Una de sus obras colectivas más reconocidas fue **“Los malditos”**, un proyecto en cuatro tomos destinado a recuperar figuras y movimientos que, según su perspectiva, habían quedado desplazados de las versiones predominantes



Seguí leyendo
nuestras noticias en
www.caballitourbano.com.ar



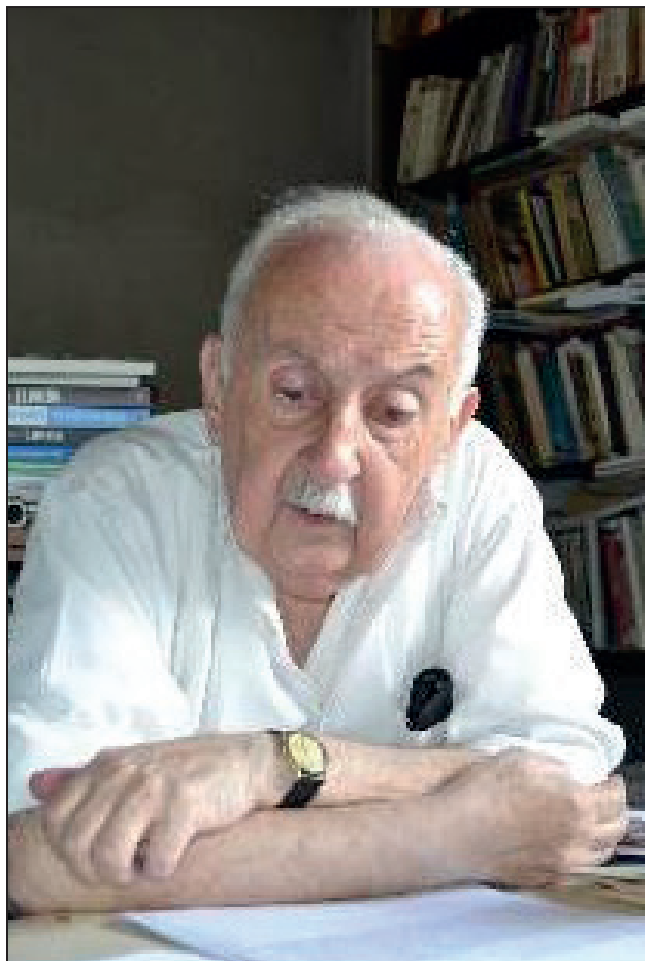
Seguí leyendo
nuestras noticias en
www.tintasdeboedo.com.ar



Seguí leyendo nuestras noticias en
www.lacomuna7.com.ar

>PERSONALIDADES

de la historia nacional. En 2017, comenzó a conducir **Galasso de Media Cancha**, programa de Radio Caput que mantuvo hasta sus últimos años, y también dirigió el periódico digital **Señales Populares**. Por otro lado, en julio del 2024, su casa de la Avenida Asamblea 850 fue declarada **“Sitio de Interés Cultural de la Ciudad de Buenos Aires”**. Ese mismo año, su trayectoria fue recuperada en el documental **“Galasso, pensar en nacional”**, dirigido por Federico Sosa y estrenado en el Cine Gaumont. Además, Norberto tuvo una **activa vida política** y, a través de su revisionismo, mantuvo frescos en el **imaginario del campo nacional** a figuras tales como Raúl Scalabrini Ortiz, Manuel Ugarte, Felipe Varela, Manuel Ortiz Pereyra, el padre Hernán Benítez, John William Cooke, Juan Perón, Enrique Santos Discépolo, San Martín y Arturo Jauretche. En estos días se transita con gran pesar su pérdida. Su legado trasciende las páginas de sus libros; **deja un hito fundamental en la batalla cultural y del pensamiento nacional**. Su apasionado compromiso con la memoria colectiva y el esclarecimiento histórico seguirá siendo un **faro indispensable de consulta y formación política** para las futuras generaciones. Este abordaje incansable por desentrañar la historia oficial permitió que **múltiples generaciones reconectarán con sus raíces populares**. Su labor de divulgación no solo rescató héroes colectivos, sino que también brindó **herramientas metodológicas clave** para comprender los dilemas de la Argentina contemporánea. Hoy, su extensa bibliografía se consolida como un **patrimonio conceptual invaluable** para todo aquel que busque pensar el país desde una perspectiva soberana y federal.





TERMINÁ EL COLEGIO

Primaria y Secundaria para adultxs

Público, Gratuito y Popular **TÍTULO OFICIAL**

ABIERTA LA INSCRIPCIÓN

Bachillerato Popular “20 flores” UGEE N12 DE 12

CONSULTAS E INSCRIPCIONES:
☎ 11 2387 8722



Escaneá el QR y dejá tus datos

ONG EL ÁRBOL DE LA VIDA

Centro de día y centro de salud mental ambulatorio



CENTRO DE DÍA.

De lunes a viernes de 9 a 16hs.

Atendemos obras sociales y prepagas:
OSDE, OSASE, OSECAC, Ferroviarios,
Incluir Salud. Categorizado por ANDIS.

Gregorio de Laferrere 3050
(entre Lafuente y Castañon), Flores.
4611.8162 / 116488.6375
elarbodelavida.ong@gmail.com



ASOCIACIÓN VECINAL DE FOMENTO VILLA MIRAFLORES

Boxeo - Fútbol Femenino - Aerobox
Fusión Urbana - Arte y Poesía - Periodismo Comunitario
Huerta Agroecológica - Atención Psicológica - Danza Infantil

 VILLAMIRAFLORES  VILLAMIRAFLORES



CAAC
Casa de Atención y Acompañamiento Comunitario



Sedronar
Secretaría de Políticas Integrales sobre Drogas de la Nación Argentina

AV. COBO 1780 - BAJOFLORES

- Comisión de diversidad y género
- Talleres culturales
- Teatro y folklore
- Patín artístico
- Iniciación deportiva (semillero)
- Yoga
- Boxeo
- Hockey
- Fútbol infantil
- Fútbol masculino
- Fútbol femenino
- Taekwondo
- Basquet



Para todas las edades y género

Pillado 1076
Arrotea 951 Flores

www.floressur.com.ar
floressur1 Centro Social y Cultural Flores Sur @flores.sur



CAMBIO DE REGLAS

El gobierno porteño prepara el ingreso de los privados al reciclado seco y con ello se modificarían las zonas donde trabajan las cooperativas de recicladores urbanos.

El sistema de reciclado seco de la ciudad atraviesa un proceso de modificación. El gobierno porteño prepara una **nueva licitación para la recolección, clasificación y acondicionamiento de materiales reciclables** que permitirá que, además de las cooperativas de recuperadores urbanos, se presenten **empresas privadas y uniones transitorias**. De esta manera, ninguna cooperativa tiene garantizada la continuidad de la zona que actualmente gestiona y deberán competir con nuevos actores por la prestación del servicio. Así, buscan modificar un **modelo consolidado durante los últimos 25 años**, cuando las 12 cooperativas actuales asumieron la recolección y gestión de la fracción seca. **Recuperadores Urbanos del Oeste (RUO)** es un ejemplo del sistema actual. Nació durante la crisis de 2001, reúne actualmente a **más de mil trabajadores** y recupera **más de un millón de kilogramos de materiales por mes** en zonas de

la Comuna N° 7 y en otros lugares como Caballito, Flores, Villa Luro y Once. Para **Eduardo Catalano**, coordinador y referente de RUO: *“Es un cambio de escenario. Históricamente, se llamaba a concursos donde las cooperativas podían presentarse y hacerse de zonas de trabajo”*. Además, sostiene que *“este pliego le abre las puertas a las empresas privadas. La licitación en sí tiene otro formato y las exigencias administrativas que conlleva deja afuera per se a las cooperativas. La única manera de poder coexistir es siendo absorbidas por o armando una UTE con una empresa privada”*. El anteproyecto contempla que cada adjudicatario concentre tareas de recolección diferenciada, atención de Puntos Verdes, gestión de grandes generadores, transporte, clasificación, acondicionamiento y comercialización. También incorpora **herramientas de seguimiento** como GPS, telemetría, sistemas digitales, frecuencias mínimas y



CERRAJERIA
MARTIN

- Copias de llave en el acto
- Cambio de combinación
- Candados, cerraduras, manijas

**ACEPTAMOS TARJETAS DÉBITO,
CRÉDITO Y MERCADO PAGO**

Picheuta 1340 (1424), Parque Chacabuco.
Capital Federal.



Estudio Contable e Impositivo

Dr. Horacio Giura y Dr. Diego A. Giura
Contadores Públicos UBA

Avenida La Plata 1364

Tel. 4921-5848 | 4922-3759

estudiogiura@hotmail.com

Residencia Geriátrica Vernet S.R.L



*Seriedad y responsabilidad, 33 años de
trayectoria en la atención de nuestros mayores.*

Av. VERNET 163 (ALTURA: Av. LA PLATA 1400)

TELÉFONO: 4921-6218 / 4921-1941

WWW.RESIDENCIAVERNET.COM.AR

INSTITUTOGERIATRICOVERNET@GMAIL.COM

REG. N° 0345 - CAT. A-C

ZINGUERÍA ASAMBLEA



FABRICACIÓN DE ZINGUERÍA EN GENERAL - TRABAJOS A MEDIDA

011-5160 2569

asamblea280.com.ar

011 4922-6980

zingueria_asamblea@hotmail.com

Av. Asamblea 280, CABA.

zingueriasamblea1 / zingueria_asamblea

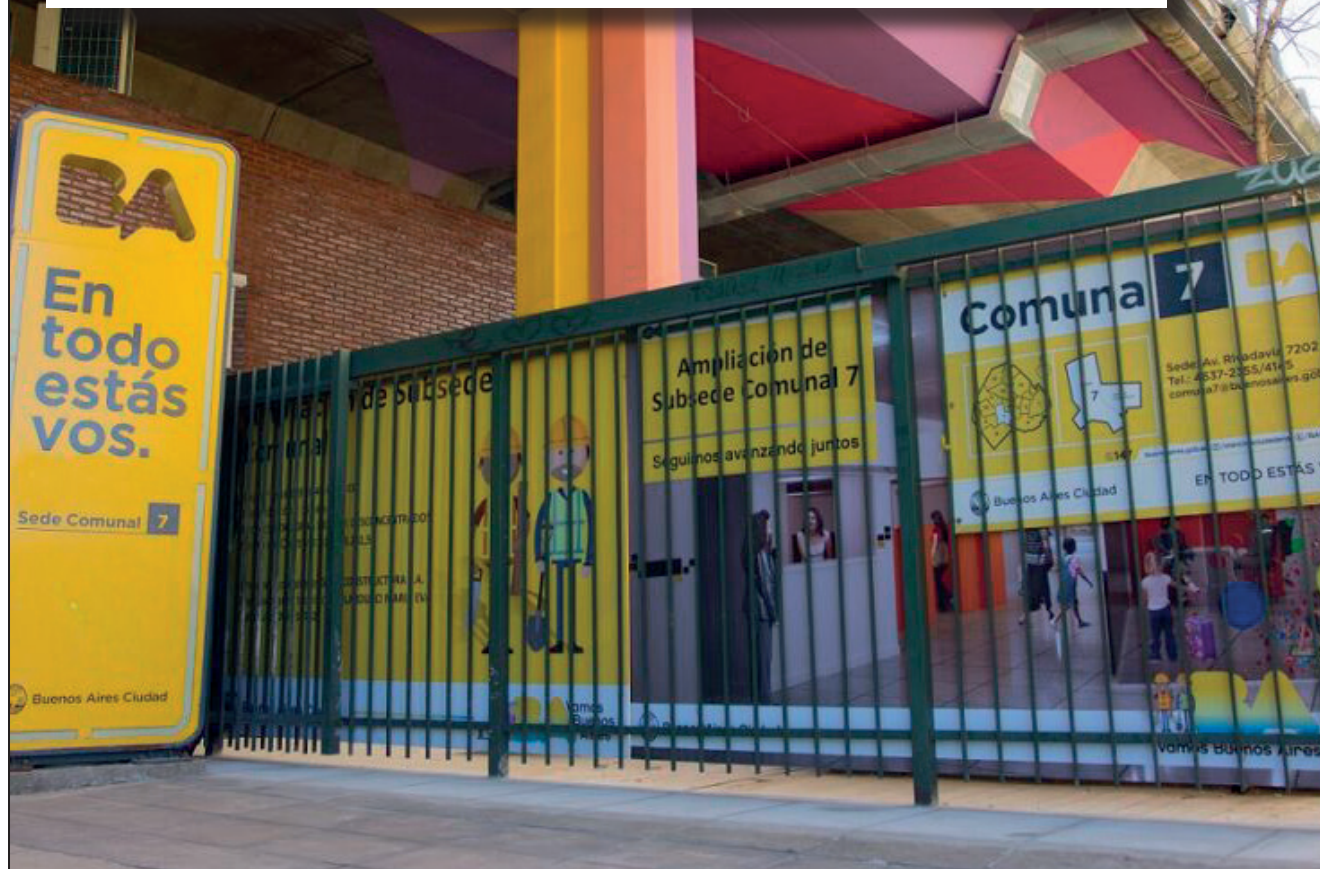
DEL BARRIO EN ACCIÓN



controles sobre las plantas. Desde las cooperativas cuestionan que las nuevas exigencias puedan afectar su participación. “Esto atenta con el sistema que viene desarrollándose en la ciudad ya hace 25 años. Es un sistema que sirve, que da resultado, que es perfectible siempre que se vuelquen los recursos adecuadamente al sistema”, afirma **Catalano** y agrega que “el sistema no recibe los recursos que son necesarios para que funcione de la manera adecuada. Pero se castiga al sistema o a las cooperativas por no ser eficientes. Estamos hablando de que no se puede ser eficiente sin los recursos necesarios. Y para eso está el Estado que tiene que poner las reglas claras para que todos podamos jugar el mismo partido”. La **actividad de los recuperadores** forma parte del **sistema formal de higiene urbana** desde comienzos de los años 2000. La **Ley 992 de 2002** reconoció su actividad y estableció un marco para su incorporación, mientras que la **Ley de Basura Cero** profundizó las políticas de separación, recuperación y reciclaje. Con el tiempo, las cooperativas desarrollaron una estructura que excede la recolección e incluye clasificación, acondicionamiento y comercialización. También incorporaron actividades de capacitación y producción. “Este es un trabajo digno. Tenés recuperadores de calle, operarios, choferes, mantenimiento, limpieza, administrativos, contables, profesionales multidisciplinarios”, señala **Catalano** y afirma: “El trabajo de las cooperativas es fundamental, cada kilo que retiran de circulación en la vía pública es un kilo que el gobierno no entierra en los residuos sanitarios, esto tiene una implicancia ecológica, sustentable, de economía circular, de empleo verde”. Por ahora, **el proceso continúa abierto** y las condiciones definitivas de la licitación y la adjudicación de las zonas todavía están en debate.

ATENCIÓN JURÍDICA

Ya está disponible en la sede comunal este nuevo servicio gratuito para la comunidad.



Los vecinos de la Comuna N° 7 ya cuentan con un nuevo espacio de **asesoramiento jurídico gratuito**. El servicio comenzó a funcionar el **lunes 7 de septiembre** en la sede comunal de **Av. Rivadavia 7202**, a partir de un convenio entre la **Comuna N° 7**, el **Consejo de la Magistratura de la Ciudad de Buenos Aires** y la **Universidad del Museo Social Argentino (UMSA)**. La atención se realiza los **lunes y miércoles de 14 a 16 horas**, sin necesidad de solicitar turno previamente. La propuesta está destinada a quienes necesiten orientación frente a una situación jurídica, quieran conocer sus derechos o tengan dudas sobre los pasos que deben seguir ante un determinado conflicto. El objetivo es **acercar una primera instancia de asesoramiento** a los vecinos dentro del propio territorio comunal. En muchas situaciones, una persona sabe que necesita realizar una gestión o buscar una solución, pero desconoce qué organismo corresponde, qué documentación debe presentar o cuáles son las alternativas disponibles. Ese primer acercamiento puede resultar especialmente útil frente a **cuestiones familiares, habitacionales, administrativas o vinculadas con otros derechos**. La orientación permite conocer las opciones existentes y determinar cuáles son los pasos que pueden seguirse según las características de cada caso. El convenio articula el trabajo de tres instituciones. La **Comuna N° 7** aporta el

espacio y la articulación territorial con los vecinos, mientras que el **Consejo de la Magistratura** porteño participa de la iniciativa y la **Universidad del Museo Social Argentino** interviene en la prestación del asesoramiento jurídico. La incorporación del servicio se enmarca en una problemática más amplia vinculada con el **acceso a la justicia**. La **falta de información** puede convertirse en una barrera para quienes necesitan hacer valer un derecho, especialmente cuando no cuentan con los recursos o los conocimientos necesarios para identificar por dónde comenzar. En la Ciudad de Buenos Aires existen distintas herramientas de asistencia jurídica gratuita. La **Procuración General** porteña, por ejemplo, cuenta con un **Servicio Jurídico Gratuito a la Comunidad** que brinda patrocinio y acompañamiento profesional en determinadas causas, particularmente en cuestiones de familia y situaciones de violencia. Además del asesoramiento puntual, este tipo de espacios puede contribuir a que los vecinos conozcan mejor los organismos públicos, procedimientos y herramientas disponibles. **Saber dónde recurrir y qué pasos seguir** constituye, en muchos casos, una parte fundamental para poder avanzar con una gestión. La iniciativa suma así una nueva prestación a la sede comunal y amplía las posibilidades de **acceso a información especializada** para quienes atraviesan una situación que requiere orientación legal.

OPCIÓN REDES SOCIALES

La Farmacia Homeopática Flores lanzó un desafío virtual para revertir la caída de las ventas: publicar 100 videos en 100 días.

En tiempos de redes sociales, la **Farmacia Homeopática Flores** (Av. Rivadavia 6157) comenzó un desafío en el que publicarán **100 videos en 100 días** en su cuenta de Instagram (@farmaciahomeopaticadeflores) para mostrar quiénes son, qué productos elaboran y qué significa sostener una farmacia de barrio en el contexto económico actual. Con **casi 90 años de historia**, la farmacia decidió contar abiertamente que las ventas vienen cayendo y que **la continuidad del comercio está en juego**. “Las ventas en la farmacia vienen difíciles”, explicaron en el primer video y agregaron que, si la situación no cambia, **existe el riesgo de cerrar**. Detrás de la cámara está **Analía**, hija de la actual dueña, quien decidió ponerse al frente de la iniciativa.

Revista La Tabla: ¿Cómo surgió la idea de hacer los 100 videos?

Analía: Un poco desde la desesperación, porque las ventas venían bajando. En mayo y junio facturamos lo mismo que en diciembre del año pasado, con una lista de precios completamente diferente. Julio y agosto deberían haber sido meses buenos, porque son meses de aguinaldo, y no se notó. A nosotros nos aumenta todo y tenemos los mismos ingresos mensuales del año pasado. La plata no alcanza y analizamos la posibilidad de cerrar, pero es un proyecto en el que creemos. Entonces apareció la idea de los videos para sostener y continuar con el proyecto.



>DETRÁS DEL MOSTRADOR

RLT: ¿Cómo se organizan para producir 100 videos?

A: No es sencillo. No sé de marketing, no sé edición de videos. Me la rebusco, me doy maña. Tengo un nene de dos años, trabajo muchas horas dentro de la farmacia y el poco tiempo que estoy en mi casa edito videos, los subo y así. Armé un calendario estimativo que, obviamente, se va modificando según las respuestas que vamos obteniendo, pero con una organización para los 100 días.

RLT: La farmacia tiene casi 90 años. Contanos un poco de su historia.

A: La farmacia existe desde mediados de la década del 30. Esta farmacia no estuvo en mi familia. Mi mamá trabajó 12 años acá como empleada. Hace unos cuatro años, los dueños anteriores se jubilaron y le ofrecieron vendérsela. Analizamos la propuesta, y decidimos apostar y la compramos con el fin de armar un proyecto más familiar.

RLT: ¿Qué puede encontrar hoy un vecino que entra a la farmacia?

A: Somos una farmacia homeopática, pero también somos una farmacia alopática. A diferencia de hace cuatro años, que entrabas y no conseguías ni un ibuprofeno, nosotros ahora tenemos todo. A la línea tradicional se suma nuestra línea homeopática que es parte de la farmacia de toda su historia. También, al tener laboratorio propio, tenemos cosas de elaboración propia, como gel y aceite de árnica, aceite de caléndula, vitamina C pura en polvo, citrato de magnesio y colágeno tipo 2, entre otros productos que no se consiguen en grandes cadenas.

RLT: ¿La caída de las ventas es algo particular de ustedes o afecta al rubro en general?

A: Todas las farmacias estamos así. Estoy en contacto con otras farmacias y todas están en situaciones simi-



lares. Algunas tienen un poquito más de espalda, otras tienen un poco menos, pero la realidad es que están todas sufriendo una situación similar. Cuando ingresamos a esta farmacia no tenía ni prepagas ni obras sociales. Nosotros fuimos sumando, pero también por la situación económica del país, las prepagas y obras sociales no hacen aperturas de bocas de expendio, porque apenas llegan a pagar a las farmacias que tienen actualmente.

QUEREMOS QUE LA COMUNA 7

QUE SE LLAME

SUMÁ TU FIRMA

FRANCISCO

SE LLAME FRANCISCO

@QUISELLAMEFRANCISCO @QUISELLAMEFRANCISCO #QUISELLAMEFRANCISCO

Círculo Albionés de Buenos Aires

Clases de ITALIANO

¡Animate a aprender el idioma de la cultura, la historia y la amistad!

La vida es bella

Modalidad
Presencial en la sede

Días y horario
Jueves de 17 a 18 h

Sede
Pasaje Provincias Unidas 353
Parque Chacabuco

Costo
\$32.000,- por mes

Consultas e inscripción:
15-70676727

Ti aspettiamo!

SEGUINOS POR TODAS NUESTRAS REDES



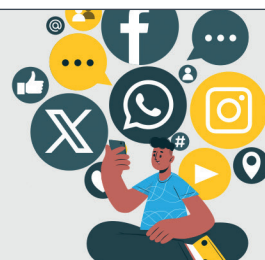
cooperativataba
tintasdeboedo
caballitourbano



Cooperativa La Tabá
Tintas de Boedo
Caballito Urbano



@latabacoop





HABLAR para PREVENIR

Ariana gestiona la cuenta @un_puntoycoma para contar su propia historia e informar que los suicidios son multicausales y pueden prevenirse.

Septiembre vuelve a poner en primer plano una conversación que durante mucho tiempo estuvo atravesada por el silencio. El **10 de septiembre** se conmemora el **Día Mundial para la Prevención del Suicidio**, una fecha impulsada por la **Asociación Internacional para la Prevención del Suicidio (IASP)** y la **Organización Mundial de la Salud (OMS)** para visibilizar el problema, reducir el estigma y recordar que **el suicidio puede prevenirse**. Según las estadísticas oficiales del **Sistema Nacional de Información Criminal (SNIC)**, durante 2025 en Argentina se registraron **5.209 suicidios**, un **22,6% más que el año anterior**. Además, se convirtió en la principal **causa de muerte entre las personas de 15 a 24 años desde 2022 y entre los 25 y 34 años desde 2024**. En la Ciudad de Buenos Aires, los casos **aumentaron un 38% entre 2024 y 2025**. En ese contexto, las **redes sociales se transformaron en espacios para hablar de salud mental**. Uno de esos lugares es **@un_pun-**

toycoma, la cuenta de Instagram de Ariana, que reúne a **más de 56 mil seguidores** y nació a partir de una experiencia personal.

Revista La Tabla: ¿Cómo surgió @un_puntoycoma?

Ariana: Perdí a mi hermano, Matías, por suicidio el 24 de septiembre de 2015. A partir de ahí, tuve que atravesar un duelo durísimo, muy silencioso socialmente por el estigma y los mitos que había alrededor del suicidio. Tuve un momento del proceso en el que empecé a estudiar para poder entender muchas cosas, sobre todo el por qué. Cuando uno pierde un ser querido por suicidio, busca culpabilidad en algo que en realidad es multicausal, pero eso lo entendí después. Estudiando me di cuenta de que faltaba muchísima información. Me encontré con la historia de una mamá que había perdido a su hijo durante la pandemia y dije: "Tengo que hacer lo mismo, pero desde mi lugar de hermana".

>DIÁLOGOS COMUNITARIOS

Ahí abrí la cuenta y empecé a escribir sobre mi duelo y nunca imaginé la repercusión. Había una necesidad inmensa de hablar de esto. Se acercaron personas que habían perdido seres queridos y encontraban en mi cuenta una especie de caricia a su propio duelo y mucha gente que necesitaba ayuda.

RLT: ¿Qué señales de alerta habría que tener en cuenta?

A: Por lo general, las personas no te dicen abiertamente lo que están pasando, lo dejan ver con frases. Por ejemplo: "estoy cansado", "no puedo más", "soy una carga para ustedes". Siempre acompañado de un cambio en la conducta. Puede ser alguien muy extrovertido que de repente se vuelve introvertido o empieza a aislarse de sus amigos. O, por el contrario, alguien que se llena de actividades para tapar emociones. Personas que se la pasan sonriendo, pero vos te das cuenta de que no están bien. También puede aparecer insomnio. Tenés que tener en cuenta la historia de esa persona y observar lo que va transmitiendo.

RLT: ¿Cómo acercarse a alguien cuando aparecen esas señales?

A: Lo más importante es generar un espacio seguro para que esa persona se pueda abrir y pueda hablar de lo que le pasa. No tenemos que tener miedo a preguntar por sus ideas de muerte. Si sospecho que mi ser querido está pensando en eso, tengo que preguntarle abiertamente. Abrir esa conversación permite saber en qué punto estamos parados. No es lo mismo una persona que tiene pensamientos suicidas que alguien que ya está atravesando una situación de mayor riesgo. Cuando aparece una situación de riesgo inmediato, hay que pedir ayuda profesional cuanto antes. Si la persona está solamente en la etapa de los pensamientos, de que está abrumada y necesita ayuda, lo mejor es generar una conversación de uno a uno. Tiene que ser algo más personal, sin juzgar, sin minimizar lo que la otra persona siente y escuchando lo que tiene para decir. La persona que está pensando en suicidarse está sufriendo. Lo más importante es escuchar y no minimizar. No pensar "está queriendo llamar la atención". Hay que escuchar con el corazón el sufrimiento que tiene esa persona, no juzgar, no invalidar y animar a esa persona a que pida ayuda. Empezar un tratamiento, dependiendo de la situación, y armar una red de contención entre amigos y familia.

Dónde pedir ayuda:

Línea de Prevención del Suicidio CAS: 135, gratuita desde CABA y Gran Buenos Aires. Desde todo el país: **0800-345-1435**.

Línea Nacional de Orientación y Apoyo en la Urgencia de Salud Mental: **0800-999-0091**, las 24 horas, todos los días, desde todo el país.

Salud Mental BA: 0800-333-1665, gratuita, las 24 horas.



ENCENDIDO FERNANDEZ
ENCENDIDO - INYECCIÓN ELECTRÓNICA - ANALISIS DE GASES
Diagnóstico computarizado // Afinación del automóvil
Saraza 905, CABA
Tel. 4923.9461 Cel. 11 3419.1629
encendfernandez@hotmail.com



Buona Vita
DIETETICA
Av. Cobo 1310
1152216243
Productos diabéticos. Sin TACC.
Productos para veganos y vegetarianos.
Comida saludable.



**CENTRO JUBILADOS
ENCUENTRO EN FLORES**
DÍAS DE REUNIÓN:
MIÉRCOLES 17 HORAS
ACTIVIDADES GRATUITAS
JOSÉ BONIFACIO 2759 • 155-705-6843



PAÑALERA MIA
Pañales para bebés, adultos,
artículos de higiene y accesorios
AV. DEL BARCO CENTENERA 1217.
11-3304-7607
@MIAPANALERA
ENVÍOS SIN CARGO

Farmacia Guadalupe 
Horario de atención lunes a viernes de 9 a 13hs
y de 16 a 20hs - sábado de 9 a 13hs y de 17 a 20hs
Av. Asamblea 496. CABA
4926-2791 11-3593-3046



óptica Barás
40 años al servicio de su salud visual
Representante oficial de la línea alemana Carl Zeiss.
Zeiss ofrece la lente multifocal mas avanzada del mercado.

ATENCIÓN PERSONALIZADA



PUBLICIDAD
15.6650.0656
15.6733.0614



LUZ en la MEDALLA

La emblemática iglesia de Parque Chacabuco ahora brilla de noche.

El **Santuario de Nuestra Señora de la Medalla Milagrosa**, ubicada frente al Parque Chacabuco sobre la Av. Curapaligüe, brilla de día cuando el sol atraviesa su centenar de vitrales. De noche, su **gran fachada neorrománica** pasaba desapercibida en el paisaje urbano de nuestra comuna. Hace poco tiempo atrás, desde el gobierno porteño le dieron forma a un proyecto para **iluminar por primera vez** esta fachada y darle otro protagonismo al **patrimonio histórico y cultural** de

este lugar de la ciudad. La intervención apuntó a destacar las **características arquitectónicas** del santuario, de casi 85 años de vida, que se distingue por sus dos torres con campanario y su cúpula de más de 40 metros de altura, coronada por una escultura de la Virgen. *"Cada barrio tiene edificios o monumentos que los vecinos sienten como propios, y en Parque Chacabuco uno de esos sitios es este santuario. Iluminarlo es una forma de reconocer y reforzar ese vínculo. Desde*

la Ciudad vamos a seguir trabajando en la preservación de la memoria urbana porteña", afirmó **Ignacio Bais-trocchi, ministro de Espacio Público del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires. La obra consistió en la instalación de dos columnas de iluminación y 31 proyectores de luz cálida** orientados hacia la fachada de la iglesia donde se encuentra el frente y hacia el lateral del templo, para poder para destacar sus rasgos arquitectónicos más distintivos.

Hacia los 85 años

La iniciativa de construir un gran templo dedicado a la Medalla Milagrosa fue impulsada por la congregación de las Hijas de la Caridad y encontró un respaldo decisivo en Adelia Harilaos de Olmos, una de las mujeres más ricas de su época, que financió con su patrimonio más de la mitad de la obra y supervisó personalmente cada detalle, desde el color de los mármoles hasta el diseño de los vitrales. El resto se reunió con cientos de donaciones particulares, sorteos y actividades organizadas por la comunidad. La piedra fundamental se colocó en paligüe, en una ceremonia que reunió al cardenal Santiago Copello y a una multitud de fieles. La inauguración llegó finalmente el 22 de noviembre de 1941: este año, el santuario cumplirá 85 años, un aniversario que coincide con el mes de la Medalla Milagrosa, cuando miles de fieles se acercan cada 27 a uno de los puntos religiosos más convocantes de toda la ciudad.

PASÓ LA SÉPTIMA

La Feria del Libro de Flores convocó una vez más al sector de la cultura independiente y a muchísima gente en la esquina de Morón y Artigas.

El encuentro reunió a **más de 200 editoriales**, ferias, presentaciones de libros, música, charlas, propuestas para infancias, actividades comunitarias y espacios gastronómicos. El evento fue organizado por el **Centro de Formación Profesional N° 24** junto a otras organizaciones y tuvo como eje el lema *"Use el martillo"*, una consigna que buscó llamar la atención sobre la necesidad de **romper el aislamiento e impulsar espacios de encuentro**. La programación se desplegó en la vía pública y en la Casona de Flores, con dos escenarios, feria de cómics y diversas actividades sobre oficios y vida barrial. Según detalló **Sergio Lesbeguiris**, director de la escuela: *"Cortamos la doble circulación con Artigas y armamos la Feria de Artigas"*. Además agregó que



hubo *"más de 200 editoriales, porque todavía se venden libros, todavía las editoriales apuestan mucho a ferias y a la venta directa también, como una estrategia"*. Las charlas, presentaciones y debates ocuparon un lugar central, y la atmósfera festiva se vivió en la calle: *"Siempre nos gusta bailar en la calle, encontrarnos en la calle, y disfrutar de la calle"*, sintetizó **Lesbeguiris**. La música, la gastronomía y **las propuestas barriales** completaron el recorrido. Al resumir el espíritu del evento, el director hizo hincapié en que *"estamos en una situación de mucha desorientación, por eso la apuesta que siempre tenemos desde la escuela y desde esta feria, una apuesta a cortar un poco la circulación, la calle, rompiendo con la normalidad, generando un punto de encuentro"*.

Administración de Consorcios

Dr. Néstor Moreyra

NRO. MATRÍCULA : R.P.A.8794

**PARQUE CHACABUCO -
CABALLITO - FLORES -
ALMAGRO**

CONSULTAS

✉ nmoreyra2001@yahoo.com.ar

☎ 011 50116204



CONFITERIA Y PANADERIA
Gafferata



Comidas Caseras al Mediodía Pan dulce artesanal
Servicio de Lunch Pan y Galletas sin Sal

J. M. Moreno 1457/59 - 115929-8982



• Sede Central:

Avenida Belgrano 673,
Ciudad de Buenos Aires
Lunes a viernes de 10 a 17hs.

• Teléfono

0800-999-3722

• WhatsApp

11-7128-8301

• Correo electrónico

consultas@defensoria.org.ar

• Redes sociales

@DefensoriaCABA



DEFENDEMOS
TUS DERECHOS

Defensoría del Pueblo
Oficina Autónoma de Buenos Aires

**ANTES DE QUE SEA MOSQUITO,
PODEMOS HACER ALGO.**

Temporada de prevención del dengue.



**Buenos
Aires
Ciudad**