

CV7
NOTICIAS

la hoja

EJEMPLAR
GRATUITO



HOJA DEL CONCEJO VECINAL 7



Diciembre 2025 - Distribución gratuita
 Publicación de la Comisión de
 Comunicación del Concejo Vecinal 7

CENTRO COMUNAL ZONAL (CCZ) 7

Directora: María de los Ángeles Núñez
Atención al público: lunes a viernes de
 10 a 16hs

Límites: Bv. Batlle y Ordóñez, Av. Italia,
 Av. Bolivia, Av. San Marino y costa del
 Río de la Plata.

CONCEJO MUNICIPAL

Alcaldesa: Mercedes Ruiz

Concejales/las: Ignacio Ubilla, Gonzalo
 Fau, Pilar Olascoaga, Víctor Fomichov

CONCEJO VECINAL DE LA ZONA 7

Integración:

Presidente: Pablo Andrés

Vice-Presidente: Mario Colotta

Secretaria de Actas: Edda Pelfort

Vocal: Carina Peombo

Vocal: Nidia Abbadie

CONCEJO EDITOR

Víctor Bariani

Héctor López

Julio Riccardi

Fernando Monestier

COLABORADORES

Pepe Cuartino

Roberto Righi

Fernando Monestier

Eduardo Bianco

Julio Riccardi

Magdalena Azcoytia

Área Social del CCZ 7

Unidad de Comunicación del Municipio E

El Concejo Editor puede no coincidir con la
 totalidad de lo publicado, que queda a entera
 responsabilidad de los/las firmantes.

PÁGINA 1 INSTITUCIONAL
PÁGINA 2 EDITORIAL
PÁGINAS 3 Y 4 25 AÑOS DE LA GOZADERA
PÁGINAS 5 Y 6 MEJORA DE LAS PLAZAS
PÁGINA 7 EVENTOS BARRIALES
PÁGINAS 8 Y 9 ANIVERSARIO DE GARDEL
PÁGINAS 10 Y 11 TEATRO DE VERANO
PÁGINAS 12 Y 13 ISLA DE LAS GAVIOTAS
PÁGINA 14 PLANTA GÉMINIS
PÁGINA 15 PARQUE BAROFFIO
PÁGINAS 16 y 17 EDUCACIÓN ALIMENTARIA
PÁGINAS 18 y 19 NOTA ECOLÓGICA
PÁGINA 20 TURISMO EN EL E

EDITORIAL

Editorial | Concejo Vecinal

El Concejo Vecinal 7 cerró el año 2025 con la certeza de que aún tenemos mucho por hacer. Han sido tiempos de menor actividad y participación, pero también de aprendizaje y reflexión sobre nuestro rol y sobre la importancia de sostener espacios de construcción colectiva.

Hoy nos encontramos ante un nuevo comienzo. El 2026 nos propone un desafío y, al mismo tiempo, una gran oportunidad: la elección de nuevos concejales vecinales y una nueva edición del Presupuesto Participativo. Es el momento de volver a encontrarnos, de fortalecer el vínculo entre los vecinos y el Concejo Vecinal, de retomar la presencia en el territorio y revitalizar la participación comunitaria.

El Presupuesto Participativo es una herramienta fundamental para la democracia local. Permite que la ciudadanía decida, de forma directa y responsable, qué obras y proyectos necesita para su barrio. Para que este proceso sea exitoso, es imprescindible la cercanía, el compromiso y la escucha activa de los concejales, acompañando a los vecinos en la elaboración y presentación de sus propuestas, y aportando experiencia, apoyo y orientación.

Tenemos por delante la posibilidad de impulsar mejoras para nuestros barrios, pero también de fortalecer la convivencia, el tejido social y el sentido de pertenencia. Cada vecino que se acerca, cada idea que surge y cada participación que se suma, contribuye a construir comunidad.

Es tiempo de renovar energías, de asumir este desafío con convicción y entusiasmo.

El Concejo Vecinal y los vecinos de la Zona 7 juntos, ¡¡¡podemos lograrlo!!

25 AÑOS DE LA GOZADERA

25 años de historia, barrio y candombe

La Gozadera cumple 25 años y es una de las comparsas con una trayectoria continua y valorada, no sólo en su barrio sino también en el conjunto de las comparsas de Montevideo. Si la comparamos con un árbol, La Gozadera es el tronco firme del que fueron surgiendo distintas ramas. Una de ellas es la comparsa Figari, que tuvo su importancia, manteniendo vivo ese legado.

Pero para entender realmente esta historia, es necesario ir a la raíz: al comienzo, al origen humilde y modesto de La Gozadera. Por eso, vamos a dejar que sea uno de los creadores y principales referentes durante estos 25 años, el señor Roberto Righi, que nos cuente en primera persona cómo nació y creció esta comparsa.



Todo empezó en 1998, en el fondo de una casa del barrio. Allí se reunían músicos, amigos de su hijo, percusionistas, vecinos. Siempre había un asado, una charla larga y, de a poco, algún tambor que aparecía. No eran muchos y casi ninguno era propio: se pedían prestados, se conseguían como se podía. Hasta que un día alguien tiró la idea que lo cambió todo: salir a la calle a tocar.

Con apenas ocho o nueve tambores, comenzaron a salir los domingos de tarde. El recorrido era sencillo: desde la puerta de la casa, por calles conocidas del barrio, rumbo a la rambla, y después la vuelta. Lo que empezó como una salida aislada se volvió costumbre. Y la costumbre, poco a poco, se volvió convocatoria. La voz empezó a correr y los tambores comenzaron a llegar desde otros lados. Sin darse cuenta, ya había una cuerda formándose.

Hacia fines de ese primer año surgió la pregunta inevitable: ¿por qué no armar una comparsa? En ese momento parecía imposible. Las llamadas estaban cerca y el proyecto quedó en pausa, aunque la idea siguió latiendo. En el año 2000, luego de participar en una llamada con una cuerda que ya reunía cerca de 90 tambores, la propuesta volvió a aparecer, esta vez con más fuerza. Malvín podía —y debía— tener su comparsa.

Así, en 2001, La Gozadera salió por primera vez. Antes hubo reuniones, discusiones, decisiones importantes: el nombre, los colores, la identidad. Malvín no tenía colores que lo representaran en el candombe, y eso le dio aún más sentido a la elección. También apareció una de las marcas más fuertes de la comparsa: la inclusión. Como mucha gente quería participar y no sabía tocar, se armó una especie de escuelita en el Molino de Pérez. Los sábados se practicaba, los domingos se salía.

El sonido empezó a hacerse notar y a convocar. Roberto recuerda anécdotas que hoy parecen escenas de película: un día apareció un amigo, José Rivero, con un camión lleno de gente preguntando si podían sumarse a la salida. También recuerda el respeto por el barrio: al llegar a la iglesia de Rivera, la comparsa se detenía una cuadra antes, en silencio, esperando que terminara la misa para continuar.

No todo fue armonía. Hubo vecinos molestos, cambios de recorrido, tensiones propias de crecer. Pero la comparsa siguió. Para la primera llamada oficial, en 2001, se organizaron colectas, se contó con el apoyo de los comercios del barrio como Supersol y, especialmente, con el acompañamiento constante de Doña Angelita, en Michigan. Se vendían camisetas de distintos colores y diseños para sostener el proyecto.

Desde el inicio, La Gozadera se organizó en comisiones: tambores, baile, vestuario, publicidad. Cada grupo trabajaba por su lado y luego se ponía en común el avance. Hubo que hacer banderas, ropa, instrumentos, identidad. Y así, paso a paso, se fue construyendo algo que superó ampliamente aquella primera salida improvisada.

Hoy, a 25 años de aquellos domingos con tambores prestados, La Gozadera sigue sonando. Como barrio, como memoria y como prueba de que, a veces, las historias más duraderas nacen sin plan, pero con raíces profundas.

Roberto Righi



MEJORA DE LAS PLAZAS



PLAZAS DE LAS COOPERATIVAS

Hoy más de 50 personas diarias (niños, jóvenes, adultos) disfrutan de los espacios correctamente equipados, juegos, espacios multiusos como la cancha de básquet y los aparatos de calistenia. Con alguna excepción, el mantenimiento es bueno, como por ejemplo: en días pasados se repuso la malla de protección para que no se escaparan las pelotas, había sido vandalizada, después de muchas idas y venidas se decidió recortarla y poner la altura de 2m, hoy en día está funcionando correctamente para satisfacción de todos logrando consolidar el disfrute y la convivencia.

PLAZA ADRIAN TROITIÑO y HOMENAJE

Malvín Norte cuenta con una nueva plaza totalmente renovada. La Plaza Adrián Troitiño, ubicada en **Julio Sosa entre Eduardo Ferreira y Adrián Troitiño**, se hizo realidad como un espacio moderno, que incorpora áreas deportivas, juegos infantiles y zonas de descanso pensadas para el disfrute en familia y con amistades. Esta intervención forma parte del plan de obras que se viene desarrollando en el Municipio E, orientado a la mejora y puesta en valor de los espacios públicos del territorio.

La inauguración oficial se realizó el sábado 4 de octubre a las 11 horas, con la participación de vecinas y vecinos del barrio.

¿Quién fue Adrián Troitiño?

Nacido en 1869 fue un obrero panadero y canillita (vendedor de diarios) gallego-uruguayo, anarquista y sindicalista, conocido como "El Abuelo", figura clave en la organización gremial de vendedores de diarios en Uruguay, cuya fecha de muerte, 26 de mayo de 1941, es el Día del Canillita, recordado por su lucha por los derechos laborales y su legado en la cultura popular uruguaya, incluyendo esta plaza en su honor. Su voz y pregón se volvieron un ícono de la murga y la cultura popular de Montevideo.



MEJORA DE LAS PLAZAS

PLAZA LEONISMO

¡Con entusiasmo anunciamos que el pasado viernes 3 de octubre se llevó a cabo la inauguración de la Plaza del Leonismo, ubicada entre las calles **Asamblea, Pérez Gomar, Francisco de Caldas y Av. Colombes!**

La jornada contó con la presencia de la alcaldesa Mercedes Ruiz, miembros del CCZ7 y numerosas vecinas y vecinos que se acercaron a disfrutar y celebrar este nuevo punto de encuentro del barrio.

La renovación de la plaza incluyó la creación de un nuevo rincón infantil con juegos modernos y seguros, caminerías renovadas, áreas de descanso para personas adultas, cancheros con nuevas plantaciones y mejoras en la iluminación, generando un entorno más accesible, verde y disfrutable para toda la comunidad.

Este proyecto forma parte del compromiso del Municipio con la recuperación y puesta en valor de los espacios públicos, promoviendo el encuentro, la integración y la convivencia entre las vecinas y los vecinos del barrio.



PLAZA DE ECUADOR

El pasado viernes 28 de noviembre, a las 17:00 horas, se inauguró oficialmente la renovación de la Plaza Ecuador.

Un espacio emblemático del barrio que recupera su esplendor con nuevas áreas destinadas al juego, el deporte y el encuentro comunitario.

La intervención realizada tuvo como objetivo poner en valor este punto de referencia para vecinas y vecinos, incorporando mejoras que fomentan la convivencia, el disfrute al aire libre y el uso seguro del espacio público.

Entre las principales mejoras se destacan la incorporación de nuevas áreas de juego para niños y niñas, pensadas para promover el desarrollo lúdico en un entorno seguro; zonas deportivas accesibles para todas las edades, que impulsan hábitos saludables y la actividad física; y espacios de encuentro y descanso integrados al entorno, diseñados para fortalecer los vínculos comunitarios.

Además, se destaca la incorporación de un mapa de Sudamérica en el centro de la plaza, un elemento que refuerza la identidad del espacio y recupera un símbolo histórico muy querido por el barrio.

- **Ubicación:** Av. San Marino y Palmas y Ombúes



EVENTOS BARRIALES

LIMPIEZA INTERNACIONAL DE COSTAS - BUCEO



Se llevó a cabo la Limpieza Internacional de Costas 2025 en Playa Buceo, una jornada abierta a la comunidad dedicada al cuidado del entorno y a la concientización ambiental.

Durante el encuentro se desarrollaron diversas actividades educativas y recreativas orientadas a promover la participación de vecinas y vecinos y el respeto por el ambiente. La propuesta incluyó acciones de recuperación dunar, talleres sobre reciclaje, charlas sobre el cuidado del ecosistema costero y juegos colectivos para todas las edades. La actividad se enmarcó en las acciones impulsadas a nivel nacional para la protección de las costas y la preservación de los espacios naturales de uso público.

FESTIVAL DE LA PRIMAVERA ESCUELA JAPON N°72

Se celebró la llegada de la primavera en la Escuela Japón N.º 72, en una jornada llena de alegría, juegos, espectáculos, premios y propuestas recreativas para toda la familia.

La actividad convocó a la comunidad educativa y a vecinas y vecinos del barrio, generando un espacio de encuentro, disfrute y celebración, donde el color, la música y la energía de la primavera fueron protagonistas.



Celebramos un nuevo aniversario de Carlos Gardel en Villa Yeruá

Este sábado 13 de diciembre, de 15:30 a 18:30, se realizó en Villa Yeruá, en la rambla O'Higgins y Rímac, un encuentro en memoria de Carlos Gardel, que reunió música, historia y comunidad en un entorno privilegiado. La actividad fue con entrada libre y gratuita.

La jornada incluyó una charla y una recorrida por el museo, a cargo de Mario Colotta, quien además **fue entrevistado por VTV y por el canal 10**, junto a los otros dos integrantes de la Comisión de Gestión de Villa Yeruá: Carlos Panisa y Victor Bariani.

Sáb. 13 de diciembre 15:30 a 18:30 h

Aniversario de Carlos Gardel en Villa Yeruá

ESPERAMOS EL ATARDECER HONRÁNDOLO

(Rímac esq. Rambla O'Higgins)

ARTISTAS INVITADOS

ROBERTO RIGHI
CARLOS GÓMEZ
ENSAMBLE MUSICAL CEDEL CARRASCO

CCZ 7     Esquinas de la Cultura  + MUNICIPIO

¿Por qué el 11 de diciembre?

Gardel es un mito. Y los mitos no tienen un nacimiento preciso: se van construyendo en la medida en que son aceptados y compartidos por la gente, y solo mueren con el último recuerdo.

Aunque parezca increíble, hoy existen clubes gardelianos en lugares tan diversos como Japón, Puerto Rico, Turquía, lo que demuestra la vigencia y trascendencia de su figura a nivel mundial.

La fecha de su nacimiento fue establecida —no sin dudas— por la Asociación Gardeliana de Buenos Aires, ya que no existe una partida de nacimiento que permita confirmarla con certeza.

¿Qué es Villa Yeruá?

Villa Yeruá es un edificio representativo de las construcciones realizadas en la década de 1920 en los balnearios de nuestra costa montevideana. Fue declarada Patrimonio Municipal durante la gestión de la intendenta Ana Olivera.

La casa fue construida por Francisco Machio, preparador de caballos de carrera, quien además del chalet destinó el resto del terreno a caballerizas. Allí se alojaban caballos que llegaban para reponerse de lesiones sufridas en la pista, aprovechando el entorno natural y la cercanía con la playa.

En su interior funciona un pequeño museo que conserva recuerdos vinculados a Carlos Gardel y al mundo del turf. El espacio reúne numerosas fotografías de Gardel, muchas de ellas inéditas, así como casaquillas de Irineo Leguisamo utilizadas en distintos premios. La que se exhibe en la fotografía corresponde a su última carrera, disputada a los 73 años, montando un La frecuente presencia de Carlos Gardel en la casa se explica por la estrecha amistad que lo unía a Francisco Machio, quien fue entrenador de los nueve caballos que tuvo el cantor. Leguisamo, que también frecuentaba Villa Yeruá porque entrenaba y corría los caballos en la playa, completaba así este trío de amigos. caballo perteneciente a Palito Ortega.



El aporte musical comenzó con el Ensamble del CEDEL, un grupo joven que deleitó al público con un repertorio de música folclórica y tango. Más tarde, un grupo de tambores y bailarines de la comparsa La Gozadera trajo su parte de carnaval al encuentro, llenando el espacio de ritmo y color.

El cierre musical estuvo a cargo de nuestro cantor del barrio, Roberto Righi, con el acompañamiento en guitarra de Carlos Gómez, interpretando tangos y milongas que coronaron la tarde.

Solo quedó contemplar el atardecer de este lugar privilegiado como broche final de una jornada inolvidable, atravesada por la memoria, la música y el encuentro comunitario.



Roberto Righi

EL TEATRO DE VERANO



El Teatro de Verano en 1962. Foto: Centro de Fotografía de Montevideo.

¿Desde cuándo está el certamen de Carnaval?

Durante las primeras 2 o 3 décadas de funcionamiento del Teatro de Verano, no tuvo su espacio fijo aquí mismo en el Teatro de Verano pero si podemos decir que desde el 1er o 2do verano de existencia del mismo, ya se hacían por ejemplo: las pruebas de admisión, también algunas etapas del concurso, la ronda de ganadores se realizó durante varios años aquí en el Teatro. Sobre los años 60 se terminó de instaurar el Concurso oficial de Carnaval tal como lo conocemos hoy, pero en sí, el fenómeno del Carnaval de los lubolos, de las murgas ha estado presente desde el inicio del Teatro.

¿Qué capacidad tiene el Teatro?

Actualmente 5300 localidades, luego de la última etapa de remodelaciones. Cuenta todo lo que es el confort, la accesibilidad y demás modificaciones que se hicieron, lo cual creció un 25% su capacidad pasando a tener esta cantidad de butacas aproximadamente.

Se hizo un documental, ¿cuándo se estrena el mismo?

Emoción a cielo abierto, es un proyecto que viene ya desde hace un par de años bajo la dirección de Federico Lemos y tuvimos el placer el 26 de noviembre de haber estado presentes. Se transformó en un cine al aire libre lo que fue el estreno del documental que próximamente va a estar girando durante el año 2026 por todo el país. Tuvimos el honor de poder recibir el evento de estreno, lo cual además de miles de personas que asistieron a la ocasión también recibimos a varios de los artistas que participan y que aparecen en el propio documental.

¿Recomendarías el documental?

Lo recomendaría totalmente porque además de tener muchos momentos divertidos, entretenidos también es algo que apela mucho a la emotividad. Es un documental que se divide en muchas secciones, pero en todas ellas está la posibilidad de escuchar y de ver en primera persona lo que artistas tan importantes piensan y recuerdan del Teatro. Es una pieza que con los años será fundamental para seguir comprendiendo todo el fenómeno cultural y musical que existe en el Uruguay tanto desde la capital como a lo largo y ancho de todo el país.

Sabido es que se viene el verano y los montevideanos y más que nada los carnavales vamos pensando en el Teatro de Verano.

Siendo el mayor centro de espectáculos al aire libre de Montevideo y a sala abierta, se mantiene en la Rambla Wilson, dentro del predio del Parque Rodó, desde el 15 de enero de 1944.

Conversamos con Luciano Foglia, funcionario del Teatro, en estos términos:

¿Desde cuándo existe el Teatro de Verano? ¿Cómo comenzó?

Fue inaugurado por un ballet, que era una compañía rusa número 1 del mundo que giraba con sus obras y llegó acá a Uruguay luego de una gira por Latinoamérica y estuvo

alrededor de 2 meses en Uruguay. Estuvieron actuando tanto acá como en otros sitios de Montevideo y desde el 15 de enero de 1944 es que el Teatro comenzó a funcionar.

¿Por qué Ramon Collazo?

Ramon Collazo es una emblemática figura del Carnaval, director, cantante, músico, fue una figura bastante importante que hizo del escenario del Teatro de Verano, **su escenario predilecto en Uruguay** a mediados del siglo XX. Posteriormente falleció a principios de los 80 y fue en 1986 que se decidió que el Teatro que anteriormente se llamaba Teatro Municipal de Verano, tome el nombre de: **“Teatro de Verano Ramon Collazo”**.



El Teatro de Verano durante su construcción.
Foto: Centro de Fotografía de Montevideo.

Fernando Monestier



El Teatro de Verano en 2025

ISLA DE LAS GAVIOTAS

HISTORIAS EN LA ISLA DE LAS GAVIOTAS

La isla de las Gaviotas es definida como un pequeño islote, situado en el Río de la Plata al sur de la playa Malvín a 400 metros de la costa. Buena parte de su superficie irregular y rocosa está normalmente bajo las aguas. El resto, apenas media hectárea de tierra firme, está cubierta por palmeras, tamarices transparentes, cañaverales y otras especies herbáceas.

La isla lleva su nombre debido a la gaviota cocinera, que es la especie dominante en ella, aunque se ha registrado que más de 40 especies de aves la frecuentan, 6 de las cuales nidifican en ella. El único equipamiento que posee el islote, es un muelle construido en el año 1940.

Pero más allá de los datos precedentes, recordemos que tiempo atrás la isla estaba muy integrada a la cotidiana vida de Malvín, de tal forma que no eran pocos los vecinos que para bien y para mal, la frecuentaban regularmente.

En aquellos tiempos que la ecología y el cuidado del medio ambiente era tema de algún idealista, la isla se utilizaba para descansar y pescar o para realizar competencias de nado y náuticas.

También como albergue transitorio de parejas o lugar para animadas reuniones con asado y vino, generalmente más de este que de aquel, con los consecuentes desmanes contra la acosada fauna de la isla.

En la década del 40 del pasado siglo la publicidad desembarcó en la isla para utilizarla, sin pudor alguno como un gran punto publicitario. Con el verde oscuro de la vegetación que la cubría como telón de fondo, nueve enormes letras pintadas de blanco, aseguradas sobre otros tantos cubos de cemento, proponían a los paseantes, "FUME LA PAZ", algo que actualmente sería considerado una agresión ecológica, tanto a la isla, como a la salud pública.

Hoy que los usos y reglamentaciones cortaron o casi, aquella excesiva familiaridad, para muchos de los nuevos pobladores del barrio y más aún, para los que en sus vehículos pasan raudamente frente a ella, la isla es vista... si es que la miran, solo como un curioso referente paisajístico, con aire de plaza engalanada con palmeras, caprichosamente instalada como un adorno frente a la playa.

Sin embargo atrapadas entre las rocas de su pequeño territorio, hay un caudal de vivencias forjadas entre vientos y olas, remos y velas, que componen una saga digna de ser conocida.

Entre las anécdotas que la componen, sean reales o casi, no escasean las jocosas o las que se ocultan tras el velo de fantasía. También las hay cargadas de dramatismo, así como las que revelan la eterna irresponsabilidad humana.

Recordemos que la vegetación que cubre la isla, no es por cierto autóctona. Según testimonio grabado en una de sus rocas, los primeros arboles fueron plantados por el Sr. Sebastián Massaferrero en el en el año 1893, en homenaje a quienes le salvaron luego de naufragar y permanecer tres días en la isla soportando un violento temporal.

En 1963 se inició la construcción de un aerocarril desde la costa hasta la isla para su explotación turística. Por errores de cálculo no pudo darse el uso previsto y las torres fueron demolidas con explosivos por el ejército. Tiempo después los mismos actores arrasaron casi toda la vegetación de la isla, para facilitar una exhibición de fuegos artificiales.

El tiempo reparo aquellos daños, pero el aumento de la polución entorno de la isla, fue alejando a muchos de sus naturales visitantes, lo que a pesar que ha mejorado la calidad del agua todavía no regresaron.



Reconstrucción aproximada de cómo se veía en su momento el cartel publicitario.

Hay quien recuerda los cisnes de cuello negro y otras especies que deambulaban entre los escollos del norte, cada vez que algo los molestaba en sus humedales naturales.

También las miríadas de chorlitos que alborotaban la playita caminando a paso rápido. Faltan los gigantescos albatros, que sin temor agitaban sus alas como velas, alertando a quien se aproximaba demasiado. Y especialmente faltan las queridas toninas, nuestro delfín autóctono, que en grandes grupos retozaban por allí.

Terminamos la nota con el humor y dramatismo de una de las tantas anécdotas asociadas a la isla que cuenta que: El grupo de amigos llegó alegremente a la playa Mansa de Malvín bien pertrechado, con vino, asado y una guitarra. Cargaron la chalana la empujaron al agua y remararon hasta la isla.

Por sobre las nueve letras del cartel de FUME LA PAZ, que tanto afeaba la isla, se dejaba ver un gris difuso que comenzaba a cubrir el cielo. Sin prestar la menor atención a ese detalle, desembarcaron y al igual que otras personas que les habían precedido, encendieron el fuego, cantaron comieron y bebieron.

Al despertar de una agradable siesta se encontraron solos en la isla, pero con algo de vino para terminar.

La oscuridad llegó acompañada de negras nubes, empujadas por un creciente viento pampero. Cuando se dieron cuenta el mar estaba ya encrespado y crecido y al intentar abordar de apuro hicieron que se volcara y llenara de agua la chalana. Mojados y asustados volvieron al centro de la isla viendo crecer la noche y el agua.

La angustia de familiares y amigos al ver que no regresaban duró hasta las primeras horas de la mañana cuando en una lancha de la prefectura salieron a buscarlos. La isla estaba casi cubierta por las aguas, pero al acercarse vieron con alivio a los cinco muchachos agotados pero vivos agarrados a las letras del cartel de propaganda.

Datos históricos y geográficos:

Don Omar Medina Soca, Director del desaparecido Museo Marítimo Malvín.

Víctor Bariani, Héctor López (Tito)



Vista aérea de la Isla en pleamar

Un recorrido de lucha y transformación: un año después



Entrevista a Lourdes Ibarbourou, presidenta de la planta Géminis:

Hace un año, Lourdes Ibarbourou compartía su historia de lucha y superación, marcada por condiciones laborales complejas y el compromiso con el trabajo cooperativo. Hoy, un año después de aquella entrevista realizada por el Concejo, vuelve a reflexionar sobre los cambios, avances y desafíos que atravesó la planta Géminis, consolidando su crecimiento y su proyección a futuro.

—¿Cómo te encontrás hoy, a un año de la entrevista realizada por el Concejo? ¿Hubo cambios en este tiempo?

—Hubo cambios para bien. Se logró una mejor adaptación en la planta y, si bien la mayor carga de trabajo implicó más exigencias, también trajo mejores oportunidades en términos de remuneración. Este año trabajamos mucho en el área de Servicio, lo que nos permitió ser más reconocidos y abrir nuevas puertas. Además, seguimos en proceso de convenio, algo en lo que venimos trabajando desde hace dos años y que es fundamental para lograr mayor estabilidad.

—¿Qué impacto tuvo este crecimiento en el vínculo con empresas e instituciones?

—Fue una experiencia muy positiva. Tuvimos reuniones con empresarios y con empresas como Coca-Cola y Salus, y el solo hecho de estar en esos espacios ya es un gran avance para la cooperativa. Todo esto fortalece a la planta y nos permite proyectarnos mejor hacia el futuro, especialmente pensando en el 2026.

—¿Qué cambios se implementaron en la organización interna de la planta?

—Uno de los cambios más importantes fue la incorporación de un nuevo sistema de registro tecnológico. Ya no trabajamos más con planillas: ahora se registra el peso, lo que se genera, los horarios, los códigos, cuánto se procesa y cuánto se vende. Estamos en pleno proceso de aprendizaje con estas herramientas, pero son fundamentales, porque la basura es dinero y hay que cuidarlo.

—En relación a la Cámara de Industria, ¿existen nuevos lineamientos o se mantiene el mismo esquema de trabajo?

—Actualmente se están renovando los convenios, que pasan a ser parte de un fideicomiso de la Intendencia. Son acuerdos que se renuevan cada ocho años y, si bien implican nuevas firmas, nos brindan tranquilidad y cierta permanencia gracias al apoyo que recibimos de la Intendencia.

—¿Qué mejoras propondrías y qué planificación existe a futuro?

—Tuvimos grandes avances, sobre todo en lo económico: hoy las ventas se realizan todos los meses, cuando antes eran cada tres o cuatro meses. A futuro, propondría una mejor clasificación de residuos por parte de la Intendencia, porque muchas veces lo que nos llega no cumple con el kilaje requerido y con residuos mezclados, el cual prácticamente queda como residuo sin valor. Esto complica el proceso, el espacio y la gestión, especialmente con los bolsones de los supermercados.

—¿Cuáles son las motivaciones actuales de quienes trabajan en la planta?

—Principalmente, una mejora salarial. Sabemos que es un proceso difícil, pero no imposible. También buscamos una mayor validación social: nuestro trabajo muchas veces no es reconocido ni valorado, y luchamos día a día para que se conozca y se entienda su importancia.

—¿Qué mensaje le darías a los trabajadores de la planta y del rubro en general?

—Como clasificadores, en muchos aspectos estamos yendo por la misma línea: la de progresar. Queremos motivar a quienes hoy están en situaciones similares a las que nosotros ya atravesamos, capacitarlos, compartir nuestra experiencia y demostrar que es posible avanzar y construir un escenario mejor. Ese es el futuro al que aspiramos.

Recorridas educativas por el Parque Baroffio: conocer, cuidar y compartir

¿Por qué motivo hacer las recorridas del Parque Arq. Eugenio P. Baroffio?

Ya cuando cursaba la Facultad de agronomía la Botánica me resultaba una materia sumamente atractiva. Y una vez finalizada la etapa laboral de mi vida, empecé a madurar una idea, la de compartir y en cierta forma devolver a la sociedad, lo que ella me había brindado a través de la oportunidad de haber podido estudiar... Así fue que, primero (en forma fortuita) organizamos en la Plaza Delmira Agustini un "Taller de Jardinería", afines del 2015.

En 2018 cambiamos de sede y pasamos a La Casita de Zum Felde. Pero lo transformamos en un taller multimodal. Además de las tareas de huerta/jardín, introdujimos (en acuerdo con la Comisión de Vecinos del Parque Baroffio) las recorridas por el Parque en las que son descriptas infinidad de especies vegetales.

Las mismas se realizaban cada 3 a 4 semanas aproximadamente, siendo ampliadas, en difusión con amigos, vecinos y a todos los interesados. Para cada salida, se confeccionaba una hoja de divulgación, incluyendo nombre común, científico, origen, descripción de propiedades, fotos y características de cada especie visitada.

Si bien en las primeras recorridas se entregaban a los participantes, estas hojas de divulgación impresas, como forma de menor contaminación ambiental, se empezaron a enviar por correo electrónico.

El objetivo de estas Hojas de divulgación es dar a conocer las especies, tanto de árboles, arbustos y pastos que viven en el Parque, así como su interacción con el ecosistema.

Desde 2023 se planifican a comienzo de año las fechas de las recorridas haciéndolas coincidir con fechas tales como Día del Humedal, del Ambiente, del Patrimonio, así como teniendo en cuenta feriados y fines de semana largos.



Este tipo de actividad al aire libre resulta atractivo, como lo demostró las que organizáramos con la división Turismo de la IM en 2024, con sendas/recorridas matutina/vespertina con asistencia de alrededor de 100 vecinos de todo Montevideo.

Como corolario de esta movida, **la CVPB fue distinguida con el Sello Verde 2024.**

Los cambios de manejo de las márgenes del Arroyo del Molino, implementados desde Nov 2022, la creación de la Comisión Delegada Administradora del Molino de Pérez y el Parque Baroffio en 2023, el mobiliario que se agregó en 2024 (juegos de madera, bancos, plataformas, etc, producto de Presupuestos Participativos), las nuevas plantaciones (especies nativas) en las márgenes del arroyo en este 2025, y los futuros planes (en obra) de cartelera y demás , **auguran un año 2026 en que las recorridas guiadas descubriendo la flora tanto autóctona como adaptada, seguirán siendo un punto de atracción para visitar del Parque Baroffio.**

Eduardo Carlos Bianco Arco Ing. Agrónomo
Posgrado Gestión Ambiental Coordinador de las
recorridas CVPB



EDUCACIÓN ALIMENTARIA

Clave para una mejor salud Julio Riccardi

La obesidad, la diabetes, la hipertensión arterial y la aterosclerosis constituyen en nuestra sociedad y en el mundo las verdaderas epidemias modernas que hoy cuestionan severamente “el estilo de vida del hombre occidental”.

Especialistas de la División Diabetología del Hospital de Clínicas de la ciudad de Buenos Aires hablaron acerca de este fenómeno médico-cultural y señalaron la necesidad de tomar medidas a nivel poblacional para frenar su avance y evitar sus complicaciones.

Comer sano no surge ni se aprende por generación espontánea. Para ello es necesario una educación alimentaria que no todos tenemos oportunidad de recibir.

La diabetes y la obesidad son factores de riesgo para las causas más frecuentes de mortalidad en la edad avanzada, que son las enfermedades cardiovasculares. En la gran cantidad de casos en que la obesidad precede a la diabetes, es tan grande su influencia y son tantos los aspectos biológicos que comparten que bien podrían representar dos caras diferentes de una entidad básica común. El 80% de la población diabética en las sociedades occidentalizadas es obesa y la restricción calórica mediante dietas es la terapéutica más eficaz para el tratamiento de ambas.

El nutricionista en el equipo de salud sobre enfermedades crónicas tiene como función la educación alimentaria.

“Se le entregan al paciente listas de alimentos contraindicados en una primera etapa, pero es imprescindible trabajar sobre sus hábitos y sus gustos, de otro modo no vamos a lograr ningún cambio de conducta” afirma la licenciada Inés Landó, coordinadora de nutrición de la División Diabetología del Hospital de Clínicas.

La entrevistada sostiene que, para que el plan sea personalizado, debe realizarse una anamnesis exhaustiva (los hábitos, que es lo que come, cantidad de ingesta, cuantas veces al día, horarios, actividad física, entre otros).

Le preguntamos a la nutricionista si la obesidad es un patrimonio de las clases altas:

“No, se ve igualmente en las clases bajas que por razones económicas y culturales consumen mayor cantidad de hidratos de carbono refinados (harinas blancas, azúcares, pan blanco, arroz blanco) lo mismo que grasas que son coincidentemente los alimentos más económicos.”



Lo indicado es consumir preferentemente farináceos de tipo integral que tienen una respuesta metabólica distinta. La fibra que poseen influye sobre el metabolismo, haciendo que el alimento permanezca más tiempo en el estómago, en consecuencia tienen un índice glucémico (IG), más bajo que los refinados y reducen así la glucemia (azúcar en sangre). “El índice glucémico es una medida del impacto que provocan los alimentos que poseen hidratos de carbono una vez que fueron ingeridos. Los cereales que no tienen fibra poseen un (IG) más alto que los que tienen fibra, estos últimos se mantienen más tiempo en el estómago y por tanto su (IG) es más bajo. La hiperglicemia postprandial que se mide a las dos horas de la ingesta está asociada directamente con las complicaciones cardiovasculares de la diabetes, por su acción tóxica sobre el endotelio vascular (capa íntima de los vasos sanguíneos).”

“En cuanto a las clases altas, consumen otro tipo de alimentos aquellos con alto contenido en grasas animales, como, embutidos, *snacks*, quesos. Surgen en ese estrato social los aperitivos que tienen más calorías que una comida completa.”

Después de conocer los hábitos alimentarios del paciente, se registra el peso y se toma su talla. Con estos elementos se calcula el índice de masa corporal (IMC) que establece categorías en cuanto a grados de normalidad: sobrepeso, y obesidad. Estos se miden y no es menor la importancia del perímetro de cintura abdominal. Cuánto mayor, mayor el riesgo de enfermedad cardiovascular, hay tablas para hombres y para mujeres.

¿Cuánto adelgazar?

“En general, con un descenso de peso progresivo de 7-10% en 3 a 6 meses disminuyen significativamente los riesgos cardiovasculares. Disminuye la presión arterial, el colesterol y mejora el control glucémico.”

¿Qué significa comer sano?

La alimentación sana es aquella que permite ingerir una cantidad variada de alimentos. Mantener un peso sano que se relaciona con el porcentaje de grasa que tiene el cuerpo y con la localización de la misma. Se debe elegir una dieta rica en frutas y verduras, pobre en sal, con ingesta de proteínas en forma adecuada y suficiente con pescado por lo menos dos veces a la semana. Por hábitos culturales se consumen alimentos de origen animal que contienen grasas saturadas y poco pescado. Las grasas saturadas elevan el colesterol (LDL), que es el que se asocia con la enfermedad vascular o aterosclerosis. Hay productos de pastelería de mucho consumo, que tienen grasas hidrogenadas (grasas trans) las cuales bajan el colesterol HDL (colesterol bueno) favoreciendo la misma situación anterior. Las grasas monosaturadas bajan el LDL y aumentan el HDL y se encuentran en el aceite de oliva, almendras, avellanas, etc.

¿Qué pasa en el supermercado?

La gente compra inducida por la publicidad de los medios de comunicación que tiene un efecto poderosísimo en todos los hábitos de consumo, incluido el alimentario. Se carga el carrito con la guía del mensaje sin conocer la calidad del producto. Se debe saber decodificar esta trampa, leyendo los ingredientes, fecha de vencimiento y saber interpretar la etiqueta donde figuran los principios nutritivos, las calorías, grasas totales, grasas trans.

Educación alimentaria

“Habría que realizar más y mejores planes”, sugiere la licenciada Landó. “Desde la infancia en colegios de primaria y secundaria y en otros establecimientos estatales para promover la educación alimentaria y prevenir la obesidad y el sobrepeso. Así como el poder adquisitivo del salario sin el cuál no conseguiremos los nutrientes básicos para obtener y mantener un desarrollo nutritivo mínimo (tema no soslayable que ocuparía consideraciones económicas y políticas).



NOTA ECOLÓGICA

Recomendaciones para el cuidado de la playa y un ambiente saludable

Disfrutar de la playa también implica **asumir un compromiso con su cuidado**. Promover prácticas responsables permite preservar el entorno natural, garantizar la convivencia y proteger uno de los espacios públicos más valiosos de Montevideo.

Entre las principales recomendaciones para un uso adecuado de la playa se destacan:

Convivencia y respeto

Es fundamental promover relaciones basadas en el respeto, libres de violencia, discriminación o acoso, favoreciendo un ambiente seguro y agradable para todas las personas.

Cuidado del entorno natural

El cuidado del ambiente es una responsabilidad colectiva. Mantener la playa limpia, gestionar correctamente los residuos y hacer un uso responsable de los recursos naturales contribuye a preservar el ecosistema costero.

Salud y bienestar

La playa es un espacio para el descanso, la recreación y la actividad física. Respetar los tiempos de descanso, cuidar la salud mental y promover hábitos saludables mejora la experiencia de todas y todos.

Participación y sentido de pertenencia

Cuidar la playa es fortalecer el vínculo con el territorio. La participación activa y el compromiso comunitario son claves para sostener estos espacios públicos en el tiempo.



La importancia de las dunas en nuestras playas

Las dunas cumplen un rol fundamental en la conservación de la arena y el equilibrio del ecosistema costero. Actúan como barreras naturales que protegen la playa y la ciudad frente a distintos impactos ambientales.

Entre sus principales funciones se destacan:

- Conservan la arena de las playas.
- Funcionan como barrera protectora frente a temporales.
- Disminuyen el riesgo de inundaciones.
- Evitan el deterioro de la infraestructura costera.
- Son refugio y hábitat de diversas especies de flora y fauna.

¿Cómo cuidar las dunas?

Para proteger estos espacios naturales es importante:

- No transitar sobre las dunas y utilizar únicamente los accesos habilitados.
- Proteger la vegetación existente.
- No retirar arena.
- No ingresar con vehículos a la playa.

Cuidar nuestras playas es cuidar el ambiente, la convivencia y la calidad de vida. Entre todas y todos podemos preservar estos espacios para las generaciones futuras.



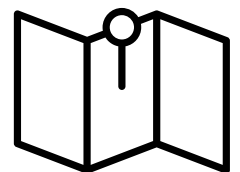
EL TURISMO QUE NOS UNE

En nuestro municipio se dio un paso muy importante para seguir construyendo comunidad y futuro: fue aprobado el Plan Municipal de Turismo, una herramienta que busca poner en valor lo que somos, lo que tenemos y lo que podemos ofrecer, siempre desde una mirada local y participativa.

A partir de esta aprobación, se conformó la Mesa de Turismo, un espacio de encuentro y trabajo colectivo que permitirá llevar adelante las acciones previstas en el plan. Esta mesa está integrada por representantes de distintos sectores del territorio, que aportan miradas, experiencias y conocimientos diversos, con un objetivo común: fortalecer el turismo como una oportunidad de desarrollo para el municipio y para quienes lo habitan.

Trabajar en conjunto, escucharnos y construir desde el territorio es clave para que el turismo crezca de forma responsable, inclusiva y sostenible. La Mesa de Turismo se convierte así en un lugar de diálogo permanente, donde las ideas se transforman en acciones y donde cada aporte suma para mostrar nuestra identidad, nuestra cultura y nuestros espacios.

Este camino recién comienza, y se construye entre todas y todos, con el compromiso de seguir impulsando un turismo que nos represente y que genere beneficios reales para la comunidad barrial.



*¡Feliz comienzo
de año 2026!*

