

AÑO 15  
NÚMERO 167

# CENTR©

AGOSTO  
2023



# CENTRO

Publicación oficial y gratuita del  
Centro Comercial, Industrial y de  
Fomento de Atlántida

## CONSEJO EDITOR

Comisión Directiva:

**CAMILO UHALDE**  
**MAURICIO MARTINEZ**

Redactor Responsable:

**ALICIA PÉREZ**

Colaboradores:

**WILSON MESA**  
**MABEL BEMPOSTA**  
**ANDRÉS DE MELLO**  
**COA**  
**MIREYA BRACCO**  
**LAURA NAVARRO**  
**CARLOS UBOLDI**

Diseño:

**DIEGO NOGUEIRA**

Impresión:

Gráfica Mosca, Guayabo 1672  
Depósito legal: 371.366

## MISIÓN

Apoyar y fomentar el desarrollo de la pequeña empresa local, capacitando y brindando servicios de excelente nivel en gestoría, que les ayude a gestionar eficientemente sus empresas. Somos quienes transmitimos la opinión de nuestros asociados a las autoridades, velando por sus intereses. Fomentamos el desarrollo local, comprometidos con toda la comunidad.

## VISIÓN

Ser una institución referente para las empresas de la zona, con reconocimiento a nivel nacional por el trabajo en pos de la pequeña empresa y el fomento del asociativismo como elemento de crecimiento de la región. Ser referente de la comunidad como institución con responsabilidad social, involucrada en el quehacer de la sociedad toda.

*Aprobada por Comisión Directiva  
Junio 2010*



# EDITORIAL

AGOSTO 2023

*“Empieza por hacer lo necesario, luego haz lo posible y de pronto estarás logrando lo imposible” (San Francisco de Asís)*

En CCIFA seguimos trabajando. La continuidad de nuestro trabajo, con constancia y dedicación nos permite estar logrando varios objetivos. La construcción del segundo piso de CCIFA, para proporcionar nuevos servicios y hacer seguir creciendo nuestro Centro. Esto se puede hacer porque tenemos una institución sólida que crece constantemente, con un trabajo profesional de muchos años.

Seguimos creciendo en el Centro Comercial a Cielo Abierto, fuimos al Foro Iberoamericano de Centros Comerciales Abiertos en Rosario con la Cámara Nacional de Comercio, invitados por CAME (Confederación Argentina de Mediana Empresa) representando Uruguay y seguimos trabajando con eventos, promociones, todos los meses con novedades y realizando la coordinación público-privado con el Municipio de Atlántida e Intendencia.

A nivel gremial participando en conjunto con la CEC (Cámara Empresarial Canaria) y llegando a una nueva Ola de Encuestas para el Observatorio Económico de Canelones que se lanzará en este mes y estará en funcionamiento el Portal Laboral Canario, además de las capacitaciones que invertimos para brindar gratuitamente a nuestros socios, también estamos trabajando para obtener más información para las empresas, importante para la toma de decisiones, mejorar la gestión y también poder analizar los temas con datos objetivos, porque los números no mienten, debemos trabajar para que exista una mirada empresarial sobre ellos.

Esta es la propuesta de CCIFA caminar junto a nuestros socios por lo posible, siempre de puertas abiertas esperándolos para emprender.



CAMILO UHALDE  
Presidente CCIFA

En este número



## FORTALECIMIENTO DE EQUIPOS

Página 6



## CCIFA EN FORO DE CCA

Página 12



## PREMIOS DÍA DEL PADRE

Página 25



📍 Calle 11 e Interbalnearia, Barrio Jardín, Atlántida

☎ 4372 2375 - 4372 2531

✉ info@ccifa.com.uy

🌐 ccifa.com.uy



### AUTORIDADES CCIFA

Titulares

**CAMILO UHALDE** / Librería Martín Fierro

**MARIANA VIEIRA** / Atlántida Joyas

**MAURICIO MARTÍNEZ** / Inmobiliaria Maná

**MICHAEL CASTAÑO** / Red Tec

**JUAN CARLOS MASTROIANI** / Laser Tv

**ARIEL CURRAS** / The empire

**JIMENA NOGUEIRA** / JN Estilistas

Suplentes

**JOAQUÍN DE LEÓN** / Mercería El Altillo

**LETICIA GIANCE** / Barraca El Cine

**IKE FERNÁNDEZ** / Óptica Atlántida

**PEDRO ARMENDARIZ** / Dist. Armendariz

**LEONEL SOUTTO** / Super Rodi

**LEANDRO MELO** / Electricidad Melo

Comisión Fiscal

**ROGELIO CARBÓ** / Rotisería Cuchilla Alta

**RUTH BEVILACQUA** / Paradise

**SUSANA LÓPEZ** / Farmacia Las Toscas

Suplentes

**GUSTAVO LANZA** / Abitab Calle 11

**ALEJANDRO BOLOGNA** / Farmacia Bologna

**NICOLÁS ANDRADA** / Cerrajería Atlántida



# NÚMEROS AL DÍA

## Índice de precios al consumo (IPC)

Junio/2023 103.22

Variación -0,46

## Salario Mínimo Nacional (SMN)

Enero 2023 \$ 21.106

## Base de prestaciones y contribuciones

Enero 2023 \$ 5.660

## Ajuste por inflación

Junio 2023 - IPC 5.98 %

Variación IPC 36m Jun 2023 24.32 %

## Unidad indexada (UI)

21/07/2023 \$ 5,8091

## Desempleo

Mayo 2023 8,70 %

## Unidad reajutable (UR)

Julio 2023 \$ 1.597,15

## Unidad reajutable de alquileres

Junio 2023 \$ 1.593,34

# ¿SABÍAS QUE...?

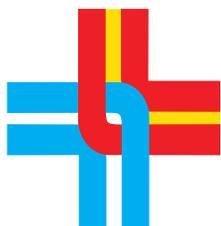
→ Se debe tener presente para aquellas empresas que ya se encuentran facturando en E- Factura, que, si por algún motivo deben recurrir a facturar en facturas manuales de Contingencia, las mismas deben ser subidas al sistema de facturas ni bien se restablezca el servicio de facturación. Por consultas no dudes en llamarnos.

→ Al ingresar empleados en tu empresa es obligación contratar el seguro de accidentes laborales ante el BSE.

→ Si modificas el domicilio comercial de tu empresa, debes tener en cuenta de realizar las comunicaciones ante BPS y DGI, así como en factura electrónica, la no comunicación en tiempo y forma es pasible de multas, comunícate con CCIFA que te asesoramos.

→ Las empresas que no superen las 750.000 unidades indexadas; las empresas amparadas al Literal E y los monotributistas pueden acceder a beneficios fiscales al contratar un software de factura electrónica, comunícate con CCIFA que te asesoramos o con tu proveedor de factura electrónica.





# JUNTOS

## TODO ES MAS SIMPLE

DISFRUTA DEL CONVENIO QUE LA ESPAÑOLA Y CCIFA  
(CENTRO COMERCIAL, INDUSTRIAL Y FOMENTO DE ATLANTIDA)  
CREARON PARA FUNCIONARIOS, SOCIOS Y FAMILIARES

### BENEFICIOS GENERALES

- Órdenes para medicina general **GRATIS**
- 6 órdenes especialista **GRATIS**
- 6 órdenes ginecólogo **GRATIS**
- 6 órdenes urólogo **GRATIS**
- 6 órdenes médico de radio **BONIFICADAS**
- 6 órdenes odontológicas **GRATIS**
- 2 órdenes de emergencia en central o urgencia en sede **GRATIS**
- 2 órdenes de urgencia a domicilio **GRATIS**
- 12 tiques de medicamentos **BONIFICADOS**
- Emergencia odontológica sin límite **GRATIS**
- 6 RX **BONIFICADOS**
- 6 análisis de orina **BONIFICADOS**
- 6 análisis de laboratorio **BONIFICADOS**
- 1 carné de salud laboral cada 2 años **GRATIS**
- 1 mamografía cada 2 años (entre 50 a 69 años de edad) **GRATIS**

### ADEMÁS

- Beneficios especiales para niños, adolescentes y jóvenes de 0 a 30 años.
- **Beneficios para embarazadas:**
- Analgesia para el parto **GRATIS**
- Ecografía 3D y 4D **50% BONIFICADAS** con DVD de obsequio
- Talleres de preparación para la maternidad/paternidad **GRATIS**
- 1 ecografía obstétrica común por trimestre **GRATIS**



INFORMES Y AFILIACIONES  
**0800 1853 - 1920 1234**



**ASOCIACION  
ESPAÑOLA**



**1920-1234**

[www.asesp.com.uy](http://www.asesp.com.uy)

Ejecutivo de venta:  
Alejandra Chirico. Cel.: 095 468 278  
[achirico@asesp.com.uy](mailto:achirico@asesp.com.uy)

# CHARLA

## Productos para Empresas

Presentación de CuentaPYME  
y todos sus beneficios:

- Cuenta sin costo.
- Acceso a eBROU Empresa gratis.
- Tarjeta de Débito.
- Crédito Express en 48hs a sola firma.
- Tarjeta de Crédito y Prepaga Corporativa.
- POS sin costo de alquiler por 6 meses.

 06.09.2023

 13:30H

 Salón de Eventos CCIFA - Atlántida

**¡Los esperamos!**

## CALENDARIO DE TALLERES

# 2023



### FORTALECIMIENTO DE EQUIPOS

INICIO FIN MARTES Y JUEVES  
**22/08** 7/9 19 a 22h

FACILITADOR  
**DANIEL CORSINO**

### IMAGEN DE LA EMPRESA

INICIO FIN MARTES Y JUEVES  
**17/10** 31/10 19 a 22h

FACILITADOR  
**JAVIER FARÍAS**

### DISEÑO DE VIDRIERA Y LAYOUT

INICIO FIN MARTES Y JUEVES  
**19/09** 5/10 19 a 22h

FACILITADOR  
**JUAN PABLO FRANZETTI**

### BUENAS PRÁCTICAS EN ATENCIÓN AL CLIENTE

INICIO FIN MARTES Y JUEVES  
**14/11** 28/11 19 a 22h

FACILITADOR  
**MARCELO MACHADO**



## ESPECIALIDADES

Medicina General - Pediatría - Ginecología - Cirugía General - Cardiología -  
Dermatología - Diabetología - Endocrinología - Gastroenterología -  
Nutricionista - Otorrinolaringología - Psicología - Psiquiatría - Reumatología -  
Traumatología - Urología.

## OTROS SERVICIOS

Servicio de urgencia pediátrica - Farmacia - Extracción de muestras para  
exámenes de laboratorio - Servicio de enfermería - Ambulancia en policlínica -  
Podología para pie diabético - Examen para libreta de conducir.

### **Coordinación de:**

- Consultas médicas para todas las dependencias - Análisis de laboratorio -  
Estudios de imagenología - Estudios cardiológicos y demás técnicas de  
diagnóstico.

### **Coordinación a domicilio de:**

- Curaciones - Inyectables - Nebulizaciones - Oxígeno.



**ASOCIACION  
ESPAÑOLA**

Policlínica Atlántida  
Rambla Costanera  
y Gral. Artigas



**1920-4900**  
[www.asesp.com.uy](http://www.asesp.com.uy)

CRÓNICAS DE ATLÁNTIDA

# UNA TRADICIÓN QUE SE MANTIENE LAS HOGUERAS DE SAN JUAN



*"Aserrín, aserrán,  
los maderos de San Juan,  
piden pan, no les dan,  
piden queso, les dan hueso  
piden vino, si les dan  
se marean y se van ..."*

Por Wilson Mesa



La noche del 24 de junio, en Atlántida se vivió un acontecimiento que trae consigo reminiscencias de tiempos pasados y de tradiciones algo olvidadas.

Se celebró la “Noche de San Juan” en pleno centro del Balneario, con hogueras, con vino caliente especiado y con un espectáculo musical agregado para darle más “calor” a una noche naturalmente fría, como son las de esta época del año.

Y se quemaron en la hoguera las famosas “cédulas de San Juan”, papelitos en los que cada persona escribe sus deseos y los tira al fuego como parte del ritual de esta fiesta, que tiene antiguos orígenes, como ya se sabe.

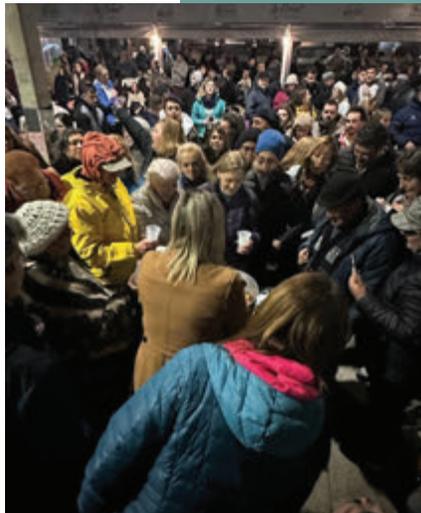
## EL ORIGEN

Cuando el hombre descubrió el fuego la humanidad entera dio un salto en su evolución. Tal vez por eso las hogueras siempre tuvieron el efecto de traer recuerdos ancestrales; y si además son en la noche, el atractivo que producen es casi hipnótico, de magia, de encantamiento. Es así que los pueblos antiguos siempre tuvieron al fuego como centro de sus festividades y de sus rituales. Fue utilizado para cocinar, o como un arma de guerra temible, o para exorcizar sus miedos y celebrar sus conquistas. Siempre el fuego como centro de la vida humana en cualquier lugar de la Tierra y en cualquier momento de la historia de los pueblos. ¡Miren si tendrá significado encender un fueguito, una fogata, una hoguera! Su valor viene del fondo de los tiempos.

Pensaba en todo esto cuando se realizaron aquí, “las Hogueras de San Juan”. En este caso no hay que profundizar mucho para darse cuenta que se trata de una tradición que trajeron nuestros antepasados en los barcos, junto con sus pocas pertenencias y su esperanza de un futuro mejor. Antepasados que venían de distintos países de Europa: españoles, italianos, portugueses, ingleses, suizos, franceses, rusos, polacos, etc. Con la diferencia de que, al estar en distinto hemisferio, lo que allá era el comienzo del verano aquí fue el crudo invierno del sur de América. Pero se adaptaron esas costumbres y el fuego de las hogueras siguió siendo el centro de esta festividad.

## ¿CELEBRACIÓN PAGANA O RELIGIOSA?

Imposible ignorar el contenido religioso de esta celebración popular. El nombre ya lo está marcando y la fecha también, porque se refieren al nacimiento de “San Juan”, llamado “el Bautista” porque -según los relatos bíblicos- fue quien bautizó a Jesucristo en el río Jordán.



Algo caliente atrae - Foto Municipio



Bailes grupales - Foto Municipio

Siempre siguiendo tales relatos, fue un 24 de junio cuando, Zacarías, el padre de San Juan, anunciaba el nacimiento de su hijo encendiendo una gran hoguera, ya que había sido un milagro. Porque la madre de San Juan era muy anciana y sin embargo, dados sus deseos de ser madre, el ángel Gabriel le anunció a Zacarías que tendrían un hijo. Así, San Juan se ha convertido en el único santo del que se celebra su nacimiento.

Pero no nos quedemos solamente con esta versión. Porque hay autores que afirman que mucho antes de la tradición religiosa estaban los festivales de los pueblos celtas, que se celebraban durante el Solsticio de verano (el 20 o 21 de junio) rindiendo culto al Sol, encendiendo hogueras para dar la bienvenida al buen tiempo y pedirle al Sol que no abandonara el cielo. También se pedía ahuyentar malos presagios y atraer la fertilidad a la tierra.

Se verá que en esas festividades había un gran protagonista, que era el fuego, porque los antiguos creían que ese elemento -el fuego- tenía poder purificador y servía para protegerse de los “malos espíritus”.

Después, la Iglesia Católica aprovechó y adaptó estas fiestas paganas –como sucedió con muchas otras- a su calendario cristiano de celebraciones y así nació la “Noche de San Juan”, cerca del Solsticio y al mismo tiempo del nacimiento de “el Bautista”. Pero siempre mantuvieron el carácter popular, celebrándose fuera de los templos y de los sitios de culto. Con hogueras a cielo abierto; con bailes y canciones festivas.

Eso sí, hay que tener en cuenta que, tanto fuera pagano o religioso el origen de esta celebración, se refería al hemisferio norte. Aquí, en el sur los europeos se encontraron con el comienzo del invierno y la menor presencia del sol en el año. Sin embargo, como las tradiciones culturales que se traían eran tan fuertes, las mismas se adaptaron a las nuevas condiciones geográficas y fueron un motivo más para recordar lejanas tierras.

### EN EL URUGUAY

En el siglo pasado fueron muy populares las “Hogueras de San Juan” en todos los caseríos, pueblos, villas y ciudades de nuestro país.

Los fuegos se podían apreciar desde mucha distancia y cuentan las abuelas y abuelos que “las cédulas de San Juan” en sus peticiones contenían temas tan variados como soñar con amores; alejar enemigos; pedir buena fortuna o ahuyentar “malos espíritus”. Pero, sobre todo servían para sentirse parte de una comunidad y para celebrar cosas en grupo. Se saltaban las hogueras, se tomaba vino caliente, pero también chocolate; se comía lo que cada familia sacaba a la calle, se cantaba y se bailaba.

Después parecieron olvidarse un poco esas viejas costumbres, tal vez sustituidas por otras nuevas. La modernidad trae muchos cambios en la cultura de los pueblos.

### CONCLUSIÓN

Por eso es de destacar este renacimiento de la “Noche de San Juan” –que ya lleva dos años- aquí en Atlántida. Por supuesto que nadie ignora que hay una finalidad comercial detrás y de posible valor turístico también, si se consolida como una atracción anual, fuera de la temporada veraniega. Todo suma.



© Disfrutando el show - Foto Omar Porta



© En lugar de hogueras, quemadores - Foto Municipio



© La Fiesta de San Juan - Óleo de Jules Breton -1875

Es muy importante que el Centro Comercial haya tenido esta iniciativa y encontrara el apoyo de los comercios del “microcentro”, de las autoridades municipales y de otras instituciones como la Liga de Fomento de Atlántida (LIFA) y la Asociación Turística de Canelones (ATC). Pero también es fundamental el acercamiento de la gente, de los celebrantes, porque la fiesta tiene en sus raíces un carácter popular y comunitario que es lo que le da fortaleza cultural y valor social.

¡Por muchas “Noches de San Juan” entonces, para celebrar la vida y atraer los “buenos espíritus” que todos necesitamos!

Imágenes – Fotografías extraídas de la web del Municipio de Atlántida. Una de Omar Porta. Acápíte – Fragmento de una canción infantil muy popular en España.



Las cédulas al fuego - Foto Municipio



Vista del público en la Plaza Artigas - Foto Municipio



La hoguera como centro - Foto Municipio



Celebración del fuego - Foto Municipio



Todas las edades integradas - Foto Municipio



Sirviendo el vino especiado - Foto Municipio

# CCIFA EN FORO IBEROAMERICANO DE CENTROS COMERCIALES ABIERTOS

Por: Arq. Leonardo Gómez Sena



**E**l pasado 28 de Junio una delegación de CCIFA Integrada por Camilo Uhalde, Gaston Bardanca y Arq. Leonardo Gomez, concurrió al Foro Iberoamericano de Centros Comerciales Abiertos, evento convocado por la Confederación Argentina de la Mediana Empresa (CAME) con el objetivo de compartir buenas prácticas y experiencias llevadas a cabo en materia de desarrollo de proyectos de Centros Comerciales Abiertos (CCA). El evento contó con la participación de referentes de experiencias importantes desarrolladas en centros comerciales en ciudades de España y Argentina, y tomando como ejes principales la Evolución y tendencias en el desarrollo de CCA, Experiencias de modelos sostenibles de desarrollo de CCA, Experiencias nacionales e internacionales de gestión comercial de CCA, Contexto

económico del comercio minorista en la actualidad, Tecnologías digitales aplicables a la gestión de CCA y Políticas públicas para el desarrollo de CCA.

El conjunto de presentaciones permitió obtener un muy rico panorama de las particularidades, aprendizajes y ejes de trabajo de estas distintas experiencias, y también las puntos de partida y fundamentos comunes que las orientan.

Entre esos aspectos compartidos en las distintas presentaciones, se encuentran la necesidad de continuar fomentando y difundiendo, las contribuciones que realiza el comercio de ciudad a la actividad económica, al atractivo y vitalidad de las ciudades y a las condiciones de amigabilidad y seguridad de los espacios públicos. En ese sentido en el conjunto de planteos se enfatizó la necesidad de promoción y dinamización de estas

áreas urbanas comerciales, mediante el involucramiento y asociatividad de los comercios en su manejo y gestión, la calificación del espacio público, la gestión de la movilidad y accesibilidad, políticas de modernización de Pymes, aplicación de tecnologías digitales, y el compromiso (y aporte material) de las instituciones públicas y los gobiernos locales.

Entre las exposiciones realizadas se destaca particularmente la presentación de David Alameda, director de comercio del Ayuntamiento de Santander (España), quien desarrolló la experiencia de gestión de Centro Comercial Abierto en la propia ciudad de Santander.

En su presentación David Alameda profundizó en los contenidos del Plan Director de Comercio de Santander, elaborado para fomentar y dinamizar el consumo, el urbanismo comercial, la Modernización tecnológica y las



políticas de seguimiento y monitoreo de la actividad comercial. Entre los principales ejes de trabajo implementados se mencionan (por su relevancia profesionalidad e innovación) las acciones acciones: Transformación digital (creación de dispositivos de seguimiento y afluencia de zonas comerciales, ayudas a creación y mantenimiento web, asesoramiento técnico para transformación digital), seguimiento y monitorización de la actividad comercial (observatorio e informe anual de evolución del comercio, gestión inteligente de la actividad comercial, encuesta anual de comerciantes y consumidores, creación de espacios

colaborativos público privados), renovación de los espacios comerciales (renovación urbana de calles comerciales, accesibilidad y movilidad, ayudas a la renovación estética exterior de comercios, ayuda a apertura de nuevos negocios en calles con locales vacíos). Otras exposiciones enfatizaron en esta necesidad de desarrollar ideas innovadoras y dar nuevos pasos en la gestión de Centros Comerciales a Cielo Abierto, fortaleciendo el desarrollo de herramientas digitales (contratación de técnicos TIC, apoyo para desarrollo de comercio on line, etc.), en la profesionalización de la gestión y gerenciamiento de las

áreas comerciales, en la promoción de acciones de animación comercial y en un mayor compromiso con los aspectos relacionadas a una transición ecológica (potenciación de la compra en proximidad, ahorro energético, gestión responsable de residuos, reciclaje, etc.) y en la Gestión innovadora del Territorio (estudio y análisis, urbanismo comercial, etc.). La participación en este Foro Iberoamericano de Centros Comerciales Abiertos, significó una instancia de enorme enriquecimiento para el desarrollo de la experiencia de Gestión de Centro Comercial a Cielo Abierto, que desde hace más de dos años viene llevándose adelante en el área del Microcentro de Atlántida, constituyendo asimismo una confirmación de las líneas de trabajo y las acciones impulsadas. Convocamos entonces a todos los comercios del Microcentro de Atlántida a informarse y acercarse de las actividades planificadas para este año.

**FORO IBEROAMERICANO DE CCA**  
Experiencias de desarrollo y gestión de Centros Comerciales Abiertos

**Disertantes nacionales e internacionales**  
**Evolución, tendencias, tecnologías y políticas públicas para CCA**

**28 DE JUNIO**  
METROPOLITANO  
ROSARIO - SANTA FE

Inscríbete en  
[www.aer.org.ar](http://www.aer.org.ar)

Organizan:

Auspician:

Acompaña:

# CARTELERA INFORMATIVA

## Revocación opción AFAP

Las personas incorporadas al Régimen Mixto que optaron por la distribución especial de aportes entre el BPS y la AFAP, amparándose en el artículo 8 de la Ley 16.713, podrán dejar sin efecto esta opción por aplicación del artículo 2 de la Ley 19.162.

Realizada la revocación solo aportará a la AFAP los meses en que su salario supere el tope A: \$ 71.726 (1/2022).

### ¿Quiénes pueden hacerlo?

Las personas incorporadas al Régimen Mixto que cumplan simultáneamente las siguientes condiciones:

- Tener entre 40 y 49 años de edad.
- Que hayan optado por ampararse al art. 8 sin estar obligadas a hacerlo.
- Que no hayan obtenido una jubilación al amparo del Régimen Mixto.
- Aquellas personas que cumplan con estos requisitos y deseen revocar la opción del art. 8 deberán asesorarse previa y obligatoriamente en BPS.

### Consultas

Puede llamar al 1997 de 8:00 a 18:00 h.



## Vencimientos AGOSTO 2023

BSE	7
BPS Con Personal Dígito 0 al 4	15
BPS Con Personal Dígito 5 al 9	16
IPE (Iva Mínimo)	21
BPS Sin personal y Domésticos	21
DGI - CEDE	22
DGI - CODECO	28
DGI - Servicios Personales	-
FONASA - Servicios Personales	24

## Si de la declaración de IRPF surge un saldo a pagar, ¿cómo se efectúa el pago del saldo?

### Vencimientos para Pagos

Los contribuyentes del IRPF podrán efectuar el pago del saldo del ejercicio correspondiente al 31 de diciembre de 2022 en 5 cuotas iguales de acuerdo al siguiente cuadro de vencimientos:

1 era. cuota	29/08/2023
<b>2 da. cuota</b>	<b>29/09/2023</b>
3 era. cuota	30/10/2023
4 ta. cuota	29/11/2023
5 ta. cuota	29/12/2023

## ¿En qué consiste el asesoramiento revocación art. 8 AFAP ?

Consiste en realizar una simulación de la futura jubilación a partir de la información que aporte el trabajador, el BPS y la AFAP. Se informará cómo se determinan las prestaciones del régimen de ahorro individual (AFAP) y los efectos de la revocación del art. 8 Ley 19.162 para facilitar la decisión del trabajador.

### A quién corresponde

Personas entre 40 y 49 años de edad, que hayan optado por ampararse al art. 8 y no cuenten con jubilación al amparo del Régimen Mixto.

### Requisitos

Deberá presentarse el titular con cédula de identidad vigente y en buen estado. Es conveniente que concurra con los siguientes datos:

- Edad de inicio de su primera actividad laboral.
- Años de trabajo a la fecha.
- Años de trabajo en actividades con servicio bonificado.
- Sueldo actual (incluido remuneraciones variables).

### Plazos para la revocación

Noventa días desde la fecha de realizado el asesoramiento.

### Modalidad y lugar donde se realiza el trámite

Presencial

## Calendario Cambio Prestador de Salud

### Período de apertura de movilidad regulada

Podrán cambiarse quienes cuenten con al menos dos años de antigüedad en el mismo prestador de salud al 31 de diciembre del año anterior. También las personas que, hasta esa fecha, hayan sido incluidas de oficio en ASSE. Es condición tener cobertura de salud al momento de realizar el cambio.

Para solicitarlo, deberán concurrir al nuevo prestador de salud elegido con cédula de identidad vigente y en buen estado, en el mes en que corresponda, según el dígito verificador de la cédula de identidad.

MES	DÍGITO VERIFICADOR (CI)
AGOSTO	8

# 25 años

Tel.: 098586411- 08008227  
e-mail: enacomuruguay@gmail.com



# enacom

Enfermería y Acompañantes



**SEVPURUGUAY.COM.UY**  
Teléfono 43768814 - Whatsapp 097218972  
sevp@sevp.com.uy - www.sevpuruguay.com.uy  
FB @sevpuruguay - IG @sevpalarmas



Telefax, (00598) 4372 2414 - 4372 1728  
info@hotelargentina.com.uy  
www.hotelargentina.com.uy  
Calle 11 y 24 - Atlántida



**KROSER**  
Un mundo de soluciones

**BARRACA** **FERRETERIA**

**SAN LUIS**  
Ruta Interbalnearia km. 62.500  
Tel. 43782050/2540 - 093950927  
barracassanluis@gmail.com

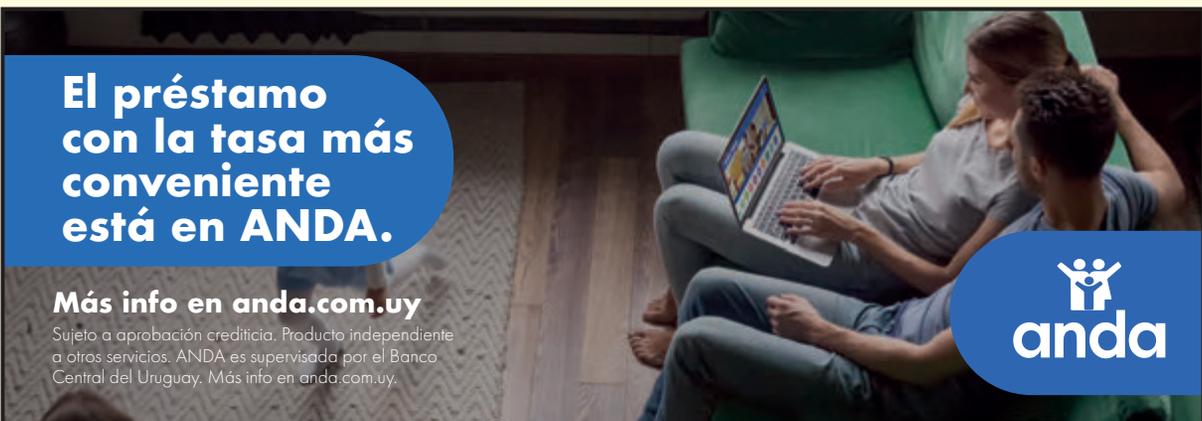
**PARQUE DEL PLATA**  
Ruta Interbalnearia km. 49.500  
Tel. 43755048/4344 - 0930569037

**CUCHILLA ALTA**  
Avda. Agustín Pons y Paysandú  
Tel. 43798136/7674 - 095870485



**The Empire SRL**  
Perú s/n s15 m6  
Shangrila, Canelones

Cel:  
099122280  
099938738



**El préstamo con la tasa más conveniente está en ANDA.**

Más info en [anda.com.uy](http://anda.com.uy)  
Sujeto a aprobación crediticia. Producto independiente a otros servicios. ANDA es supervisada por el Banco Central del Uruguay. Más info en [anda.com.uy](http://anda.com.uy).





**SANITARIA / CERÁMICAS**  
**ELECTRICIDAD / GRIFERÍAS**  
**MUEBLES / ABERTURAS**  
**HERRAMIENTAS**  
**JARDINERÍA**  
**ELECTRODOMÉSTICOS**  
**PINTURA**

**ENVIOS SIN CARGO al TEL. 437 39676 - 437 36160**



**LAVALLEJA y ORIBE - LA FLORESTA**



**OPTICA ATLANTIDA**

**AUDIOGRAMAS**  
 INCORPORAMOS AUDIFONOS DIGITALES

**REXTON**

ÓRDENES DE DISSE PARA AUDIFONOS Y ANTEOJOS | ASESÓRESE POR PRESTAMOS DE BPS PARA AUDIFONOS Y ANTEOJOS | TODAS LAS TARJETAS

CALLE 22 Y 11 | ATLÁNTIDA | 43723515

**Ferropark**  
 Ferreteria

Horario:  
 Lunes a Sábado de 8:30 a 18:30  
 Domingos de 9 a 13

TEL  
**43752515**

Av. Ferreira entre 8 y 9  
 Parque del Plata

**BAR - pizzería**  
**parrillada**

**Restaurante Carlitos**

Parque del Plata  
 Paraiso del mundo

Calle 9 y Mario Ferreira  
 Envios a domicilio  
 Tel: 43755419




**CERRAJERÍA ATLANTIDA**

Urgencias  
**099332400**  
**43720291**  
 Calle 11 casi 18



**SANTAPAULA**  
 TRADICIÓN EN PASTAS

**Santapaula.uy** | [www.santapaula.com.uy](http://www.santapaula.com.uy)

<p><b>Atlántida</b>        Roger Balet entre Gral. Artigas y Rep. de Chile        Tel: 4372 8456</p>	<p><b>La Floresta</b>        Av. Treinta y Tres y Muttoni        Tel: 4373 9674</p>	<p><b>Montevideo</b>        Av. Brasil y Ellauri        Tel: 2708 6000</p>
--	---	--

**Baipa**  
 Atlántida *Sanadería y Confitería*

CALLE ARTIGAS y 26 - Tel. 437 22016 - ATLÁNTIDA



**FARMACIA**  
**Las Toscas**  
de CARLOS RODRIGUEZ

PERFUMERÍA / REGALERÍA  
TOMA DE PRESIÓN  
EXAMEN GLICEMIA

Envíos sin cargo  
**4371 5367**  
**099619151**

Cobre con débito y crédito  
Av. Central esq. Mario Ferreira

Aceptamos tarjetas de débito y crédito



**PARADISE**  
SPA COMPLEJO TURÍSTICO  
ATLANTIDA URUGUAY

**Cabañas y aparts totalmente equipados**  
**Spa, Piscina Climatizada, Hidromasajes**

Rambla y Calle 10 - 437 21573  
[www.paradise.com.uy](http://www.paradise.com.uy)

**CERRAJERÍA**  
Gabriel Delisa



094 242 978

Av. Circunvalación y 11  
**ATLÁNTIDA**



**MARSELLA E HIJOS**  
CONGELADOS & BEBIDAS

Ruta 11 km 164,500 / Tel: 4372 7334 / 095 271 905 / Est. Atlántida  
ventas@marsellaehijos.com.uy / [www.marsellaehijos.com.uy](http://www.marsellaehijos.com.uy)  
Instagram: @marsellaehijos



**Rico y Sano**  
COMIDA VEGETARIANA  
ALIMENTACION SALUDABLE

Calle 11 esq. Calle 26, Atlántida  
092662672 - 43715585

[RYSARICOYSANO.COM](http://RYSARICOYSANO.COM)  RYSA RICO Y SANO

**20 años**  
**Calidad y confianza**  
*Demostrados en 20 años de experiencia.*



Esperamos su contacto  
4372 5290 - 094 879 283 - 094 244 305

[centinela.com.uy](http://centinela.com.uy) [natur.com.uy](http://natur.com.uy)



**Barraca LA VÍA**

**Astilla - Rolos - Leña monte - Tablas**  
**Tablones - Puntales - Bloques**  
**Ticholos - Arena - Piedra**

**095 066 906** **ENVÍOS SIN COSTO**  
Laurna y Canelones, Pando

**TRANSPORTE**  
**EL TIBURÓN**

TAXIS - SALUD - TURISMO - REMISES

4372 4040 / 096 72 4040  
taxiseltiburon@hotmail.com



*"La calidad al servicio del cliente las 24 horas"*  
*Gracias por preferirnos*



**Casa de Pesca**

**INFORMES / CARNADAS / ARTÍCULOS DE PESCA**

Tel: 4372 1990 - Cel: 094 309 935  
Las Toscas: Calle A entre Calle 10 y Ruta Interbalnearia  
 AI PIQUE casa de pesca  ai\_pique.casa.de.pesca

**SAV**  
SOCIEDAD DE ASISTENCIA VETERINARIA

Tel: 4372 0803  
**Urgencias: 099 370 704**

Av. Artigas entre 26 y 24  
Atlántida

**PANADERIA**

**La Perla**  
**437 83934**

18 de Julio e/Baltasar Brum  
e Interbalnearia  
SAN LUIS - CANELONES

**MORENO**  
ESTUDIO INMOBILIARIO  
DESDE 1970

Rambla del Arroyo esq. Calle D / Parque del Plata  
Telefax: 4375 5385 / 4375 2037  
Cel: 094 246 256 / 094 246 000  
estudiomoreno@adinet.com.uy / inmobiliariamoreno.com

**COCO MOTOS**  
DISTRIBUIDOR Y SERVICIO OFICIAL

BENELLI - YUMBO - KEEWAY  
HONDA - BACCIO - DIRTY  
BICICLETAS SCOTT - SPRO  
MOTOS Y BICIC. ELÉCTRICAS  
VENTA DE REPUESTOS

RUTA INTERBALNEARIA KM 49, 100 - PARQUE DEL PLATA  
☎ 4375 6285 - 4375 4944 📞 092 977 645  
📷 cocomotosuy www.cocomotos.com.uy

FARMACIA  
**BOLOGNA**

**4375 2068**  
ENVÍOS A DOMICILIO

Av. Argentina e/ G y H  
PARQUE DEL PLATA

ROTISERIA  
**ALKALA**

Ruta 11 km.165  
(pegado a la cancha  
de fútbol 5)  
Atlántida - Canelones

**Tel. 4372 1189**  
**Cel. 099 876 443**

Empresa  
**ATLANTIDA**  
SERVICIO FÚNEBRE

PREVISORA - CREMATORIO

Atlántida. Ruta 11 km. 165  
Tel. 4372 0122  
San Jacinto Tel. 4399 2070  
En Pando Tel. 2292 0427

AUTOSERVICE  
**MÓNACO**  
LAS TOSCAS  
CALLE C Y 5

**TEL. 4372 1650**

**VOLQUETAS**

**437 23990**  
**437 24718**

Calle 1 entre Ferreira y Rambla  
**LAS TOSCAS**

Vivero  
Atlántida

Ruta 11, Km 163  
Estación Atlántida  
Tel: 4372 0917  
Cel: 099 294 512  
viveroatlantida@hotmail.com

**ALEPA**

EXCAVACIONES  
NIVELADOS  
MOVIMIENTOS DE TIERRA  
AFINES

Achiras M.202 - Sol.10  
NEPTUNIA  
**TEL. 437 69187**  
**CEL. 094 188 513**

**HORTIFRUTICOLA  
HUERTA VIVA**



**ENTREGAS  
A DOMICILIO**

**SIN CARGO**

M. FERREIRA e/ D y E

Tel. 437 26721  
Cel. 095 151 361

**SERVICIOS  
MANRIQUE**



LAVADOS, GOMERIA, ENGRASES  
ACEITES, FILTROS, BALANCEOS  
RECAUCHUTAJES PARA CAMIONES

cel: 099983 113

**R. 11 Km. 165.800**

Frente al Country Club de Atlántida

**Autoservice  
"Lo de Lilo"**



**Envíos**  
**4378 4871**

Calle 2 y 8 - Santa Lucía del Este



**LASER T.V.**  
COMPRAS Y REPARACIONES CON SU MEJOR SERVICIO



CASA CENTRAL: Calle 22 entre Rep. Chile y 11.  
Tel: 437 2 31 05 / 2 16 19 / Fax: 437 2 16 27  
MUEBLERIA: Ruta interbalnearia km 48.100. Tel: 437 2 25 89.  
TECNO LASER: Calle 11 y 22 . Tel: 4372 2548.  
SALINAS: Ruta interbalnearia 38 km. Tel: 437 6 0000

4372 2547  
FONDCOMPRAS  
f/Lasertv  
WWW.LASERTV.COM.UY

**Facturación Electrónica**

Soluciones WIFI.

**Soporte Técnico Empresarial**

Reparación de PC y Notebook.

**Cámaras de Vigilancia**

Centrales Telefónicas IP.




Galería Portofino Local 13, Atlántida / Tel: 43716456

099372649



**Agente oficial  
y exclusivo**

**Más de 40 años  
de experiencia**

**BSE**  
AGENCIA ATLÁNTIDA

En Uruguay nadie te da  
más seguridad.

437 22783  
092 150 460

Calle 22 entre Artigas y calle 3



Su permanente compañía de seguridad  
ATLÁNTIDA FRENTE A TIENDA INGLESA

4372 7771 / 4373 7911  
www.scopiceseguridad.com

**GIANNATTASIO**  
ACADEMIA DE CHOFERES

**099121408**

giannattasio.com.uy

Categoría A y G2  
Ciudad de la Costa y osta de Oro

**FARMACOSTA**

PERFUMERÍA - COSMÉTICA  
REGALERÍA - PAÑALERA  
INSUMOS ORTOPÉDICOS

HORARIO:  
Lunes a Sábado 8 a 20 hs  
Domingo 9 a 14 hs

ENVÍOS A DOMICILIO

**4375 3180**

25 de Agosto esq. Gran Bretaña  
COSTA AZUL

**HPINTADO**  
**CAMIONES**

**TEL.: 437 25392 - 437 27446**  
**ATLANTIDA**

**ARIES**  
Servicio Integral  
de Mantenimiento

**096 111 214**

loliferrere@gmail.com  
robertobesares54@gmail.com

**Quinteros**  
TALLER  
CHAPA Y PINTURA

TALLER DE APOYO A:  
**BSE**  
TRABAJOS POR  
ASEGURADORAS PRIVADAS

Interbalnearia Km. 46.700  
Atlántida - Canelones  
Telefax: 4372 7021  
Cel. 093 900 012  
tallerquinteros@adinet.com.uy

**Melo**  
ALQUILAR INOLVIDABLE  
MANERA DE VIAJARI  
**RENT A CAR**  
MT N° 271

Tel. **4372 4456**  
**088 024 455**

R. INTERBALNEARIA  
KM. 46.200, AtlántidaCanelones  
(a pocos minutos del Aeropuerto)

melorentacar@hotmail.com  
www.melorentacar.com.uy

VISA

**LAPELERIA**

Calle 1 y Av. Mario Ferreira / Parque del Plata, Canelones  
Tel: 4372 4718 / Telefax: 4372 3990 / aguadura@adinet.com.uy

**SUAREZ & PRESA**

**GOMERIA  
ENGRASE  
LAVADO**

**Cel. 096 414 252**  
Interbalnearia y  
Av. Argentina. Pque. del Plata

SERVICIO FUNEBRE - PREVISORA  
**Empresa**  
interbalnearia  
*no deje que otras  
decidan por ud.*

Por experiencia, respeto  
seriedad y honestidad  
consúltenos

Adherida a CETI S.A.  
con servicios por PREVISIÓN S.A  
CAAMEPA, todas las cooperativas  
y mutualistas.

Ruta Interbalnearia KM. 46.500  
T. 437 24231

**PANADERIA  
y CONFITERIA**  
*Dani*

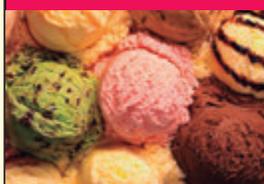


HORARIO DE VERANO  
8:30 a 14:00 y 16:00 a 21:30

R. Interballnearía km. 49,200

**Tel. 4375 3033**  
PARQUE DEL PLATA

**HELADERIA  
ATLANTIDA**



Ca. 1 y Ciudad de Montevideo  
ATLANTIDA

**Emilia  
Decoración**



**Decoración  
Integral**  
para el  
evento soñado  
de tu hijo/a

☎ 099734452  
@ emilia.decoración



**El Abuelo**  
Tienda de ropa  
y calzado

Más de 40 años de  
servicio y calidad

☎ 437237 10  
📍 Peatonal - Atlántida

**m**  
mistral

**R**  
RUSTY

**Allie.**  
Daniel Cassin.

**Brooksfield**  
Legacy



**LINCE S.R.L.**

**En tiempos  
inseguros  
hablemos de  
seguridad**

Para tu empresa:  
**LINCE SRL!!**

**Vigilancia física / Limpieza / Conserjería**  
Próx: Seguridad electrónica / Certificada bajo Normas de Calidad

4334 7542 / 095 264 475 / [www.lincesrl.com.uy](http://www.lincesrl.com.uy)

**Alquiler  
Salón para Eventos**



**CCIFA**

**Consultas** **info@ccifa.com.uy**

**Tel. 4372 2375**

**d p i** IMPRENTA AUTORIZADA  
CARTELERÍA

PROMO BOLETAS  
AUTOCOPIANTES !!!  
2 libretas \$ 1000  
4 libretas \$ 1700  
consulte más!!!

STICKERS - TARIETAS  
FOLLETOS - IMANES  
ALTO VOLUMEN IMPRESIÓN  
ENCUADERNACIONES.  
CARTELERÍA - VINILOS

☎ 095615721  **imprentadpi**

**Creá momentos de encuentro**



# EL CUERPO DEL DOLOR INDIVIDUAL Y COLECTIVO (PARTE 1)



Por Mabel Bemposta



**Continuamos transitando el camino de la armonía y del autoconocimiento de la mano del maestro Eckhart Tolle, tarea milenaria de nuestra especie.**

“Ninguna emoción negativa que no enfrentemos y reconozcamos por lo que es, puede realmente disolverse por completo. Deja tras de sí un rastro de dolor.

Para los niños en particular, las emociones negativas fuertes son demasiado abrumadoras, razón por la cual tienden a tratar de no sentirlas. A falta de un adulto completamente consciente que los guíe con amor y compasión para que puedan enfrentar la emoción directamente, la única alternativa que le queda al niño es no sentirla. Desafortunadamente, ese mecanismo de defensa de la infan-

cia suele permanecer hasta la edad adulta. La emoción sigue viva y, al no ser reconocida, se manifiesta indirectamente en forma de ansiedad, ira, reacciones violentas, tristeza y hasta en forma de enfermedad física. En algunos casos, interfiere con todas las relaciones íntimas y las sabotea. La mayoría de los psicoterapeutas han tenido pacientes que comienzan afirmando que su infancia fue completamente feliz y más adelante terminan diciendo todo lo contrario. Si bien esos son los casos más extremos, nadie pasa por la infancia sin sufrir dolor emocional. Aunque los dos progenitores hayan sido personas iluminadas, el niño crece en medio de un mundo principalmente inconsciente.

Todos los vestigios de dolor que dejan las emociones negativas fuerte

y que no se enfrentan y aceptan para luego dejarse atrás, terminan uniéndose para formar un campo de energía residente en las células mismas del cuerpo. Está constituido no solamente por el sufrimiento de la infancia, sino también por las emociones dolorosas que se añaden durante la adolescencia y durante la vida adulta, la mayoría de ellas creadas por la voz del ego. El dolor emocional es nuestro compañero inevitable cuando la base de nuestra vida es un sentido falso del ser.

Este campo de energía hecho de emociones viejas pero que continúan muy vivas en la mayoría de las personas, es el cuerpo del dolor.

Sin embargo, el cuerpo del dolor no es solamente individual. También participa del sufrimiento experimentado por un sinnúmero de seres humanos a lo largo de una historia de guerras tribales, esclavitud, rapacería, violaciones, torturas y otras formas de violencia. Ese sufrimiento permanece vivo en la psique colectiva de la humanidad y se acrecienta día tras día como podemos comprobarlo viendo los noticieros y observando el drama de las relaciones humanas. En el cuerpo colectivo del dolor seguramente está codificado el ADN de todos los seres humanos, aunque todavía no se haya podido demostrar.”

Hasta la próxima.

Feliz vida para todos.



# Flora Nativa

Para conocer, valorar, cuidar nuestro patrimonio natural y asegurar su permanencia en el futuro.



Por Grupo Myrsine:  
Maestra Mireya Bracco Irureta

**Herbáceas nativas con valor ornamental** para utilizar en nuestros jardines, plazas, espacios públicos

## Schlechtendalia luzulaefolia

Nombre vulgar: "Sol de oro" "Botón de Oro"

Familia: Asteraceae

Es una herbácea nativa, endémica en algunas zonas de Uruguay. Común en campos pedregosos, cerros, sierras y en la costa arenosa. En vías de extinción tanto por la pérdida de hábitat como por no utilizarla para embellecer nuestros jardines. Es un género monotípico, su única especie endémica de la región uruguayense. Su distribución está limitada a un reducido ámbito geográfico, no se encuentra en forma natural en ninguna otra parte del mundo.

Es una planta de follaje persistente, erecta, con raíces fasciculadas formando fuertes matas de hojas acintadas. Se encuentra en la lista de especies prioritarias de conservación del Uruguay, hay que otorgarle valor y tenerla en cuenta para nuestros espacios verdes, jardines, maceteros. Posee un gran valor ornamental.

Sus hojas de 30 a 50cm de largo, abundantes, lineales, con numerosas nervaduras longitudinales.



Sus flores son amarillas, vellosas, con corolas tubulosas, dispuestas en capítulos grandes, que salen de la punta de los tallos, en disposición corimbosa, varias desde el mismo lugar. Florece en primavera.

Nativa de Uruguay, crece en el sur de Brasil y en Argentina.

La siembra de sus semillas debe ser superficial, en sustrato húmedo, con exposición a la luz. Las semillas apenas deben ser cubiertas con arena o sustrato liviano. Riego con lluvia fina. La época de siembra a suelo directo va desde otoño hasta fin de primavera.



## Sorteo “Mes del Padre” en el Microcentro

# ESA LINDA COSTUMBRE DE PREMIAR

Gracias a un esfuerzo conjunto de nuestra institución y los comercios del Microcentro de Atlántida, se desarrolló durante la primera quincena de julio la promoción “Mes del Padre”, que finalizó el miércoles 19 con un sorteo que repartió más de treinta mil Pesos en premios a tres ganadores.

Continuando la línea de acción que se había desarrollado en el mes de la madre, los comercios trabajaron de forma coordinada, sumando nuevas adhesiones y mejorando la respuesta del público, evidenciada en los miles de cupones participantes.

El sorteo, desarrollado en el salón social del CCIFA con la presencia de directivos, socios y funcionarios de nuestra institución, fue transmitido por Atlántida FM 89.9 a través del programa Destino Costa de Oro Radio y está disponible en formato audiovisual en redes sociales.

Estas acciones apuntan a fortalecer la relación entre los comercios de la zona con sus clientes, promover una excelente experiencia de compras a cielo abierto y difundir una realidad evidente: “Comprando acá, ganamos todos”.

### Grandes premios

El sorteo contó con decenas de productos, servicios y vales de compra de los más diversos tipos, conformando tres paquetes de premios muy atractivos. Ello fue posible gracias a la participación de los siguientes comercios: Óptica Florida, Droguería La Costa, Red Tec, Atlántida Joyas, 22 Bar, Ríssta Empanadas, Solcito de Abril, La Herboristería, Tienda el Abuelo, La Fontaine, Don Vito, Mburucuyá, Librería Martín Fierro, Láser TV, Optica de la Costa, Xinigual, Capitán Jack, Heladería Atlántida, Wapas y Bárbaros, Tentaciones, Fittwork Gym, QuitaPenas, Sassari, La Birra, Zenit-Viceversa y La Habana.

### Los ganadores

Primer premio: Alicia Duvremil  
Local de compra: La Fontaine

Segundo premio: Nevio Folgar  
Local de compra: Optica de la Costa

Tercer premio: Paula Leite  
Local de compra: La Fontaine



Disfrutando de las aves en sus ambientes naturales

# Paloma antártica

*Chionis albus*

Esta “paloma” en realidad es un ave playera de 36 cm de longitud. Su similitud en apariencia y forma de caminar puede dar lugar a confusión, pero algunas características permiten identificarla con facilidad: es completamente blanca, con la cara desnuda y coloración rosada debajo de los ojos; el pico es robusto con base amarilla y punta gris.

Está presente en la Antártida, islas subantárticas, Argentina y Uruguay. Es un ave migratoria, a nuestro país se acerca en otoño-invierno. Si bien es poco común, podemos verla especialmente en las islas de Flores, de las Gaviotas, de Lobos, faro de Punta Carretas, La Paloma entre otros lugares. Es más fácil encontrarla luego de las tormentas porque algunos individuos suelen acercarse a la costa.

Es solitaria o puede formar pequeños grupos. Muy confiada, se acerca a los humanos y camina buscando alimento. Consume carroña, moluscos, placentas que encuentra en sitios de cría de otros animales, huevos y crustáceos. Vuela con aleteos rígidos y rara vez se posa en el agua, pero sí lo hace en embarcaciones.

Es una especie monógama. La nidificación ocurre en primavera, en la Antártida y en islas del Atlántico Sur. El nido es una plataforma redonda rodeada de piedras, cáscaras de huevo o maderas que ubica entre las rocas. Pone 2 o 3 huevos que incuba durante aproximadamente un mes.

Fuentes consultadas:

- eBird (2023). eBird Basic Dataset. Cornell Lab of Ornithology, Ithaca, New York.
- Rocha, G. (2021): Guía completa para conocer Aves del Uruguay. Ediciones de la Banda Oriental. Montevideo.



© Claudia Sosa Lestido



© Claudia Sosa Lestido



© Gustavo Fernández Pin



Les presentamos ATLÁNTIDA CANTA un certamen de canto que da posibilidad de mostrar su talento a todos los habitantes de CANELONES ya que es un concurso pensado para todas aquellas personas que viven en el Departamento.

El evento se realizará en la ciudad de ATLÁNTIDA en el emblemático edificio del COUNTRY DE ATLÁNTIDA y será parte de los festejos de los 75 años de la LIFA. Se realizará entre los meses de Setiembre y Octubre en 2 instancias separadas, una primera CLASIFICATORIA y una segunda instancia que será la Final.

La convocatoria cerró el 10 de Julio y ha sido de gran alegría para los organizadores haber recibido DECENAS DE VIDEOS ASPIRANTES de los más diversos rincones del Departamento. El nivel de los Aspirantes ha sido muy alto y se hizo una selección de 20 que serán finalmente quienes participen del certamen. Esta experiencia busca Fomentar, Valorar, Impulsar y Desarrollar todos aquellos talentos locales que por diferentes motivos no encuentran un lugar para mostrarse y de esta manera estimular el Arte pero por sobre todas las cosas la CULTURA, buscando identificación con las voces que nos representen.

La información y desarrollo del mismo estará dada a través de nuestras redes atlántida\_canta INSTAGRAM [cositakultural\\_productora](#) Instagram

cositakultural  
PRODUCTORY

LIFA 75  
LIGA DE FOMENTO DE  
ATLÁNTIDA



CABLEPLUS+



CAMBIO  
CAMBILEX

**Pague sus facturas en un solo lugar,  
el de siempre**

Lunes a Sábados  
De 8:30 a 20:00 hs

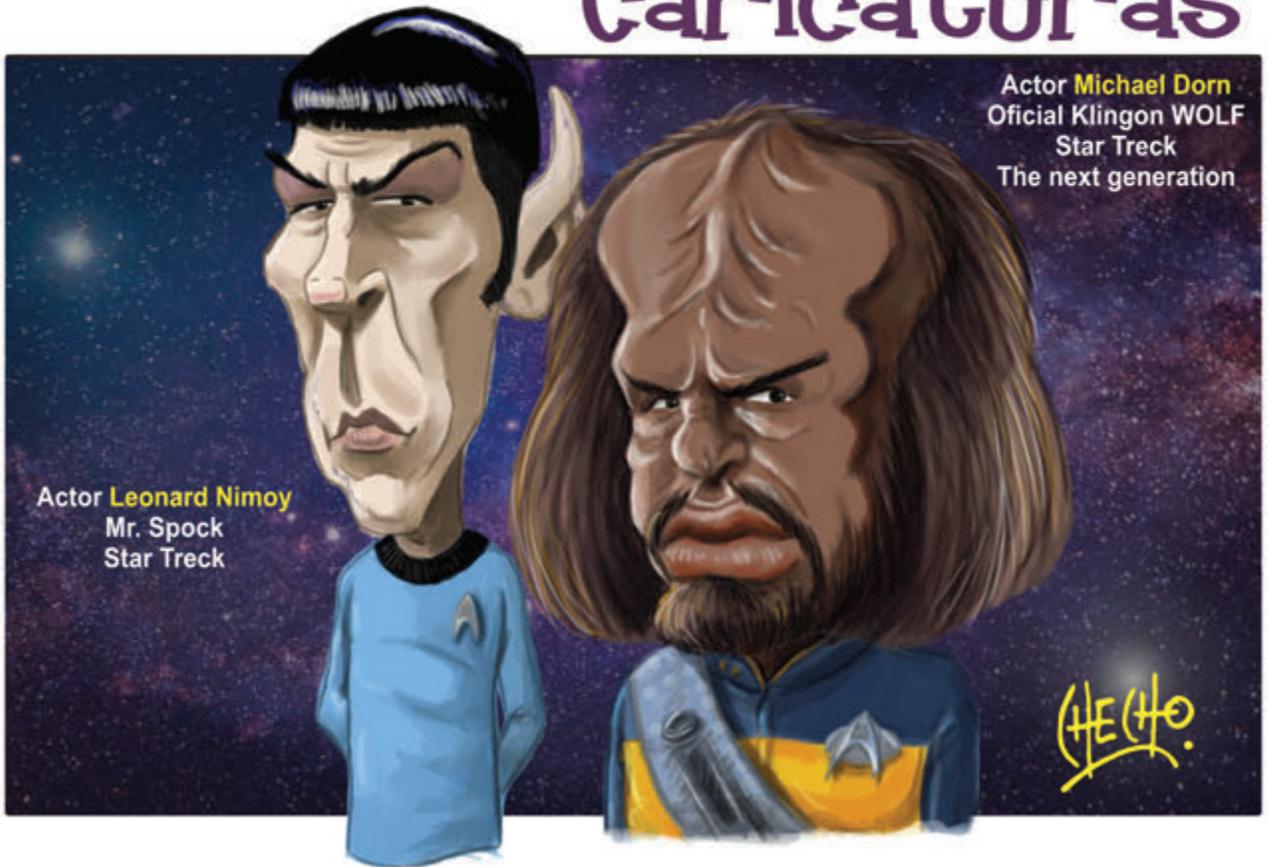
Calle 11 y 24 - Atlántida  
Tels: 4372 2109 - 4372 1484

AGENCIA DE  
QUINIELAS 5

LOTERIA  
URUGUAYA



# Caricaturas



## Mateo X CHECHO



## ★ CARICATURAS ★ en vivo!

CARICATURAS  
cartoons

Sábados y Domingos  
de 12 a 19 hs  
El Águila  
Villa Argentina



Te espero!





**SACÁ CUENTAS** SER SOCIO DEL CCIFA ES BUENA IDEA



**MATRÍCULA FREE**



**10% DESCUENTO**



**40% DESCUENTO**



**20% DESCUENTO**



**DESCUENTOS EN CURSOS Y CARRERAS UNIVERSIDAD ORT**



**10% DESCUENTO SEVP SEGURIDAD**



**15% DESCUENTO SCÓPICE SEGURIDAD**



**5% DESCUENTO IMPRESORA CAPPI**



**DESCUENTOS EN TASAS Y REQUISITOS REPÚBLICA MICROFINANZAS**

**ESCRIBANOS Y ABOGADOS**

**DESCUENTOS EN ASESORAMIENTO**



**DESCUENTOS TRÁMITES, PROYECTOS Y ASESORÍA**

*Martino's*  
Servicio integral de catering

**10% DESCUENTO MARTINO'S CATERING**



**15% DESCUENTO PARQUE DE VACACIONES UTE Y ANTEL**



**PAGÁS EL PRECIO MAS BAJO**



**DESCUENTOS Y ÓRDENES SIN COSTO**



**15% DESCUENTO COLEGIO ROSARINOS**



**10% DESCUENTO LIBRERÍA MARTÍN FIERRO**



**10% DESCUENTO**



**25% DESCUENTO**



**10% DESCUENTO EN REPARACIONES**



**5% DESCUENTO**



**DESCUENTOS ESPECIALES**



**10% DESCUENTO**



**TARIFAS PREFERENCIALES**



**RED TEC Soluciones Informáticas 10% DESCUENTO Software Facturación Electrónica**

Además contás con nuestro Salón Social para eventos empresariales o familiares, y el mejor asesoramiento con profesionales de primer nivel, con un equipo serio y responsable que te acompañará en tu emprendimiento. Consultáanos!

# DANIEL SANTESTEVEAN

INMOBILIARIA SANTESTEVEAN



Por **Andrés De Mello**

**“ELIGE UN TRABAJO  
QUE TE GUSTE Y  
NO TENDRÁS QUE  
TRABAJAR NI UN DÍA  
DE TU VIDA”  
CONFUCIO**

**ELEGIR ESTAR EN EL RUBRO  
INMOBILIARIO ES PARA EL  
SR. DANIEL SANTESTEVEAN  
UNA PASIÓN, POR ENDE, ES  
UN EXCELENTE EJEMPLO  
DE LAS PALABRAS DE  
CONFUCIO. CUANDO SE  
TRATA DE INMUEBLES,  
NO SÓLO SE TRATA DE  
ESPACIOS FÍSICOS SINO  
TAMBIÉN DE FUTUROS  
HOGARES, DE LUGARES CON  
HISTORIA O DE NUEVOS  
ESPACIOS QUE SERÁN  
TESTIGOS DE INFINIDAD  
DE ACONTECIMIENTOS.  
ADELANTE CON LA  
ENTREVISTA DE ESTA  
EDICIÓN.**

## **A: ¿Cuándo abre sus puertas Inmobiliaria Santestevan?**

DS: En 1997 se le da inicio a la empresa, comenzamos en Lomas de Solymar y desde hace 6 años nos instalamos en Solymar, pegado al local de una mutualista. Es una zona mucho más comercial que la anterior, por más que sea sobre la misma Avenida Giannattasio; a la altura del Km 26 mucha gente no ubicaba el local, dado que el movimiento es diferente. El conocimiento de cada rincón de Ciudad de la Costa, me cautivó, no solo para instalar la empresa si no para que fuera mi hogar permanente junto a mi familia. Mis padres cuando tenía 10 años compraron una casa de veraneo frente al club, en esa época había muy pocas construcciones. Nos gustaba venir los fines de semana, por más que escaseaban los servicios, lo cual nos hacía traer los comestibles y diferentes artículos desde Montevideo. Años tras años, aumentamos los días, nos quedamos en vacaciones, recuerdo que en semana de turismo se hacían olimpiadas en el club de enfrente. Lo consideraba muy atractivo, ya que había diferentes canchas, como de fútbol en arena, voleibol, bochas y se competía en salto alto, largo, carrera de embolsados, naipes, juego de mesa.

## **A: ¿Por qué eliges el rubro inmobiliario?**

DS: Al conocer estas zonas en las que venía de veraneo y vacacionaba desde chico, y al independizarme de mis padres, viví en otras como, el Pinar, Lomas y Parque de Solymar. Esto hizo que fuera testigo del gran crecimiento demográfico de Ciudad de la Costa, lo que me impulsó a iniciarme en el rubro inmobiliario.



## **A: ¿A qué te dedicabas antes?**

DS: Mi primer trabajo fue en administración en supermercado Disco del Uruguay, que llevaba contabilidad de muchas otras cadenas de supermercados. Luego trabajé con mi padre que recibía por mayor fruta y verdura de Salto y Bella Unión. Se seleccionaba por calidad y se vendía a almaceneros y pequeños supermercados. En Disco SA recuerdo con alegría, me dejaban ir a practicar a El Tanque Sisley, después recuperaba horas, quedándome hasta más tarde y yendo los días sábados. Con el tiempo empecé a organizar torneos de fútbol de salón (no existía aún el fútbol 5), en los últimos 10 torneos, llegaron a participar entre 40 y 72 equipos. Se podían inscribir equipos de clubes de barrio, empresas, grupos de amigos. Se llamaban “Torneo amistad de fútbol de salón” y “Copa Coca Cola” en los últimos años. Al no encontrar gimnasios con tantas horas

libres semanales, tuve que dejar de organizarlos. No sé si fue muy extenso, pero ya terminé. Por último, antes de la inmobiliaria, adquirí un almacén sin movimiento prácticamente, y la fui transformando en provicentro y autoservice.

**A: ¿Te sirvió para tu emprendimiento?**

DS: Creo que cada trabajo te va dando experiencia en negociación, tan importante para mí rubro actual. La organización y el relacionamiento en los campeonatos, suma. El autoservice en conocer un poco más a la gente, el servicio creo que hace muchos años es muy importante en la mayoría de los comercios.

**A: ¿Cuál zona de influencia abarca la empresa?**

DS: Comenzamos en Ciudad de la Costa y nos fuimos explayando a Costa de Oro y Montevideo. En gran parte la gente que compra en Ciudad de la Costa, vende en Montevideo o en Costa de Oro. Podemos trabajar propiedades en el resto del Uruguay; tenemos buena relación con los colegas que fuimos visitando y conociendo en todos estos años. Gracias a los contactos que nos ha dejado la Cámara Inmobiliaria Uruguaya, en la cual estuve en 3 comisiones directivas y actualmente en la 4ta, (en esta última como suplente). Tratando de ser infaltable en todos los congresos que se hicieran a lo largo de todo el país.

**A: ¿Cómo afectó al rubro la pandemia?**

DS: Al inicio pegó fuerte, los primeros 20 días fue crudo, mucha incertidumbre, hasta se especulaba que los locales había que transformarlos en pequeños monoambientes. Escuchaba por zoom, inmobiliarios de diferentes países, pronosticaban la gran reducción de lugares de trabajo; unos opinando que iban a trabajar desde su casa con todas las comodidades, otros ocupando muchos menos metros cuadrados, lo que les da la chance de transformarlos en lugares residenciales, para poder tener ingresos o negociarlos. Al transcurrir los días y observar la importante demanda que tuvo Ciudad



de la Costa, al priorizar el lugar donde vivimos, (espacios verdes en tu propia casa), nos fuimos ajustando a las normas que nos indicaba la Cámara Inmobiliaria del Uruguay, y la empresa siguió funcionando, tomando todos los recaudos e indicaciones pertinentes, pero nunca dejamos de trabajar. Si bien la mayoría de los contactos eran online y whatsapp, coordinamos visitas dado que nadie cierra un negocio sin visitar el bien, sin ver su entorno y la residencia en sí mismo. Teniendo en cuenta las precauciones y cuidados establecidos. No estaba la posibilidad como en otras crisis económicas que la gente vendía para irse a otro país, como pasó en el 2002, la pandemia fue mundial, el riesgo de contagio y económico estaba en todas partes. Estuvimos muy involucrados con la sociedad, participamos en diferentes actividades solidarias, por ejemplo, entrega de canastas, organización de lentejada solidaria, actividad Mega strogonoff de Fundación Corazoncitos, paella solidaria, colaborando con los más necesitados en Ciudad de la Costa y Costa de Oro.

**A: ¿Cómo es lidiar con la oferta informal?**

DS: Incómoda. Publican información que no es real, además de perjudicar

al comprador o al inquilino, y puede ser por sacar ventaja desleal o por desconocimiento del rubro. No tienen la experiencia suficiente para llevar adelante la jerarquización del inmueble, promocionarlo de debida manera, hacer una buena negociación. Perjudicando a ambas partes. Como ya especifica el nombre "informal", no tiene oficina, o sea, cualquier reclamo que pueda existir queda supeditado a que le atiendan el celular. Me parece que todo propietario debería confiar su bien, en una inmobiliaria establecida, con experiencia y en zonas costeras que acrediten tener el permiso del Ministerio de Turismo, un aval que protege a las partes.

**A: ¿Cuáles son las estrategias que se utilizan en esa lucha?**

DS: Nosotros además de dedicarnos hace más de 25 años, lo que conlleva haber transitado por casi todo tipo de situaciones, el haber cerrado innumerables transacciones como de venta o alquiler, nos permite evaluar y negociar de mejor manera los casos que se van presentando. Cuando tenemos la chance de hablar con propietarios les explicamos los riesgos que pueden llegar a tener con informales, de igual manera

con inquilinos o compradores. Por otra parte, con dueños que quieran vender sin intervención inmobiliaria, se les comenta lo difícil que es muchas veces vender su propiedad, es necesario el asesoramiento del profesional adecuado, y que esté interiorizado en los valores del mismo.

**A: ¿Cómo funciona la herramienta casa recomendada?**

DS: No existe más hace años. Lo actual es CICan. La Cámara Inmobiliaria de Canelones agrupa a empresas inmobiliarias de todo el departamento al momento, somos 27 agencias inmobiliarias asociadas. Cada una cuenta con los requisitos necesarios para ser socios, entre ellos inscripto en DGI y BPS. Además, los miembros que operan en la zona costera, necesitan el aval del ministerio de turismo correspondiente. Es una agrupación consolidada en lo moral y ético. En los próximos meses vamos a brindar conferencias, disertaciones, seminarios y diferentes eventos relacionados al quehacer inmobiliario. Autoridades del BHU han confirmado su presencia. Asistirán referentes de todas sus áreas, expondrán sus atractivos productos e informarán porque cuentan con la tasa más baja del mercado. Se abrirá una línea directa, exclusiva para nuestro asociados de consultas y tramitación ante el BHU. Estamos coordinando reuniones con garantías de alquileres, en la cual se podrán evacuar dudas e intercambiar opiniones, exponer beneficios, las que aportarán soluciones, agilizando los trámites para el Socio CICan. Tenemos el apoyo de la CIU (Cámara Inmobiliaria del Uruguay), del Diario El País inmuebles, Gallito Luis y el Portal Casas Web con nuestra página, [www.cican.com.uy](http://www.cican.com.uy), lo que nos brinda beneficios y convenios exclusivos para nuestros asociados.

**A: ¿Cómo ves la evolución del negocio inmobiliario desde tus inicios al día de hoy?**

DS: Ha cambiado mucho, tuvo un importante crecimiento a todo ni-



vel. Con respecto a nosotros hemos crecido año a año, sumando conocimientos y acompañando de forma permanente la evolución de Ciudad de la Costa. y Costa de Oro. No nos podemos olvidar de los avances tecnológicos. A nuestros comienzos solo era una publicación en clasificados de un diario, después pasamos a que en nuestras oficinas mostráramos fotografías, hasta llegar al día de hoy que tenemos las ventajas de que el interesado puede ver fotos del bien desde su celular y/o en nuestra página web y en diferentes portales.

**A: ¿Pros y contras de dicha evolución?**

DS: Se ha agilizado el método de selección de propiedades, mediante las nuevas tecnologías. A su vez se ha logrado una personalización de la búsqueda, estamos más “cerca” del cliente y sus necesidades. En otra cosa, Ciudad de la Costa y Costa de Oro, ha incrementado sus valores debido al crecimiento que ya comentamos, esto ha favorecido a los propietarios, es muy significativo, no es algo menor. A todos los propietarios les ha venido muy bien el incremento de valores en la evolución que preguntás tú, valorizando sus bienes raíces, disponen de múltiples servicios que antes no tenían, por ej. la posibilidad de instalar su propio comercio al haber aumentado considerablemente la población o también la opción



de emplearse en la zona y no tener que viajar a Montevideo para poder trabajar, dejando de ser únicamente una ciudad dormitorio. Contras no le veo.

**A: ¿Algún pasatiempo que tengas para salir de la rutina?**

DS: Estar con la familia, vamos al basket con mis hijos que nos une a la misma pasión. Compartir juegos y salidas, pasear siempre con ellos.

**A: Muchísimas gracias por tu tiempo.**

DS: Gracias a ustedes.

# NUESTRO STAFF



GERENTE

**ALICIA PÉREZ ALVARIZA**

ENCARGADA DE OFICINA

**LAURA NAVARRO**

ÁREA LABORAL Y TRÁMITES

**ALBA CRUZ**

**CRISTINA PÉREZ**

**VALERIA CORREA**

**VIVIANA LAPLACE**

**ANDRÉS DE MELLO**

**KARINA BORGES**

CAPACITACIÓN, VENTA Y TRÁMITES

**VIVIANA CONTRERAS**

ÁREA CONTABLE

**PAOLA GARRIDO**

**KARINA MEDINA**

GESTIÓN DE PAGOS

**MICAELA NOVIS**

CONTADOR

**ADRIANA CHOCHO**

**DANIEL MUZI**

MANTENIMIENTO

**LETICIA PIÑA**

## ESTAMOS CERCA DE TI

Si necesitas realizar alguno de estos trámites nosotros te ayudamos, contáctate con nuestra oficina, no dudes en consultarnos

**RUPE**  
(Registro Único de Proveedores del Estado)

**FIRMA DIGITAL**

**CUD**  
(Certificado Único Departamental)

**EXONERACIONES RURALES ANTE IMC**

**IMPUESTO A PRIMARIA DE RURALES**

**TRÁMITES ANTE PEAJE**

**REGISTRO DE EMPRESAS INDUSTRIALES**

**CERTIFICADOS ÚNICOS ESPECIALES**

**INSCRIPCIONES MTOP**

**FACILIDADES DE PAGO BPS / DGI**

**CERTIFICADO PYME DEL MIEM**

**VENTA DE PEGAMENTOS ANTE MIEM**

**OBRAS DE REGULARIZACIÓN BPS Y DGI**

**REGISTRO ANTE DINAMA**

**ID IDENTIDAD DIGITAL**

**PERMISOS O RENOVACIONES INAU**

## FECHAS COMERCIALES 2023



DÍA DE LOS  
**HIJOS**



Por **Mabel Bemposta**



## RECOMENDAMOS

“Las familias hasta cuando no se aguantan se adoran”.  
Frase de la película

Frase muy latina. Este mes elegí para acompañar el tema que estamos desarrollando en la columna Conversemos, la película mexicana del 2014 “LAS HORAS CONTIGO”; dirigida y guionada por Catalina Aguilar Mastretta, con las actuaciones, entre otros de Cassandra Ciangherotti, María Rojo, Isela Vega y Arcelia Ramírez.

Narra la historia de una mujer que viaja a cuidar a su abuela en sus últimos días, y, al mismo tiempo se entera de que está embarazada, lo que es una noticia inesperada y no deseada. Esos días que pasará con la abuela, a la cual siente más una madre que una abuela y con otros miembros de su familia, le permitirá hacer un viaje de introspección, reconocimiento y cambio de pensamiento.

Feliz y Buena Vida para todos. Hasta la próxima.



**ABITAB**

**Abitab y Cambio** Calle 11 y 24, Atlántida, T. 4372 2109 - 4372 1484

**ABOGADOS**

**Cecilia Pastorino** T. 099 612 571  
**Florencia Martínez Balmelli**  
 C. 098 724 209, T. 4372 4082, Atlántida  
**Gonzalo Vidal** Montevideo - Atlántida, C. 099 990 666  
**Soledad Arregui** T. 4372 5598, C. 099 292 834

**ACADEMIAS DE CHOFERES**

**Giannattasio** Av. Julieta M 44 S 1 Local 09, C. 098 121 408

**ACOMPAÑANTES**

**ENACOM Enfermería y Acompañantes,** T. 4372 1111, Atlántida, Av. Artigas y 12

**AGENCIAS DE VIAJES Y TURISMO**

**BasTour** C. 093 304 720, 095 894 830, bastour34@gmail.com  
**Sin Escalas** Mazzuchi esq. Quintela, Pando, T. +5491173689662

**AGROVETERINARIAS**

**El Relincho** Ruta 11 C. 099 343 908

**ALOJAMIENTO**

**El Descubrimiento Resort Club** Ruta Interbalnearia km 59.800, T. 4378 2141  
**Pueblo Suizo Resort** T. 4378 7197, www.pueblosuizo.com  
**Refugio del Solís** T. 4373 8326, www.refugiodelsolis.com.uy

**ALQUILER DE AUTOS**

**Auto Rent** Calle 22 esquina Av. Pinares, Atlántida, C. 093 834 788  
**Polo y Global Rent a Car** Uruguay 1479, Montevideo, T. 2403 5128  
**Rent a Car Melo** R. Inter Km 46.200, Atlántida T. 4372 4455, 098 024 455

**ARQUITECTOS**

**Arquitectura Integral**  
 Parque del Plata, C. 099 371 360  
**Silvia Torti** Atlántida, C. 099 204 945

**ARTÍCULOS DE GOMA**

**Fábrica** Ruta 75 Km 38,600, Pando, T. 2293 9188

**ARTÍSTICO**

**Espacio Wayra** Argentina e/ Ferreira y Rambla, P. del Plata. T. 4375 2371, C. 098 546 348, davidmontenegro.jimdo.com

**ASOCIACIONES**

**Ajupen Atlántida** Calle 18 casi Gral. Artigas, Atlántida, T. 4372 0879

**AUTOMOTORAS**

**HPintado** Ruta 11 y Pinares, B. Español, T. 4372 7446 / 4372 5392

**AUTOSERVICIOS**

**Agrandaditos** Av. Argentina entre W1 y X, Parque del Plata Norte  
**Agrandaditos 2** D. A. Larrañaga, San Luis, C. 097 320 968  
**Benji** T. 4378 7888,  
 Jaureguiberry, Calle Ariel esq. Artigas  
**Contigo** Ruta 11km. 165, City Golf, T. 4372 0651

**La Locura** Calle 24 esquina Y, P. del Plata

**La Pausa** Calle H entre 3 y 4, P. del Plata

**La Turquita** Poetas Uruguayos esquina Delmira Agustini, Villa Argentina

**La Unión** Calle 30 y J, Parque del Plata, C. 093 885 019

**Las Palmeras** Calle 15 esquina 41, Bello Horizonte, C. 095 634 156

**Lo de Lilo** Santa Lucia del Este, T. 4378 4871

**Lo de Ramón** T. 4372 8448,

Las Toscas, Central y 7

**Los Carlitos** R1 entre 18 y 20, Parque del Plata Norte, C. 095 148 664

**Mercadito Las Toscas** Calle G entre Av. Ferreira y 2, Las Toscas

**Nelly** Monseñor Orsali entre 5 y Mario Ferreira, Estación Atlántida

**Pappio's** (delivery) C. 091 913 277

**Provisión Ricardo** Est. Atlántida, Calle 5 y 6

**Super Dunas** Av. Argentina esq. L, Parque del Plata, T. 4375 5256

**Tentaciones** 3 y R. Balet, C. 099 326 553

**Yaya** T. 4372 4993, 50 esq. 58, Atlántida

**BARRACAS**

**El Cine** Ruta Interbalnearia Km. 44 T. 4372 5807 - 4372 8105

**La Fortuna** Calle W entre 17 y 16, Parque del Plata, C. 097 988 407

**La Vía** Lournaga y Canelones, Pando, C. 095 066 906

**Parque del Plata** T. 4375 5048, 4375 4344, P. del Plata, Interbalnearia Km 49,500

**BAROMÉTRICA**

**Barométrica Parque del Plata**  
 T. 4375 2300 Cel 099 610 540

**ARTÍCULOS DESCARTABLES**

**Bolsas del Plata** Av. Argentina entre G y H, Parque del Plata, T. 4375 3712

**CALEFACCIÓN**

**Suárez y Suárez Calefacción** T. 4372 4437, C. 099 649 370, V. Arg., Calle 16 esq. 15

**CAMIONES**

**HPintado Camiones** T. 4372 5392, 4372 7446, Atlántida

**CARNICERÍAS**

**Beef House** Giannattasio y R. de Janeiro, Lagomar, T. 2695 9214, C. 099 404 410  
**De la Costa** Ruta Interbalnearia Km. 36, Neptunia, C. 099 829 211  
**Progreso** Ruta 11 y 5, Est. Atlántida. T. 4372 4265

**CAMBIO / RED DE COBRANZAS**

**Abitab** Calle 11 y 24, Atlántida T. 4372 2109 - 4372 1484  
**Cambio 18** Montevideo y 11, T. 4372 2672

**CELULARES / TELEFONÍA**

**Librecel** T. 4372 0165, Poetas Uruguayos esq. Rambla, Villa Argentina

**CERRAJERÍAS**

**Cerrajería Atlántida** T. 4372 0291, Atlántida, Calle 11 C. de Montevideo  
**Gabriel Delisa** C. 094 242 978, Circunvalación esquina 11, Atlántida

**CERVECERÍAS**

**Batuke Bier House** Ferreira y G, Las Toscas, C. 094 919 171

**CLUBES / DEPORTES**

**Club El Descubrimiento**  
 Ruta Interbalnearia Km. 59,800  
 T. 4378 2141 - 4378 2143  
 info@eldescubrimiento.com  
**COETC** Joanicó 3725, Montevideo, T. 2506 4545

**COMIDAS**

**Carlitos** Mario Ferreira y Calle 9, Parque del Plata, T. 4375 5419  
**Carrito Atlántida** Calle 11 esq. Interbalnearia, C. 092 498 289  
**Martino's Servicio Integral de Catering**  
 C. 099 967 400  
**Pappio's** (Delivery) C. 091 913 277  
**Tentaciones** Calle 3 y Roger Balet, C. 099 326 553  
**Toque Orgánico** T. 4372 3448

## CONSTRUCCIÓN

**Ademar Correa** C. 096 399 577, Pinamar

**Ariel Gonzalez** Atlántida, C. 099 370 240

**Da Cuña Construcciones** construc.dc@gmail.com C. 099 160 304

**FP Reparaciones** Salinas, C. 092 279 185

**Hormigón Oriental** R. Interbalnearia km.

48,100, Las Toscas, C. 098 599 697

**Juan Raúl Olivera** Calle 23 esq. 25,

City Golf, Cel. 095 694 698

**Quinchados Santos** C. 099 331 073

**Techos HG** C. 095 633 732

## CAMPING, CABAÑAS, PISCINAS

**Centro de Vacaciones de CEA**

T. 4372 4171 Avda. pinares, Atlántida

## CRÉDITOS

**República Microfinanzas** Av. Libertador

1672, Montevideo, T. 2901 6040

## DISEÑO GRÁFICO

**DaDa Desing Studio** C. 099 142 348

**Diego Nogueira** C. 099 336 427

## DISTRIBUIDORAS

**Almacenes Mediato**

Las Vegas, T. 4373 5203

**Cigarrillos** Ana Paola Castillo, C. 095 566 502

**Cigarrillos** Roberto Garibotti, C. 098 959 710

**Marsella e Hijos** T. 4372 7334

Ruta 11 Km 164,500

**Productos de la Colmena**

C. 098 196 804, ecopicultores.com

**Rola Ltda.** Ruta 11 Est. Atlántida, T. 4372

1317, 4372 8779, rolasrl@dedicado.net.uy

**The Empire** C. 099 122 280 - 099 938 738

**Tomas Armendariz** T. 4376 1640

## DROGUERÍAS

**La Costa** 11 esq. 18, Local 8, Atlántida, T. 4372 2080

## ELECTRICISTAS

**Alvaro Baladon** C. 099 239 773, Calle 2 y 5, Cuchilla Alta

**Diego López** T. 4378 8467,

C. 095 112 644, Firma Autorizada por UTE

**Gonzalo Negrone**

C. 098 075 854, San Luis

## ELECTRODOMÉSTICOS

**Laser TV** T. 4372 2547, Atlántida, Calle 22 e/11 y Rep. de Chile

**Mueblería Marrero** R. Interbalnearia Km. 46.600, Atlántida, T. 4372 0550

## EMERGENCIAS

**Sapp Emergencia Móvil** T. 1910,

informes al 22921575 int. 2

**Su Emergencia** T. 1921

## EMPRESAS FÚNEBRES

**Empresa Atlántida** T. 2292 0427, 4399

2070, 4372 0122, Pando, San Jacinto y

Atlántida. Ruta 11 km 165

**Empresa Interbalnearia** T. 4372 4231,

Atlántida, Inter. Km. 46,500 esq. 52

## ENSEÑANZA

**Instituto Neruda** T. 4372 1771, R. Interb.

km. 45.800, Calle Laborido esq. 50

**Juan Salvador Gaviota** Shangrilá, T. 2682 2587

**Ntra Señora del Rosario** T. 4372 2923,

4372 0796, Est. Atlántida, R. 11 Km. 165

## ESCRIBANOS

**Fanny García** T. 4375 3098,

Parque del Plata, Calle 9 y B

**Gonzalo Quintana** Diag. 11 y J. P. Varela,

P. del Plata, C. 099 759 476

**Lorena Álvarez Umpiérrez**

T. 4372 5776, Atlántida, Calle 51 esq. 52

**María Acosta** C. 095 156 608

## ESTACIONES DE SERVICIO

**Ancap Atlántida** R. Interbalnearia,

Atlántida, T. 4372 2195

**Disa Atlántida** T. 4372 2079

## EXCAVACIONES

**Alepa** T. 4376 9187, C. 094 188 513,

Neptunia, Achiras m.202 s.10

**Martínez Salgado** Calle 9 y Z2,

Parque del Plata, C. 094 521 204

## EVENTOS

**El Timón** Ferreira e 12 y 13, Parque del

Plata, C. 094 131 041

**Emilia Decoración** C. 099 734 452

**Leonardo Rissotto** Interbalnearia Km.

40,200, Marindia, C. 095 066 161

## FÁBRICAS DE PASTAS

**Lo de María** Z. de San Martín e/ Sombra del

Toro y Sarandí, Salinas, T. 4376 3243

**Santa Paula Atlántida** Roger Balet e/ Av.

Artigas y 3, Atlántida, T. 4372 8456

**Santa Paula La Floresta** T. 4373 9674,

La Floresta, Calle 33 y Muttoni

**Santa Paula Montevideo** Av. Brasil y

Ellauri, T. 2708 6000

## FARMACIAS

**Costa del Sol** T. 4378 2077, San Luis,

Honduras esq. 19 de Abril

Estación Atlántida T. 4372 5188

**Este** T. 4317 2027, Mígues,

Varela y Gregorio Mígues

**Farmacosta** 25 de Agosto y Gran Bretaña,

Costa Azul, T. 4375 3180

**Farmacia Las Toscas** Av. Ferreira y

Central, T. 4371 5367

**Jaureguiberry** Av. Artigas esq.

Aperea, T. 4378 9955

**Lucrecia** T. 4447 4952, José P. Varela esq.

Fabini, Solís de Mataojo, Lavalleja

## FERRETERÍAS

**AMI** 30 entre 26 e Independencia, Bello

Horizonte, T. 4373 7566

**El Puerto** Av. Argentina entre T y S1,

Parque del Plata, T. 4375 3292

**Ferraro** T. 4373 9676, 4373 6160,

La Floresta, Lavalleja y Oribe

**Ferropark** Av. Ferreira entre 8 y 9, Parque

del Plata, T. 4375 2515

**La Fortuna** Calle W entre 17 y 16, Parque

del Plata, C. 097 988 407

**La Lucha IV** T. 4372 3603, Atlántida, Av.

Artigas y Ciudad de Montevideo

**Principal** T. 4372 1117,

Atlántida, Av. Artigas y C. de Montevideo

**Ruta 11** Ruta 11 esq. Cádiz, Barrio Espa-

ñol, C. 094 813 157

**Villa del Sol** Calle 11 y 26,

Atlántida, T. 4372 6635

## FIAMBRERÍAS

**Lo de Leo** Mario Ferreira entre 9 y 10,

Parque del Plata

## FLORERÍAS

**La Botica del Alma** Montevideo e/ 1 y Ram-

bla, Atlántida, T. 4372 4504, C. 095 485 530

## GIMNASIOS

**Fittwork GYM** 11 e/ C. de Montevideo y

22, Atlántida, C. 092 292 918

## HELADERÍAS

**Atlántida** Calle 11 y Ciudad de Montevideo

**Grido** República de Chile y Ciudad de

Montevideo, Atlántida

**Sassari** Atlántida 097 966 810, El Pinar

097 224 557, El Mirador 097 316 928

## HERRERÍAS

**Active Metal** T. 4371 9186, C. 094 706 857

## HERBORISTERÍAS/HOMEOPATÍA

**La Herboristería** Calle 11 entre 18 y Mon-

tevideo, Atlántida, C. 092 851 849

## HORTIFRUTÍCOLAS

**Don Rocco** Av. Artigas y Calle 12, Atlántida

**Hortícola El Fortín** T. 4372 3757,

4372 0537, Camino El Fortín

**Huerta Viva** T. 4372 6721, C. 095 151 361,

Las Toscas, Ferreira e/ D y E

**Huerta Viva 2** Artigas y Garibaldi, Pando,

T. 2292 1920

**La Juli** Las Achiras e 7 y 8, Est. Atlántida

**Parque Natural** calle 9 casi Ruta Interbal-

nearia, Parque del Plata, C. 099 211 488

**Pilar** Simón Bolívar y Caruso, San Luis,

C. 093 703 867

## HOTELES

**Argentina** T. 4372 2414, 4372 1728,

Atlántida, Calle 11 y 24

**Paradise** T. 4372 1573, Atlántida,

Rambla y Calle 10

## IMPRENTAS

**DPI** Calle 4 y Central, Las Toscas, dpieni-magen@gmail.com C. 095 615 721  
**FerrerGraf** C. 094 323 464 y 094 892 197, Av. Ferreira y Calle F, Las Toscas  
**Impresores N VILA** Calle 26 y 9, Atlántida, T. 4372 4371, C. 098 830 598

## INFORMÁTICA

**Dubai** Diag. Honduras y 19 de Abril, San Luis, C. 094 455 156, T. 4378 4283  
**Parque Digital** Mario Ferreira entre 8 y 9, Parque del Plata, C. 092 727 783  
**Red Tec** Galería Portofino local 13, Atlántida, T. 4371 6456, C. 099 372 649

## INMOBILIARIAS

**Bea** T. 4372 7481, C. 099 033 710, Atlántida, Calle 9 e/ 26 y 24  
**Calipso** T. 4372 1107, C. 094 811 336, www.calipsocasas.com.uy  
**Maná** Calle 11 y C. de Montevideo, T. 4372 2423, C. 092 495 851, www.inmobiliariamana.com, info@inmobiliariamana.com  
**Moreno** T. 4375 5385, P. del Plata, Rambla Artigas e/ D y E, www.inmobiliariamoreno.com  
**Santestevan** Giannattasio K24 y Av. Artigas, Solymar, T. 2696 4888, C. 095 900 684  
**Scópice** T. 4372 7771, 4373 7911, Atlántida, La Floresta, lafloresta@scopice.com

## JOYERÍAS

**Atlántida Joyas** T. 4372 1551, Atlántida, Calle 11 esq. C. de Montevideo

## KIOSCOS

**Gitana** Calle D y 19, Parque del Plata, C. 095 034 921  
**La Rotonda** Circunvalación y Plaza de la Madre, Atlántida  
**Lorena** Mario Ferreira y Calle 13, Parque del Plata  
**Verde Limón** Calle Misiones, San Luis

## LAVADEROS

**Lavadero El Cántaro** T. 437 27658, Atlántida, Av. Artigas y Circunvalación

## LAVADEROS / GOMERÍAS

**Martínez Lavadero Automotriz** T. 4372 6956, City Golf, R.11 Km. 165,800  
**Servicios Manrique** T. 4372 6956, Ruta 11 Km. 165,500  
**Suarez y Presa** Interbalnearia y Argentina, P. del Plata, C. 096 414 252

## LIBRERÍAS / PAPELERÍAS / BAZAR

**Amyca** Av. Artigas y 24, Atlántida, T. 4372 2115  
**Collage** Artigas esq. 18, Atlántida, C. 091 514 575, T. 4371 7405

**La Papelería** Calle 1 y Mario Ferreira, Parque del Plata, T. 4372 4718  
**Martín Fierro** T. 4372 1520, Atlántida, Calle 1 y C. de Montevideo  
**Zoe-Mar** R. 11 y Av. 3, City Golf, C. 095 851 991

## LIMPIEZA

**Lince SRL** T. 4334 7542, C. 094 463 449, www.lincesrl.com.uy, Santa Lucía  
**Chaman** Atlántida, C. 095 401 391

## MARMOLERÍAS

**Moreno Roca** Ruta Interbalnearia km. 42.500, El Fortín, T. 4376 5133

## MASCOTAS

**Cat Dog**  
Ruta Interbalnearia, T. 4373 9257  
**Pocas Pulgas** Roger Balet e/ Artigas y Chile, Atlántida, C. 097 462 898

## MAQUILLAJE Y ACCESORIOS

**Luna Azul** Ciudad de Montevideo entre República de Chile y Artigas. Atlántida.

## MAT. ELÉCTRICOS

**Maudy** T. 4372 5689, Atlántida, Interbalnearia km. 45,500

## MÉDICOS

**Rodrigo Sarantes** T. 098 732 689

## MEDIOS DE COMUNICACIÓN

**Atlántida FM** Calle 1 y C. de Montevideo, T. 4372 6123  
**Cable Plus** Edificio Portofino, Atlántida, T. 4372 0072

## MERCERÍAS

**El Altillo** Calle 11 entre 22 y 24. Atlántida. Tel.4372 4066

## MOTOS

**Coco Motos** T. 4375 6285, T. 4375 4944, C. 092 977 645, Interbalnearia e/ 9 y 10  
**Punto Repuestos** Calle 11 y Circunvalación, Atlántida, T. 4372 6034, C. 099 213 321, www.puntorepuestos.com.uy  
**SekuBikes** Ruta Interbalnearia entre 6 y 7 Parque del Plata, C. 098 934 916

## MUEBLES / BAZAR

**La Turca** Poetas Uruguayos esq. Delmira Agustini, Villa Argentina, C. 099 771 251  
**Mueblería Marrero** R. Interbalnearia Km. 46.600, Atlántida, T. 4372 0550  
**Mueblería y Tapicería San Luis** Caruso y Honduras s/n C. 095 850 180

## MUTUALISTAS

**Asociación Española Atlántida** T. 1920 4900  
**Médica Uruguaya Filial Atlántida** T. 4372 1471

## ODONTÓLOGOS

**Alexandro Estefan** T. 4372 4426  
**CEO** Centro de Especialidades Odontológicas, T. 4372 6871 y C. 099 270 241  
**Consultorio Odontológico** Calle A entre 5 y 6, Las Toscas, C. 099 889 544  
**Moriana Cáceres** T. 4372 4426  
**Py Enrique** Av. Argentina entre G y H, Parque del Plata, C. 099 210 659

## ÓPTICAS

**Emebe Gregorio**  
Migues esquina Varela, Migues  
**Óptica Atlántida** T. 4372 3515, Atlántida, Calle 22 y 11  
**Óptica de la Costa** Montevideo e/ Av. Artigas y Chile, T. 4371 5261, C. 091 715 261

## PANADERÍAS

**Amasando por un Sueño** R. Interbalnearia Km. 37,800, Salinas T. 4376 0577  
**Baipa** T. 4372 2016, Atlántida, Artigas y 26  
**Dani** C. 095 355 715, R. Interbalnearia Km. 49,200, P. del Plata  
**La Perla** T. 4378 3934, San Luis, 18 de Julio e Interbalnearia  
**Mipay** Calle 2 esquina Z3, Parque del Plata Norte, T. 4375 6391, C. 091 383 772

## PAÑALERAS

**Isabella** Calle 2 esquina 3, Atlántida, C. 099 053 394

## PELUQUERÍAS / ESTÉTICA

**Amakha** Paris de perfumes y productos capilares profesionales, C. 098 036 956  
**By Valeri** Ruta 11 y Circunvalación, Atlántida, T. 4372 3652, C. 099 027 810  
**CYR Estética y Bienestar** Neptunia, C. 095 968 026  
**Estética de Uñas Natalia Rodríguez** Villa Argentina, C. 099 756 479  
**Jime Nogueira Estilistas** C entre 14 y 15, P. del Plata, T. 4375 5643 y C. 099 007 245  
**Marisol Peinados** Ruta Interbalnearia Km. 49 entre 7 y 8, Parque del Plata  
**Mónica Peinados** T. 4372 3360  
**Rufino y Mirna** Circunvalación entre 3 y 11, Atlántida, T. 4372 3860  
**Staff Tatiana** Calle 1 y C. de Montevideo, Atlántida, T. 099 281 324  
**Stilo** Calle P entre 42 y 43, P. del Plata  
**Verdún** T. 4372 4777, C. 095 072 991, Ruta Interbalnearia Km. 46,200

## PERIÓDICOS

**Diario de Arena** Por información o suscripciones: T. 4378 4033

## PESCA

**Casa de Pesca** Calle A, Las Toscas, C. 094 309 935

## **PINTOR DE LETRAS**

**Marcelo** T. 4372 6334, C. 099 369 644,  
marcelocasagrande007@gmail.com

## **PISCINAS**

**Limpieza de Piscinas** Crisantemos y  
Tulipán, Shangrilá, C. 093 372 663

## **PSICÓLOGOS**

### **Ines Vazquez Bachino**

C. 099 559 328, La Floresta

**Marianela Durán Psicóloga y Dip. Psicopedagogía** C. 096 847 132

**Natalia Arreche** C. 099 373 153

## **PSICOPEDAGOGAS**

### **Martha Paulos**

Tel. 098 806 046, Atlántida

## **PUBLICIDAD**

**Visual Art** T. 4375 3152, C. 098 854 292

## **PUBS**

**Kopakai** Calle 18 y Av. Artigas, Atlántida,  
C. 092 608 886

## **RECARGA DE OXÍGENO**

**Recarga de Oxígeno** T. 4372 3990,  
4372 4718, Las Toscas, Calle 1 e/ M.  
Ferreira y Rambla

## **REMATES TASACIONES**

**Carlos Ferreira** Av. 30m entre D y E, Las  
Toscas, C. 099 237 424

## **REPARACIÓN TV**

**Parque Digital** Mario Ferreira entre 8 y 9,  
Parque del Plata, C. 092 727 783

## **REPOSTERÍA**

**Maria Cecilia Layko** Calle H e/ 19 y B, Las  
Toscas, C. 094 401 955, T. 4379 6023

**Vamy** Calle 26 esquina D, Parque del  
Plata, C. 094 730 495

## **RESIDENCIALES**

**Coral** Dr. Albo entre Ferreira y Geranios,  
Est. Atlántida, C. 095 504 017

### **Las Calandrias**

T. 4372 0018, C. 095 959 585

## **RESTAURANTES**

**22 Bar** Calle 22 y 1, T. 4372 8625

**Carlitos** Mario Ferreira y Calle 9, Parque  
del Plata, T. 4375 5419

**Don Vito** T. 4372 7458,

Calle 11 y 22, Atlántida

**La Birra** C. de Montevideo y 11, Atlántida

**La Cocina de Ro** Calle 22 entre 3 y 11,  
Atlántida, T. 4372 1997, C. 099 710 660

**La Fontaine** Peatonal Atlántida,

T. 4372 7272, C. 093 642 010

## **Las Carabelas**

Ruta Interbalnearia  
Km 59.800, T. 4378 2141

**Qualis** Ruta Interbalnearia km. 50,500,  
Parque del Plata

**Rincón el Águila** Ruta Interbalnearia km.  
44, Villa Argentina

**Rissta Empanadas** Calle 11 entre 22 y 24,  
Atlántida, T. 4371 6635 C. 092 624 415

## **RESORTS**

**Pueblo Suizo** T. 4378 7197,

C. 094 379 950, R. Interbalnearia Km.  
77,500, Jaureguiberry

## **ROTISERÍAS**

**Alkala** Ruta 11 km. 165, Atlántida,  
T. 4372 1189, C. 099 876 443

**Lo de María Z.** de San Martín e/ Sombra del  
Toro y Sarandí, Salinas, T. 4376 3243

### **Rotisería Atlántida**

Av. Artigas entre 22 y 20, Atlántida

**RYSA Rico y Sano** Calle 11 y 26,  
Atlántida, T. 4371 5585, C. 092 662 672

## **SALONES DE FIESTA**

**El Timón** Ferreira e 12 y 13, Parque del  
Plata, C. 094 131 041

## **SANITARIA**

**Sanitaria del Sur** C. 091 500 501, 092 505  
501, Las Toscas

## **SEGURIDAD**

**Lince SRL** T. 4334 7542, C. 094 463 449,  
www.lincesrl.com.uy, Santa Lucía

## **SEGUROS**

**Bianco y Rosé SRL** T. 4372 2783, C. 099  
605 116, Atlántida, Calle 22 y Artigas

**Gonzalo Quintana** Diagonal 11 y J. P.  
Varela, Parque del Plata, C. 099 759 476

**Grupo Sur Seguros** C. 099 179 702, Roger  
Balet esq. Rep. de Chile Atlántida

**Sergio Sebastian Gonzalez Acosta**  
La Floresta, C. 092 135 296

## **SERVICIOS**

**Aries** C. 096 334 001, C. 096 111 214

### **Gustavo Guisolfo**

San Luis, C. 095 627 491

**Juan Ignacio Arreche** Cortinas, Calle 20  
e/ 15 e Interb, Atlántida, C. 091 471 277

## **SUPERGAS**

**Acodike** T. 4375 4040, C. 098 065 914

**Supergas Atántida** T. 4372 8430

## **TALLER AUTOMOTRIZ**

**Electromecánica Gayol** T. 4372 0833,  
Atlántida, Inter. e/ 20 y 2

**Power Motors** T. 4375 4694,

Parque del Plata, Calle 5 esq. Inter.

**Taller Quinteros** T. 4372 7021,

Las Toscas, Inter. y A

## **TAXIS**

**El Tiburón** T. 4372 4040, C. 096 724 040

## **TIENDAS**

**El Abuelo** T. 4372 3710, Atlántida, Calle  
11 e/ C. de Mdeo. y 22

**La Habana** Calle 11 esq. 24, Atlántida, T.  
4372 6060

**Lo de Anita** C. 093 770 435, Ruta 11 Km  
165, Estación Atlántida

**Lo de Miriam** Calle 22 y T1, Parque del  
Plata Norte, T. 4375 5434

**Lolita** Atlántida, C. de Montevideo y  
Peatonal, T. 4372 2397

**Luna Azul** Ciudad de Montevideo entre  
República de Chile y Artigas, Atlántida

**Maggie Babies** Calle 22 entre 11 y 1,  
Atlántida, T. 091 312 572

**Rosita** Calle 9 y B, Parque del Plata,  
T. 4375 6000

## **TÉCNICO PREVENCIÓNISTA**

**Fernando Rodriguez** C. 099 878 603,  
Atlántida

**Stefani Jones** C. 098 314 518, Atlántida

## **TRANSPORTES**

**Pimar Ltda** T. 4372 1513, Atlántida,  
Circunvalación e/ 7 y 9

**Transporte Atlántida** Itapebi e/ Amancay y  
25, Marindia, C. 095 851 910, 097 058 552

**Walter Hernández** T. 4372 5036

## **VETERINARIAS**

**El Relincho** Ruta 11 km 165,500  
City Golf, T. 4372 6797

**SAV** Av. Artigas entre 24 y 26,  
Atlántida, T. 4372 0803

## **VIGILANCIA / ALARMAS**

**Centinela Seguridad** Atlántida,  
T. 4372 5290, T. 2908 6890

**Pablo Pereyra** Instalación de Alarmas y  
cámaras, C. 099 954 544

**Scópice** T. 4372 7771, 4373 7911,  
Atlántida, La Floresta

**Segura Observa** Atlántida, T. 4372 7550

**SEVP** T. 4376 6351, Marindia  
Suc. Atlántida, Inter. Km. 48,800

## **VIVEROS**

**Atlántida** Ruta 11 km. 163,

Estación Atlántida, T. 4372 0917

**Ecoflora** T. 4372 5480, Las Toscas, De/ 9 y 10

**Koln** Camino al Fortín y C. García, Est.  
Atlántida, T. 4372 8767, C. 098 989 641

## **VOLQUETAS**

**Volquetas** T. 4372 3990, 4372 4718,  
Calle 1 e/ M. Ferreira y Rambla, Las Toscas

## **YOGA**

**Casa Raiz** La Floresta, C. 099 303 966

PARA SOCIOS

50%  
OFF

EN EL ALQUILER  
DEL SALÓN EL DÍA  
DE TU CUMPLEAÑOS



24 HORAS TODO EL AÑO  
MINIMERCADO DISA SHOP  
CAFETERÍA  
MINI RESTAURANTE  
LAVADERO  
SUPERGAS

Ruta Interbalnearia km. 45  
(pegado a Tienda Inglesa)  
Tel. 437 22079



1987 - 2022  
**35** años  
DE GUARDIA

**SAPP**

*Crecer es seguir juntos.*

**W PALABRA**

**VINO**

**PARA HACERSE  
RESPETAR**

**IMPORTA Y DISTRIBUYE:**

**"TA"**

**LOGÍSTICA Y DISTRIBUCIÓN**

