

Año 12
Número 124
ENERO
2020

centro



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





Calle 11 y 1 - Barrio Jardín - Atlántida
Tel. 437 22531 - 437 22375 - 437 26137
info@ccifa.com.uy
www.ccifa.com.uy
Horario de atención al público: 9 a 15 hs.

Misión

Apoyar y fomentar el desarrollo de la pequeña empresa local, capacitando y brindando servicios de excelente nivel en gestión, 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

Nuestra Gente

Gerente - **Alicia Perez Alvariza**
Encargada oficina - **Laura Navarro**
Área laboral y trámites - **Alba Cruz, Cristina Perez, Carolina Marquez, Valeria Correa, Viviana Laplace, Andres de Mello**
Capacitación, venta y trámites - **Viviana Contreras**
Área Contable - **Paola Garrido, Karina Medina**
Gestión de Pagos - **Micaela Novis**
Contador - **Luis González Ríos, Daniel Muzi**
Mantenimiento - **Leticia Piña**

Autoridades

TITULARES

Camilo Uhalde / Librería Martin Fierro
Mariana Vieira / Atlántida Joyas
Nestor Marsella / Marsella e hijos
Carolina Santana / La Birra
Juan Carlos Mastroiani / Laser Tv
Ariel Curras / The empire
Ike Fernandez / Óptica Atlántida

SUPLENTE

Leonel Soutto / Super Rodi
Andres Bianco / BSE
Agustín Liguera / Barber Shop
Sebastian Fernandez / Veterinaria SAV
Alvaro Cabo / Kiosco Plaza
Michael Castaño / Red Tec
Leandro Melo / Electricidad Melo

COMISIÓN FISCAL

Rogelio Carbó / Rotisería Cuchilla Alta
Ruth Bevilacqua / Paradise
Susana Lopez / Farmacia Las Toscas

SUPLENTE

Gustavo Lanza / Abitab Calle 11
Alejandro Bologna / Farmacia Bologna
Nicolas Andrada / Cerrajería Atlántida



Se realizaron las elecciones en la Institución la comisión se renovó en forma parcial integrándose nuevos directivos, quedando a disposición de nuestros asociados para recibir propuestas, sugerencias y todo lo que consideren importante para una buena gestión y fortalecimiento institucional. Lo que quiere decir que continuaremos en la misma línea que ha caracterizado el CCIFA, apoyándonos en la experiencia de sus integrantes que tienen larga trayectoria en la institución y en la actividad gremial.

Nuestro Centro Comercial que cumplirá en breve 55 años, es reconocido en todo el país por su excelencia en gestión, las directivas siempre han tenido un rol activo portando la voz de nuestros socios y emprendedores de la zona, cumpliendo con su misión y logrando la visión que tuvieron anteriores directivos. Como ha dicho nuestro expresidente Rogelio Carbó en un anterior editorial de la revista Centro, tenemos la "responsabilidad de gestionar y cumplimos, no así la potestad de solucionar muchos temas". Por eso cuando nos planteamos si alguna acción sirve, lo que pensamos es que no hay peor gestión que la que no se hace, que a través del dialogo podemos transmitir inquietudes, solicitar acciones, informarnos y aportar nuestras medidas.

Los invitamos a participar activamente, sabemos que todos los que emprenden tienen diversos compromisos en distintos planos, sin embargo, recomendamos también dedicarle un lugar para esta actividad gremial que nos ayuda a construir y obtener un crecimiento personal. Por estos motivos queremos recorrer este camino juntos, necesitamos el apoyo de todos en la búsqueda de los ideales que perseguimos.



Camilo Uhalde
Presidente



Publicación oficial del CCIFA
Comercial, Industrial y de Fomento de Atlántida
Calle 1 y 11 - Barrio Jardín - Atlántida
Tel. 4372 2375 - 4372 2531

Consejo Editor:

Comisión Directiva: Rogelio Carbó (Presidente) / Mariana Vieira (Secretario)
Redactor Responsable: Alicia Pérez
Colaboradores: Wilson Mesa / Mabel Bemposta / Andres De Mello / Juan Carlos Lema / Laura Navarro
Diseño: Diego Nogueira
Impresión: Gráfica Mosca, Guayabo 1672



☎ **4372 2531**

✉ info@ccifa.com.uy

🏠 www.ccifa.com.uy

📍 Centro Comercial, Industrial y de Fomento de Atlántida

Números al día

Índice de precios al consumo (IPC)

Noviembre/19	203.08
Variación	0.42

Salario Mínimo Nacional (SMN)

Enero 2019	\$ 15.000
Julio 2019	\$ 15.650
Enero 2020	\$ 16.300

Base de prestaciones y contribuciones

Enero 2019	\$ 4.154
------------	----------

Ajuste por inflación

Noviembre 2019 - IPC	8,40 %
----------------------	--------

Unidad indexada (UI)

26/12/2019	\$ 4,3624
------------	-----------

Desempleo

Octubre 2019	8,80 %
--------------	--------

Unidad reajutable (UR)

Diciembre 2019	\$ 1.198.59
----------------	-------------

Cuota Mutua Diciembre 2019

Industria y Comercio	\$ 1.252
Const.	\$ 892

Unidad reajutable de alquileres

Noviembre 2019	\$ 1.197.44
----------------	-------------

Sabías que...?



Toda empresa que supero las 305.000 unidades indexadas a su ultimo cierre de ejercicio debió postularse a e-factura el 01.12.2019, en caso contrario correspondía que ingresara una solicitud de prórroga, sino se realizaron ningún de ambos procedimientos la DGI inhabilita el certificado único.

Los titulares de empresas de servicios personales deben controlar que sus ingresos superen las 30 BPC (\$ 124620 s/imp. Por 2019) para mantener el derecho a Fonasa el titular y su núcleo familiar.

Las empresas rurales a partir del 01.01.2020 deben contratar una póliza de accidentes laborales para su personal, por cualquier consulta comuníquese con nuestra oficina.

EN ESTE NÚMERO

Pág. 24

CALENDARIO DE VENCIMIENTOS 2020

Pág. 17

CANELONES EXPORTA

Pág. 36

LIMPIEZA EN MUNICIPIOS COSTEROS

y más...

Convenios



Visite nuestro sitio web para conocer los beneficios de nuestros convenios

www.ccifa.com.uy

Impresora Cappi, Fundasol, Parque de Vacaciones de UTE y Antel, UDE, Ambiente estufas a leña, Suárez y Suárez Calefacción, Alianza Atlántida, Liceo Neruda, Staff Tatiana, Macromercado, Librería Martín Fierro, Scópice, Óptica Atlántida, Técnicos, Enacom, Profesionales, Asociación Española, Atlántida Country Club, SEVP. Salón de Fiestas y congresos con precios preferenciales.

Despedimos el Año con Nuestros Socios



Despedimos un nuevo año junto a los socios, disfrutando una velada con buena música, lindo ambiente, bailamos, reímos, charlamos, se homenajeo al socio Rogelio Carbo por su entrega generosa a nuestra institución en toda su presidencia. A su vez se reconoció a dos de los integrantes de nuestro equipo, que ya llevan más de 10 años acompañándonos, al Contador Luis Gonzalez y a Valeria Correa. Recibimos a la nueva Comisión Directiva, con su compromiso de continuar el camino y trayecto de sus antecesores, con nuevos proyectos y sueños de trabajar para las pymes y la comunidad. Seguramente en el correr del año se los esté convocando con algunas ideas, y distintos propósitos con la intención de contar con nuestros asociados para poder hacer fuerte las ideas. ●





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 - **bonificado**
- 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 tiques análisis orina - **bonificados**
- + 6 análisis laboratorio - **bonificado**
- 1 mamografía - **gratis**
- 1 carnet de salud laboral cada 2 años - **gratis**



ADEMAS

Beneficios especiales para niños, adolescentes y jóvenes de 0 a 30 años.

Beneficios para embarazadas:

- ✓ Analgesia para el parto - **gratis**
- ✓ Ecografías 3D y 4D: **50% de descuento** y DVD de obsequio
- ✓ Talleres de preparación para la maternidad/paternidad - **gratis**
- ✓ 1 ecografía obstétrica común por trimestre - **gratis**



FAMILIA

TE ATIENDE, TE CUIDA, TE ACOMPAÑA

INFORMES Y AFILIACIONES

0800 1853 - 1920 1234

**Ejecutivos
de venta:**

M^a Noel Leguizamo, Cel: 098 969 349
mleguizamo@asesp.com.uy

Alejandra Chirico, Cel: 095 468 278
achirico@asesp.com.uy

COBERTURA TOTAL DE ASISTENCIA MEDICA

El Riego en el Verano

Por Grupo Myrsine: Guardaparques Juan Carlos Lema

Hemos pasado la transición del frío del invierno hacia el calor pleno con la llegada del verano. La necesidad del agua en todos los ciclos que se cumplen en el jardín se encuentra en su punto máximo, para todos los componentes en su medida adecuada, ya que no todas las plantas tendrán el mismo requerimiento de agua, incluyendo a los distintos componentes del césped.

Los sitios sombreados tienden a conservar más la humedad que aquellos sitios expuestos a pleno sol. Pero para todos ellos el efecto del viento es un factor de deshidratación muy importante.

Las fuentes de llegada del agua son diversas, puede ser desde la que proporciona OSE, desde una perforación o bien con la llegada de la lluvia. En éste último caso, podemos acumular mediante cañerías desde techos, ciertos volúmenes en tanques que luego serán usados para el riego.

En cualquier caso, debemos tener presente que el agua es un recurso finito y por lo tanto su uso, más allá del costo económico, debe hacerse con la debida responsabilidad.

Tener presente algunas técnicas o prácticas de riego para la época, puede servirnos de ayuda a fin de lograr un uso eficiente y eficaz del agua que disponemos.



1. La dinámica de la temperatura durante las 24 horas del día nos marca que puede existir una amplitud entre la noche y el día que debemos aprovechar. En la tarde es cuando se produce la mayor deshidratación, dado que el suelo alcanza la temperatura más alta y las raíces deben acudir a las partes profundas para abastecerse. En suelos compactados, esto es difícil, por lo que es bueno tener preparada la tierra en canteros, con abono para facilitar el trabajo de las raíces.

2. El riego en esos canteros debe efectuarse durante las horas de menos calor (noche o mañana temprano), para que pueda acumularse en las capas profundas al resguardo del calor que va a evaporar la capa superficial. Al regar, debemos evitar mojar las hojas de ciertas plantas como las "Alegrías", florales de estación, "albahacas" y aquellas muy tiernas, pues en ellas

se pueden desarrollar hongos. Para ello en canteros de huerta y plantas pequeñas el riego por goteo es muy importante.

3. El equilibrio agua – aire que debe existir en el suelo, se manifiesta de dos maneras cuando se producen excesos. La tierra se comporta pesada y barrosa frente al exceso de agua y se suele agrietar o endurecer cuando el exceso es de aire, o bien ausencia de agua. Claro que dependerá de la composición mineral y de abono que presente. En cualquier caso ambos excesos son perjudiciales para muchas plantas. De modo que cuando se producen lluvias abundantes, será conveniente remover la tierra para favorecer la evaporación y el ingreso de aire. Por el contrario, muchas plantas se debilitan (hortensias) cuando falta el agua en el suelo y rápidamente se recuperan al aplicar un riego que normaliza la situación del suelo.



4. Cuando sucede éste último caso, debemos regar en tiempos y volúmenes controlados, repetidos para que el suelo tenga tiempo de absorber el agua necesaria. En las macetas, éste riego se repetirá hasta que notamos que ha traspasado la profundidad de la maceta y sale por el orificio inferior. Pero en canteros, esto no es posible, por lo que notaremos que se satura la superficie. Es importante evitar ese punto de saturación para muchas plantas, pues podría favorecer la aparición de hongos o la falta de oxígeno para las raíces.

5. Es común ver que se aplican riegos al pie de los troncos, o dejando el extremo de la manguera puesto en un punto del suelo para que el agua corra. Ambas técnicas son incorrectas. El riego para

el césped debe imitar la lluvia, cayendo mediante gotas en una superficie para que el agua ingrese en el suelo poco a poco. En las plantas el riego debe ser alejado del tronco, pues las raíces absorben la humedad con los nutrientes por las puntas, lo cual es en un volumen de suelo circundante al tronco a una distancia similar a la de la copa. Esto varía con el tipo de suelo y sistema de raíces.

6. ¿Cuánto debemos regar?

Es algo que vamos desarrollando con la observación de nuestras plantas y de nuestro jardín. Sin duda que quien atiende el riego, posee esa capacidad o sensibilidad que le conecta con especies que se cultivan. La tecnología también ha desarrollado dispositivos que miden la humedad en el suelo y que activan los sistemas de riego cuando se requieren. Pero la jardinería tiene para quienes la desarrollamos, ese desafío de saber comprender la necesidad de nuestras plantas cuando las condiciones climáticas las exponen a situaciones críticas. Existen además, aquellas especies que soportan requerimientos bajos de agua (plantas crasas, muchas aromáticas) y otras que por el contrario nos exigen una atención especial (florales de estación, plantas tropicales).

7. El agua obtenida desde perforaciones debe ser analizada en ciertos aspectos. Más allá del volumen necesario para cubrir los

requerimientos del jardín, debemos saber que la temperatura con la que llega al suelo es inferior a la temperatura ambiente, por lo que puede producir en plantas carnosas un cierto estrés. Pero además, según la profundidad de la perforación, hace que presente concentraciones de minerales que pueden perjudicar nuestro suelo en superficie. Un análisis de laboratorio nos permitirá conocer esa concentración y el tipo de minerales que contiene.

8. Los riegos computarizados deben ser corregidos en las distintas estaciones del año. Cuando el avance de la primavera marca la tendencia de calor durante el día, debemos recordar aumentar la cantidad de tiempo de funcionamiento y aplicarlo durante la noche, que es además, cuando hay menos viento, que suele distorsionar el alcance de los aspersores.

9. Por último, recordar que el agua es un recurso finito, en nuestro país gozamos de una abundancia que suele ser imposible de observar en muchas regiones del planeta. Solo cuando ocurren períodos de sequías tomamos conciencia de la importancia de éste recurso, que muchas veces malgastamos o usamos de manera irresponsable. Aplicarlo debidamente, en las cantidades y técnicas correctas, nos reportará también beneficios en el cultivo de nuestras plantas. ●

Pequeña historia de una gran idea

Por: Wilson Mesa



Es lógico pensar que cuando una comunidad tiene una institución privada que es muy prestigiosa, por algo será. Seguramente esa organización se ha ganado dicho prestigio con permanencia a través del tiempo, y con logros y prestaciones que se convierten en imprescindibles para quienes las reciben.

Este es el caso del Centro Comercial Industrial y de Fomento de Atlántida (CCIFA).

Corrían los primeros meses del año 1965, cuando un grupo de comerciantes de Atlántida sintió la necesidad de procurar más servicios para su lugar, y que había que continuar mejorando en los más diversos aspectos, teniendo en cuenta que era –y es– un destino turístico importante del país.

Es bueno decir entonces que este Centro Comercial nació como una organización de fomento, antes que para defender intereses gremiales. Por algo tiene una F en su sigla, y es el único Centro Comercial, en el Uruguay, que la tiene.

En esa dirección –la del FOMENTO– fue que se hicieron las acciones más importantes en las primeras décadas de actuación. Se trataba de conseguir cosas para el Balneario. Y lo hicieron como mejor sabían, que era hablando con todo el mundo, mandando cartas y memorandos; yendo en grupo a solicitar que viniera tal o cual oficina pública. Que hubiera algún órgano de gobierno local instalado aquí. Que las empresas de transporte dieran más y mejores servicios a la comunidad. Que la playa se cuidara. Que los



residuos y podas se recogieran como correspondía a una zona que crecía continuamente.

Fue así que el CCIFA consiguió mediante gestiones la instalación de oficinas públicas tales como: la sucursal del BROU; del Telégrafo; de la DGI; de la Caja de Industria y Comercio, Caja Rural y Caja de Asignaciones Familiares (reunidas actualmente en la sucursal del BPS); la oficina del Ministerio de Trabajo; oficina de Turismo; el Concejo Local Autónomo, posteriormente convertido en Junta Local Autónoma. (Actualmente este nivel de gobierno local se llama Municipio de Atlántida y sus integrantes se elige en las elecciones departamentales, conjuntamente con los Intendentes, ediles departamentales, etc.).

Se consiguió que el MTOP construyera los espigones en la Playa Mansa, con la finalidad de retener arena.

También se solicitó insistentemente ante las autoridades nacionales que se declarara ciudad al Balneario, lo cual traería una serie

de mejoras anexas. Y Atlántida tuvo oficialmente categoría de ciudad por ley N° 13.609, del 7 de setiembre de 1967.

LA GESTORÍA

Brindar servicios de asesoramiento siempre es más difícil –pero tal vez más importante– que tener un producto tangible y “consumible” para ofrecer.

Esa es otra de las misiones fundamentales del CCIFA. La de acompañar con un servicio muy completo de gestión y asesoría técnica y legal a los pequeños comerciantes y pymes asociados, para la realización de trámites y cálculos a presentar ante distintos organismos del Estado, los que cada vez son más complejos debido al avance de la tecnología.

Hoy día, aproximadamente 400 socios reciben ese acompañamiento técnico que luego se vierte en una atención de mayor calidad a sus clientes consumidores, o sea: nosotros todos.

COMERCIO Y CONSUMO

No siempre la palabra consumo es una “mala palabra”. Todos tenemos necesidad de comprar algo, en algún momento, y tiene que haber alguien que lo provea. Eso es inevitable. En eso se basa el concepto de COMERCIO.

“Se denomina comercio a la actividad socioeconómica que consiste en el intercambio de algunos materiales en el mercado de compra y venta de bienes o servicios, sea para su uso, para su venta, o su transformación. Es el cambio, o transacción, de algo a cambio de otra cosa de igual valor, o por dinero. El comerciante es la persona que se dedica al comercio en forma habitual. También se utiliza la palabra comercio para referirse a un establecimiento comercial.>>”. (RAE).

Desde el nacimiento de las primeras civilizaciones, el comercio ha sido una pieza fundamental en la vida del ser humano. El intercambio de bienes entre pueblos no solo no ha dejado de incrementarse con el paso de los años, sino que cada vez crece más rápidamente. La forma en que se produce también ha evolucionado, desde los vendedores ambulantes hasta la globalización y las grandes corporaciones del último siglo.

Actualmente se está produciendo una nueva revolución en el comercio, merced al desarrollo de las llamadas “nuevas tecnologías”. La compra “online” está cambiando rápidamente las costumbres y formas de vida.

Los comercios familiares, y las pymes, procuran adaptarse a estos cambios para ser



eficientes y poder sobrevivir a la modernización. Y para eso el papel de los centros de comerciantes –como gremio– se hace cada vez más imprescindible y también más complejo.

comerciantes del Brio. y Estación Atlántida, con el fin de crear un Centro Comercial...’.

LA PRIMERA COMISIÓN DIRECTIVA

Presidente - Ricardo Cabrera López / Vice-presidente - Julio Decaprio / Secretario - León Fuentes / Pro-secretario - Carlos Fernández Lupi / Tesorero - Álvaro Pérez Yanes / Pro-tesorero - José Rodríguez Lourido / Vocales - Vicente Díaz, Franklin Sassi y Yamandú López.

Ya en esa primera reunión se estableció una cuota mensual para los socios de \$ 25 (de mayo

LOS PIONEROS

El CCIFA se fundó el 22 de marzo de 1965, en el Club Social y Deportivo Atlántida

Aquí transcribo textualmente el comienzo del primer registro del Libro de Actas de la institución:

“Acta N°1 – A los 22 días del mes de marzo de 1965, en la sede del Club S. y D. Atlántida, siendo las 16 hs, se reúnen numerosos

Crónicas de Atlántida

a noviembre) y \$ 50 (de diciembre a abril).

La nueva institución funcionó primero en casas de familia; o en el local de alguno de los comerciantes fundadores; en el Club Deportivo; en un local pegado al Correo de aquella época; y finalmente funcionó bastante tiempo en la construcción circular que está en la esquina de Calle 1 y 22, hasta trasladarse a la actual sede propia, que todos conocemos.

LOS FUNCIONARIOS

Los primeros funcionarios rentados fueron los señores Juan Manuel Gutiérrez, primero y Miguel Onandi después, quienes trabajaban en la "oficina". Y un señor de apellido Ligüera, que hacía la cobranza a domicilio.

LOS GERENTES

La figura de Gerente en el Centro surge recién en los años 90'. Anteriormente lo que existía era el cargo de "Encargado de Oficina". En tal función estuvo primero la Sra. Graciela Romero; luego la Sra. Celia Fonsalía; y en el año 1985 es nombrada la Sra. Alicia Pérez Alvariza, quien ya era funcionaria desde el año 1981. Ella continúa hasta el presente, pero ya como Gerente.

TODOS LOS PRESIDENTES DEL CCIFA

1965- Ricardo Cabrera / 1971- Juan Carlos Estomba / 1973- Nelson Fernández / 1975- Hugo Marichal / 1980- Carlos Gadea / 1982- Ramón Ibáñez / 1983- Orosmán Bonilla / 1984- Amado Hernández / 1986- Hilda Monetti / 1988- Daniel Cigliuti / 1996- Selva Santurión / 2001- Fernando Pellicer / 2002- Nelson Seferian /



2003- Juan José Quintero / 2005- Cristina González / 2007- Susana López / 2009- Daniel Cambón / 2012- Margarita Fernández / 2015- Rogelio Carbó / 2019- Camilo Uhalde.

LA NUEVA SEDE

El diseño del proyecto para la actual sede del Centro, fue obra de los arquitectos Walter González López y Williams Rocha. Este último, el Arq. Williams Rocha, es quien agrega posteriormente el proyecto del salón social.

La primera parte de la sede se inauguró el 17 de junio de 1993. Y el Salón de Eventos fue inaugurado el 12 de diciembre de 2012.

Tanto el trabajo de los dos arquitectos, como también el de los constructores fue honorario. La primera parte la hizo el constructor Pedro Báez con su empresa y la segunda parte la hizo el Constructor Héctor Deana con su empresa.

LA ACTUALIDAD

El próximo 22 de marzo la institución cumplirá 55 años de actuación en la comunidad. Más de medio siglo ha transcurrido y

hoy se encuentra solvente, firme en su concepción y con una sede moderna y muy bien ubicada.

El Centro tiene actualmente una Gerente, doce Funcionarios y dos Contadores, todos ellos rentados. Continuamente se brindan charlas de motivación y asesoramiento para socios y público en general.

El territorio de influencia fue pensado para abarcar desde el arroyo Pando al arroyo Solís Grande, aunque ya hace unos años existe también un centro comercial en Salinas.

Son casi 400 los comercios afiliados: de Atlántida, Estación Atlántida, Villa Argentina, City Golf, Barrio Español, Las Toscas, Parque del Plata, La Floresta, San Luis, Marindia, El Fortín, Salinas, Pinamar, Neptunia, Bello Horizonte, Cuchilla Alta, Jaureguiberry, etc.

El CCIFA está afiliado, desde sus inicios, a la Confederación Empresarial del Uruguay. Y actualmente también forma parte de la Cámara Nacional de Comercio y de CAMBADU.

LA REVISTA "CENTRO"

La institución siempre procuró estar en contacto con sus socios y la comunidad a través de comu-



nicaciones impresas. Las mismas fueron teniendo distintos formatos: volantes, folletos, boletines, etc., que se publicaban según las necesidades y en distintos momentos del año.

Finalmente se llegó a la idea de crear la Revista "Centro"; la que también tuvo distintos tamaños, calidad de papel y de impresión, hasta que desde hace 10 años

se publica mensualmente y es distribuida de manera gratuita, financiada con los avisos de los comercios socios. Es ésta que ustedes están leyendo ahora mismo y que tiene una tirada de 1800 ejemplares.

Desde hace nueve años se publica en el mes de diciembre, -como un complemento de la Revista- la "Guía Turística de la Costa

de Oro", (Travel Guide), en inglés y en español, con información de interés para los turistas visitantes.

Es así que la institución no ha abandonado nunca lo que fue el motivo preponderante de su fundación: el FOMENTO. Continuamente apoya y participa en todo lo que tenga que ver con el cuidado y mejora del ambiente, forestación, cuidado de la playa, colaborar con autoridades locales y departamentales si lo solicitan, acompañar la organización anual del "Atlántida Jardín", el Festival de cine documental "Atlantidoc", y todos aquellos eventos que tengan que ver con el turismo y la promoción del Balneario.

Preguntada Alicia Pérez Alvariza sobre cuál considera el mayor logro del Centro en materia de fomento, explica lo siguiente:

<< Realmente yo no sabría definir uno solo, creo firmemente que el gran logro del Centro es haber permanecido y crecido continuamente en todas las áreas planteadas, tanto en lo referente a la Gestoría, como en lo Gremial, y en la lucha permanente por posicionar a Atlántida y Costa de Oro como destino turístico. Creo que estos son procesos espiralados, donde se pasa varias veces por las mismas zonas, pero siempre desde diferentes lugares y con la experiencia de todos los que estuvieron antes. Me parece que el gran logro es no haber perdido el rumbo y haber continuado trabajando para el colectivo, teniendo como base lo fundacional>>.

¿Está todo dicho, no?.

El Elefante Encadenado

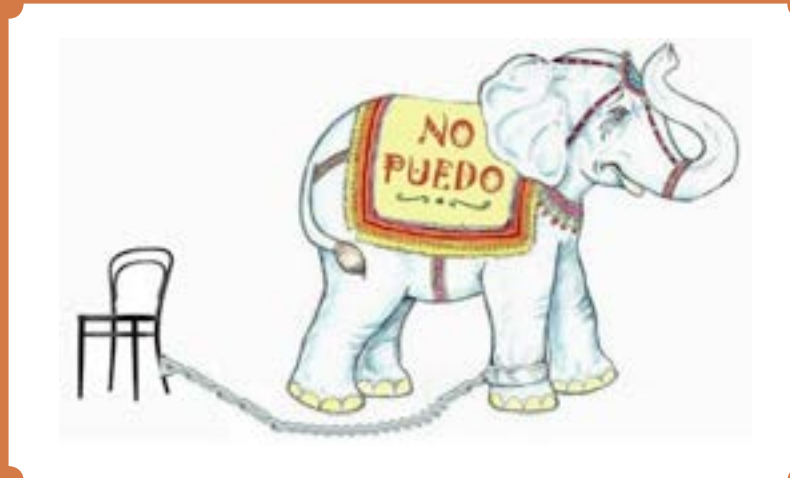
Por: Dr. Carlos Uboldi

Había un niño muy curioso, que le gustaban mucho los elefantes. Un día su padre le dijo que lo llevaría al circo. Allí vieron animales de todo tipo y espectáculos diversos.

El niño quedó fascinado con los elefantes. Cuando llegó a su casa le preguntó al padre: si los elefantes son tan fuertes, ¿por qué no rompen las cadenas que les ponen en el circo?

Lo que ocurre hijo, es que cuando son pequeños, les ponen unas cadenas que no pueden romper. Tiran y tiran, pero como son pequeños no las pueden arrancar. A medida que crecen les ponen cadenas más fuertes y ocurre lo mismo y fracasa en su intento. De este modo, el elefante, cuando se hace mayor, deja de intentar arrancar las cadenas porque recuerda todas las veces anteriores que había fracasado en sus intentos, cuando en realidad ahora es cuando sí puede romperlas debido a su gran fuerza.

Esto se llama indefensión o desesperanza aprendida, es un término que se usa en psicología y se aplica a aquellas personas que les sucede lo mismo que al elefante: cuando quieren hacer algo y fracasan, pierden la ilusión y ceden. Se olvidan que siempre pueden aprender y mejorar y que a medida que pasa el tiempo pueden "hacerse



más fuertes y más grandes...y romper las cadenas".

La indefensión o desesperanza aprendida fue desarrollada por Martin Seligman, psicólogo y escritor estadounidense, dedicado últimamente a la psicología positiva. Seligman llegó a este concepto, luego de hacer unos experimentos con perros.

La indefensión aprendida se puede desarrollar en la vida diaria si nos enfrentamos de manera repetida a una situación que percibimos como desagradable, y que no podemos actuar sobre ella para cambiarla. Al comienzo sentimos mucha ansiedad frente a esta imposibilidad de actuar, hasta rendirnos por completo, pensando que, hagamos lo que sea, no cambiará nada.

Suele verse luego de situaciones traumáticas (guerras, viola-

ción, violencia conyugal física o psíquica, etc.) No todas las personas reaccionan igual. El dolor y el sufrimiento son subjetivos.

Puede verse a nivel escolar (por más esfuerzo que haga el niño no logra resultados), a nivel social (sensación de no estar apoyado, rechazo, bullying, etc.), en el profesional (desvalorización de los superiores), Personal (abandono, rechazo, pérdida, duelo, separación, etc.).

No es la situación en sí la que determina el desarrollo de la indefensión, sino la percepción y la interpretación que se hace de ella.

Debemos aprender de nuestros errores, insistir, y armamos de valor y tratar de mejorar nuestra autoestima y decirnos "yo puedo".

"No está vencido quien se cae, sino aquel que no se levanta". ●

Oportunidad:

CANELONES EXPORTA



Queremos informarles que el convenio con la Intendencia de Canelones y las institución Somos Uruguay Educa tiene el fin de apoyar encadenamientos de comercialización y exportación en el departamento, la web del programa es: www.canelonesexporta.com.uy

A QUIÉN ESTÁ DIRIGIDO

Canelones Exporta es un proyecto financiado por INEFOP, que busca la participación de empresarios que manifiesten voluntad de salir al mercado externo o de integrarse a cadenas de valor que culminen en procesos de exportación en forma estable. Para esto se cuenta con tres modalidades distintas:

1. Modalidad abierta.

Las empresas se inscriben a través de la web manifestando interés o completando un formulario o llamando a Somos Uruguay. Una vez que se inscriben se les hace una entrevista para informar sobre los contenidos del proyecto, y queda formulada una postulación al proyecto.

2. Modalidad por convenio grupo / asociación / gremial.

Somos Uruguay e Intendencia de Canelones firman un convenio con un grupo/ asociación o gremial para que las empresas asociadas o un grupo de ellas se integren al proyecto, generando una propuesta a medida de la asociación.

3. Modalidad sector o grupo de interés sugerido.

Será un sector o grupo que surja como propuesta de la Intendencia de Canelones o de un organismo o agencia pública que sugiera a un determinado sector, grupo de empresas, para participar del proyecto.

REQUISITOS PARA PARTICIPAR:

- Asumirán un compromiso de participación estable con el equipo de Somos Uruguay Educa, el Gobierno de Canelones y el Instituto de Formación y Empleo (INEFOP).

- Deben manifestar clara vocación de salir al mercado externo o de integrarse a cadenas de valor que culminen en procesos de exportación. Se pretende identificar: (i) empresas con potencial exportador y (ii) empresas que se puedan incorporar a la cadena de valor, en el entendido de que un producto exportable requiere para su elaboración de proveedores de distinta naturaleza tales como insumos, materias primas, bienes o servicios.

- Deben estar dispuestos a asumir algún riesgo cuyo mínimo consiste en la inversión de tiempo. El proyecto articulará saberes, competencias y recursos, pero, finalmente, es la empresa quien debe comprometerse asumiendo riesgos. ●

CARTELERA INFORMATIVA

BPS / SERVICIOS PERSONALES CON ACTIVIDAD EXCLUSIVA **Consideraciones sobre el beneficio Fonasa**

Los contribuyentes de Servicios Personales con actividad exclusiva que en el ejercicio fiscal no superen un importe mínimo de facturación dejarán de recibir el beneficio del Seguro Nacional de Salud (SNS) a partir del ejercicio siguiente. A tales efectos se considera que el titular de Servicios Personales tiene actividad exclusiva cuando no es beneficiario del Seguro Nacional de Salud por otra actividad o pasividad en el mes de diciembre.

Cómputo mínimo

Ingresos a considerar Corresponde considerar el total de los montos facturados por la prestación de servicios personales sin IVA (importe neto) del período comprendido entre enero y diciembre de 2019. Asimismo, quienes hayan percibido subsidio por inactividad compensada² deberán considerar los importes nominales, atendiendo a lo establecido por el art. 9 de la Ley 18.922 de 06/07/2012.

Importe mínimo

Para el ejercicio 2019 (enero a diciembre) el mínimo de ingresos de 30 BPC equivale a \$124.620. Si el período fuera menor (por inicio o cese de actividades durante el ejercicio), deberá considerar por cada mes de actividad \$10.385 (2,5 BPC).

Pérdida de beneficio

En caso de no alcanzar el importe mínimo, el trabajador y su familia a cargo dejan de ser beneficiarios del Seguro Nacional de Salud a partir del 1/1/2020, debiendo modificar el código de seguro de salud.

Plazo: hasta el 10 de enero de 2020

BPS / Beneficio a empresas buenas pagadoras

Aquellas empresas que pagaron en fecha sus aportes al BPS recibirán en su factura a pagar en enero, automáticamente y sin hacer ningún trámite, un descuento del 15 % en sus aportes patronales jubilatorios de diciembre, incluyendo el aguinaldo.

BPS / PRESTACIONES DE ALIMENTACIÓN - ART. 167 LEY 16.713

Se informa la modificación introducida por el art. 21 de la Ley 19.732 de 28/12/2018, respecto al tratamiento a otorgar a las partidas por alimentación previstas en el art. 167 de la Ley 16.713. Las partidas por alimentación cuyo pago se haga efectivo mediante instrumentos de dinero electrónico, no constituirán materia gravada ni asignación computable hasta un valor máximo por día trabajado establecido en Unidades Indexadas (UI), según el siguiente detalle:

Desde 01/2020, Tope en UI (*) = 100

(*) Se debe considerar el valor al 1° de enero de cada año.

Cabe señalar que se mantienen vigentes las demás disposiciones que son de aplicación a las prestaciones incluidas en el art. 167 de la Ley 16.713 de 03/09/1995 - Prestaciones de alimentación, médicas, seguros y transporte.

M.T.S.S / Contratación de Trabajadores Extranjeros bajo régimen de dependencia laboral

1- MIGRANTES: Las personas migrantes extranjeras que trabajan en Uruguay tienen legalmente consagrados los mismos derechos y obligaciones que las personas nacionales conforme la normativa vigente. En caso de no disponer de la cédula de identidad, el empleador podrá igualmente contratar a un trabajador extranjero siempre que este último acredite encontrarse tramitando la residencia temporaria o definitiva. Dicha acreditación resultará de la constancia vigente que según el caso expida:

- La Dirección General para Asuntos Consulares y Vinculación
- Ministerio de Relaciones Exteriores
- La Representaciones Diplomáticas en el exterior del país - Embajadas y/o Consulados de la República
- La Dirección Nacional del Migración - Ministerio del Interior.

Esta constancia estará vigente por un plazo de seis meses a partir de la fecha de su emisión. Debe tenerse presente que las autoridades de nuestro país no emiten ninguna constancia bajo la denominación de "Permiso de Trabajo".

2- PERSONAS REFUGIADAS: Las personas solicitantes de refugio que aún no han obtenido cédula de identidad uruguaya podrán ser contratadas para desempeñarse en relación de dependencia laboral siempre que acrediten su calidad de solicitantes de refugio en el país con la constancia vigente emitida por la Dirección General para Asuntos Consulares y Vinculación - Ministerio de Relaciones Exteriores.

Esta constancia estará vigente por un plazo de seis meses a partir de la fecha de su emisión.

3- EMPLEADOR/A: El empleador al momento de contratar un trabajador migrante o refugiado debe proceder como ante cualquier otro trabajador de origen nacional registrándole ante los organismos pertinentes:

- Banco de Previsión Social (con número de cédula de identidad o, en su defecto, con número de Pasaporte, o de documento de identidad del país de origen en caso de encontrarse en trámite la residencia). En caso que el trabajador/a se encuentre tramitando la residencia o la solicitud de refugio, el empleador deberá conservar en su poder una copia de la constancia vigente indicada en el numeral 1 o 2 según corresponda.
- Banco de Seguros del Estado (Seguro contra accidentes y enfermedades profesionales).

4- CONSULTAS: Por dudas relativa a la presente información, el empleador/a y/o el trabajador/a pueden enviar su consulta web a través del siguiente vínculo: <https://bpmgob.mtss.gub.uy/>: o comunicarse a los teléfonos: 0800 7171 (MTSS) - 1997 (BPS).

9a EDICIÓN ATLANTIZA

ARTE EN TIZA / ARTE EFÍMERO SOLIDARIO

11 y 12 de ENERO DE 2020



En su 9º año consecutivo Rotary Club Atlántida, organiza este prestigioso certamen en el que participan artistas adultos, jóvenes y niños. El público, además de apreciar el arte callejero, podrá disfrutar de espectáculos variados, participativos y muy buenos premios. Además como Atlantiza también cumple fines benéficos aparte del apoyo a obras sociales, también estará dedicado a la creación del primer Estadio de Baby Fútbol de la Costa a levantarse en un amplio terreno de Atlántida Norte cercano a la ruta. Habrá música, actividades, juegos premios y sorpresas para toda la familia.

INSCRIPCIONES ABIERTAS

A total beneficio de la creación del 1er. Estadio de Baby Futbol "Rotario José Ferrero" en Atlántida.



PROMO

PRIMAVERA

50%

de descuento
en los 6
primeros meses

Instalación GRATIS

CONTRATOS A 3 AÑOS



KIT DSC 585

SIEMPRE ESTAMOS CERCA

WhatsApp: 097 218 972
sevp@movinet.com.uy
SEVPURUGUAY.COM.UY



@sevpalarmas

@sevpuruguay



AJ Atlántida Joyas

VENTA y REPARACIÓN

ACEPTAMOS TODAS LAS TARJETAS
PLANES DE PAGO SIN INTERESES

Platería Criolla
Lapiceras Parker
Navajas Victorinox
Encendedores Zippo

Calle 11 esq. Montevideo
Tel: 4372 1551

WHO

mistral EDWIN

Thomas Reef

Calle 22 entre
Av. Artigas y Rep. de Chile
Atlántida / Tel: 4372 6462

SERVICIOS MANRIQUE

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

cel: 099983113

R. 11 Km. 165.800

(Fret. al Country Club de Atlántida)

ACADEMIA DE CHOFERES El Aguila

Gonzalo Velazco

Autorizada I.M.C.

CLASES EN LA COSTA DE ORO
4373 5086 - 098 433 236

RESIDENCIAL

Las Calandrias

Calle 5 entre A y B
Las Toscas Sur

Tel: 4372 0018
Cel: 095 95 95 85

OPTICA ATLANTIDA

AUDIOGRAMAS

INCORPORAMOS AUDIFONOS DIGITALES

REXTON

ORDENES DE DISSE PARA AUDIFONOS Y ANTEQUOS

ASESÓRESE POR PRESTAMOS DE DISSE PARA AUDIFONOS Y ANTEQUOS

TODAS LAS TARJETAS

CALLE 22 Y 11 | ATLANTIDA | 43723515

hotel ARGENTINA

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

GRUPO SUR

Solicite su SOA en el momento

San Cristóbal MAPFRE SEGUROS

AIG SANCOR SEGUROS BSB RSA

10% DE DESCUENTO PARA SOCIOS DEL CCIFA

Calle 14 y Rep. de Chile / Atlántida
Tel: 4371 9850 / 099 179 702 / 099 270 482

Ferropark Ferreteria

Horarios:
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

Calle 9 y Mario Ferreira
Envíos a domicilio

Tel: 43755419

Parque del Plata

Da-Sol distribuciones

N&X

cel. 099 370 021
099 180 039

Abitab

AGENCIA de QUINIELAS y CAMBIO

Pague todas 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. 43722109 - 43721484

AGENCIA DE QUINIELAS 5

LOTERIA URUGUAYA Quiniela

Tombola

cifer Ferraro

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

ENVIOS SIN CARGO al TEL. 437 39676 - 437 36160

VISA OCA

LAVALLEJA y ORIBE - LA FLORESTA

CERRAJERÍA ATLANTIDA

Urgencias
099332400
43720291
Calle 11 casi 18

LA POCHA MADERAS

Interbalnearia Km 64
095 059 922
094 012 809
4378 2215

SEVP

SIEMPRE ESTAMOS CERCA

WhatsApp: 097218972
sevp@movinet.com.uy
SEVPURUGUAY.COM.UY

@sevpalmas
@sevpuruguay

REX HOTEL ATLANTIDA

Ubicación panorámica en Punta Piedras Negras frente al Islote de la Sirena

- Estacionamiento cerrado
- Salón comedor
- Jardín
- Terraza y balcones al mar
- Piscina climatizada en Resort Atlántida Jardín

Rbla. T. Berreta esq. Calle 1 / Atlántida
rexatlantida@yahoo.com / www.rexatlantida.com
Tel. 4372 2009

Baipa

Atlántida Panadería y Confitería

CALLE ARTIGAS y 26 - Tel. 437 22016 - ATLANTIDA

VENCIMIENTOS 2020



CEDE

Presentación de Declaración
Jurada y plazo para el pago:

Enero	22
Febrero	26
Marzo	23
Abril	22
Mayo	22
Junio	22
Julio	22
Agosto	24
Setiembre	22
Octubre	22
Noviembre	23
Diciembre	22

NO CEDE

Presentación de Declaración
Jurada y plazo para el pago:

Enero	27
Febrero	26
Marzo	25
Abril	27
Mayo	25
Junio	25
Julio	27
Agosto	26
Setiembre	25
Octubre	26
Noviembre	25
Diciembre	28

IVA MÍNIMO

Mes	Día
Diciembre	20/1
Enero	20/2
Febrero	20/3
Marzo	20/4
Abril	20/5
Junio	20/7
Julio	20/8
Setiembre	20/10
Octubre	20/11
Noviembre	21/12

IVA/IRPF pagos a cuenta

Bimestre	Día
Nov-Dic 2019	27/1
Ene-Feb	25/3
Mar-Abr	25/5
May-Jun	27/7
Jul-Ago	25/9
Set-Oct	25/11

IRPF/IASS

Presentación de Declaración
Jurada y pago del saldo:

RUT/NIE/CI	Días
1	23/6 al 28/6
2	29/6 al 2/7
3	9/7 al 14/7
4	15/7 al 20/7
5	21/7 al 26/7
6	27/7 al 2/8
7	3/8 al 9/8
8	10/8 al 13/8
9	14/8 al 19/8
Atrasados	20/8 al 24/8

EL pago del saldo de cierre de ejercicio al 31 de diciembre de 2019 de IRPF y del IASS se podrá efectuar en cuotas según el siguiente cuadro:

Cuota	Vencimiento
1	26/8
2	25/9
3	27/10
4	25/11
5	28/12

NO CEDE

Balances al 31 de diciembre de 2019:

Presentación de declaración jurada: por Internet, o en medios magnéticos en los locales de las redes de cobranza habilitadas o dependencias de la DGI en aquellos casos en que no existan programas de ayuda disponibles, hasta el 27 de abril de 2020.



PRESENTACIÓN DE NÓNIMAS Y PAGOS DE TRIBUTOS DE SEGURIDAD SOCIAL

Enero - Diciembre 2020

Instituto de Seguridad Social

Resolución de Directorio N° 42-12/2019

MES DE PAGO	NÓNIMAS / PAGOS				NÓNIMAS Y PAGOS										PAGOS POR INTERNET **							
	OBRAS PÚBLICAS	Intendencia, Juntas Departamentales y Comités de Intendencia	Organismos Públicos y otras entidades de naturaleza Pública	MAYORES CONTRIBUYENTES	COBRANZA DESCENTRALIZADA MONTEVIDEO E INTERIOR	PAGO SVS SERVICIOS PERSONALES	TODOS LOS DEMÁS CONTRIBUYENTES															
							TODOS LOS DÍGITOS															
							NO PAGADOS EN LOS ANTERIORES (Incluye Rural y Ceras Privadas de Construcción) Último Dígito de N° de Emplacación*										(Todos los dígitos y totales se aportan en el formulario)					
NÓNIMAS	PAGOS	NÓNIMAS	PAGOS	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9									
ENERO	Contrucción	21	27								22	22	22	22	22	22		22	22	22	22	23
	Otros			14	20	21		14		23	27	17	17	17	17	17	20	20	20	20	20	23
FEBRERO		13	21	12	18	19		12		21	21	17	17	17	17	17	18	18	18	18	18	21
MARZO		12	20	11	17	18		11		20	25	16	16	16	16	17	17	17	17	17	20	
ABRIL		20	27	17	23	24		17		27	27	22	22	22	22	23	23	23	23	23	27	
MAYO		14	25	13	20	21		13		25	25	19	19	19	19	20	20	20	20	20	25	
JUNIO		11	22	10	16	17		10		22	24	15	15	15	15	16	16	16	16	16	22	
JULIO		13	21	10	16	17		10		21	27	15	15	15	15	16	16	16	16	16	21	
AGOSTO		13	21	12	18	19		12		21	24	17	17	17	17	18	18	18	18	18	21	
SEPTIEMBRE		11	21	10	16	17		10		21	25	15	15	15	15	16	16	16	16	16	21	
OCTUBRE		14	22	13	19	20		13		22	26	16	16	16	16	19	19	19	19	19	22	
NOVIEMBRE		13	23	12	18	19		12		23	25	17	17	17	17	18	18	18	18	18	23	
DICIEMBRE		11	21	10	16	17		10		21	23	15	15	15	15	16	16	16	16	16	21	

* Los vencimientos de los reportes de Construcción se rigen por el último dígito del N° de obra.

** Cuando utilicen este mecanismo podrán obtener el vencimiento de sus pagos hasta las fechas que se indican, sin perjuicio de consultar los vencimientos que se establecen en cada caso para la presentación de Nónimas y Declaraciones de No Pago.

*** En las casillas sombreadas se incluye el vencimiento para las empresas rurales.

PLAZO PRESENTACIÓN DECLARACIÓN JURADA FONASA SERVICIOS PERSONALES: 18/02/2020 al 30/04/2020

FARMACIA Las Toscas
de CARLOS RODRIGUEZ

PERFUMERÍA
REGALERÍA
TOMA DE PRESIÓN
EXAMEN GLUCEMIA

Envíos sin cargo
4371 5367
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

tenacom
Enfermería y Acompañantes

SOMOS UN SERVICIO DE ACA
PENSADO PARA SU FAMILIA

TELÉFONO
4372 1111
Av. Artigas entre 12 y 14
Atlántida

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

CÁMARA INMOBILIARIA
URUGUAYA
CASA RECOMENDADA
Círculo de
Calidad

DISTRIBUIDORA

CLAU-MAR S.R.L.

Pernod Ricard Colonial Limay

Calle 14 entre C y D, Parque del Plata
Tel: 4375 5564 / email: theophile14@vera.com.uy

EL ABUELO
EXCLUSIVIDADES Dr. DANIEL GONZALEZ

skyblue Daniel Carrión Brookfield Legacy

CALLE 11 y 22 - ATLANTIDA
TEL.: 437 23710

Cobrá tu sueldo o pasividad de forma fácil y segura

Retirá dinero en las sucursales de ANDA y en la red de cajeros Banred de todo el país.

Tarjeta VISA internacional sin costo.
(No es necesario ser Socio de ANDA).

Descuentos:
• 4 puntos de IVA en compras en comercios.
• 9 puntos de IVA en restaurantes.
• 2 puntos de IVA en pago de facturas.

Sucursal Atlántida - Calle 1 s/n y Roger Balet
Tel.: 437 29158 

de anda
DINERO ELECTRÓNICO

"Canelones, obrero fecundo, tu señalas un rumbo triunfal"

CENTINELA SEGURIDAD *Natur* HIGIENE AMBIENTAL

M. D. CERVINI S.A.

Las Personas son la base de esta Empresa nacida en Canelones con alcance Nacional

4372 5290
2908 6890

LALUCHA IV FERRETERIA S.R.L.

SANITARIA
ELECTRICIDAD
HERRAMIENTAS
TORNILLERÍA
PINTURA

ENVÍOS SIN CARGO

ROGER BALET Y AVDA. ARTIGAS
ATLANTIDA - 4372 3603

SANTA PAULA

Tel. 437 39674
Calle 33 y Muttoni
La Floresta

Tel. 2708 6000
Av. Brasil 2897 esq. Ellauri
Montevideo

DE LA FLORESTA

TRANSPORTE

EL TIBURÓN

TAXIS - SALUD - TURISMO - REMISES
4372 4040 / 096 72 4040
taxiselitiburon@hotmail.com

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

P

Ferretería El Puerto

HORARIO:
Lun a Sáb de 8 a 19

PARQUE DEL PLATA NORTE
Av. Argentina esq. S1
Tel. 4375 3292
ferreteriaelpuerto@live.com

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

AQUI D'TODO

VERDULERIA y ALMACEN

**TIENDA, BAZAR
JUGUETERIA**

Simón Bolívar
e/18 de Julio y Sarandí
Tel. 4378 2284

**HORTIFRUTICOLA
HUERTA VIVA**

ENTREGAS
A DOMICILIO

SIN CARGO

M. FERREIRA e/ D y E

Tel. 437 26721
Cel. 095 151 361

ENTREGAS SIN CARGO

BARRACA EL CINE

RUTA INTERBALNEARIA km. 44
en la entrada del Aguila, Villa Argentina

**FERRETERIA
SANITARIA
ELECTRICIDAD**

Materiales para la
construcción
Pinturas

CONSULTE POR CREDITOS Y TARJETAS

Tel. 4372 5807 - 4372 8105
Horario: LUNES a SABADOS 8:00 A 18:00 hs.
alvarezgiance@hotmail.com / www.uruguay-empresas.com/el.cine

ALIMENTO PARA SU MASCOTA
ENVÍOS SIN COSTO
CAT DOG
LOS MEJORES PRECIOS!
NO DUDE EN CONSULTAR
094 722 704 / 4373 9257
 INTERBALNEARIA KM. 49.100 ENTRE CALLES 9 Y 10

Autoservice
"Lo de Lilo"
Envíos
4378 4871
 Calle 2 y 8 - Santa Lucía del Este

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

LASER T.V.
CASA CENTRAL: Calle 22 entre Rep. Chile y 11.
 Tel: 437 2 31 05 / 2 16 19 / Fax: 437 2 16 27
MUEBLERÍA: Ruta interbalnearia km 46.500. Tel: 437 2 25 89.
TECNO LASER: Calle 11 y 22. Tel: 437 2 25 48.
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.
RED TEC INFORMATICA
Galería Portofino Local 13, Atlántida / Tel: 43716456
099372649



Melo
RENT A CAR
MT N° 271
Tel: 4372 4455
088 024 455
R. INTERBALNEARIA
KM. 46.200, Atlántida Canelones
(a pocos minutos del Aeropuerto)
melorentacar@hotmail.com
www.melorentacar.com.uy

La Cueva
CONDIMENTOS - YUYOS
YERBAS MEDICINALES
HORARIO DE VERANO
LUNES A DOMINGO DE 8 A 20H
DIAGONAL 11 Y RAMBLA
PARQUE DEL PLATA
(FRENTE AL ARROYO)
TEL. 4375 5371

Sésamo	Harina semillas de zapallo	Maní con cáscara	Tapioca
Amaranto	Aceite semillas de zapallo	Lentejas pre lavadas	Semillas de alfalfa
Chia	Mijo	Porotos de soja	Burgul
Quinoa	Gluten	Porotos lupino	Levadura de cerveza (medicinal)
Girasol pelado	Granola	Garbanzos 1a calidad	Lecitina granulada
Avena	Pasas de ciruela	Galletas de arroz dulces	Sémola de maíz blanco
Avena pelada	Fécula de mandioca	Galletas de arroz saladas	Sémola de trigo
Avena arrollada	Fitoestrógenos	Nueces	Fariña
Salvado de avena	Albahaca	Almendras	Aceite canola
Harina de lino	Arvejas frescas	Germen de trigo	Agar-agar
Harina de quinoa	Arvejas peladas	Condimento verde	Melaza
Harina integral	Mazamorra de trigo	Azúcar rubia	Pasas de arándanos
Harina de centeno	Mazamorra blanca	Azúcar orgánica	Maca
Harina de garbanzos	Mazamorra colorada	Sal marina	Nueces pecan con cáscara
Harina de arroz	Salvado	Proteína de soja	Harina de sésamo
Harina de lentejas	Maíz pororó	Salsa de soja	Lino
Harina de soja	Maní tostado s/sal	Soja verde	Lino dorado
Harina de mijo		Copos de maíz	
Harina de mandioca		Crema de maíz cascarrilla	

Colegio y Liceo
Nuestra Sra. del Rosario
Tel: 4372 2923
Saber Ser, Saber Hacer, Crecer en la fe
PRIMARIA COMPLETA Vespertino de 13 a 17 hs
 Matutino 2 días opcional, 5 días opcional
Actividades Extracurriculares especiales
 INGLES, INFORMATICA, TALLER DE DEPORTES, TALLER DE MUSICA, CANTO E INSTRUMENTOS
 CAMPAMENTOS, CLUB DE NARRADORES, DANZAS, TALLER DE EXPRESION PLASTICA
SECUNDARIA Matutino obligatorio de 7:55 a 13:05
 CICLO BASICO
 PRIMER AÑO BACHILLERATO Extensión horaria

SUAREZ & PRESA
GOMERIA
ENGRASE
LAVADO
Cel. 096 414 252
 Interbalnearia y
 Av. Argentina. Pque. del Plata

Lo de Amparo
COMIDAS CASERAS
 Rep. de Chile y Roger Bolet
 Tel: 4372 5764

PANADERIA y CONFITERIA
Dani



HORARIO DE VERANO
8:30 a 14:00 y 16:00 a 21:30
R. Interbalnearia km. 49.200
Tel. 4375 3033
PARQUE DEL PLATA

HELADERIA ATLANTIDA



Calle 1 y Ciudad de Montevideo
ATLANTIDA

Comida Vegetariana
Congelados.
Mercado de productos saludables.



✓ Ay. Circunvalación
esq. Calle II - Atlántida.
43755385
092662672
Rysa Rico y Sano
www.rysaricoy sano.com

SCOPICE ALARMAS
lo protege




Su permanente compañía de seguridad
ATLÁNTIDA FRENTE A TIENDA INGLESA

4372 7771 / 4373 7911
www.scopiceseguridad.com

COCOMotos
MOTOS, BICICLETAS y AFINES
Distribuidor y Service Oficial Honda, keeway.

R. Interbalnearia e 9 y 10
Parque del Plata

Tel: 43754944 - 4375 6285
099 680 157
www.motosybicicletas.com.uy - ventas@motosybicicletas.com.uy

FARMACIA BOLOGNA



4375 2068
ENVÍOS A DOMICILIO
Av. Argentina e/ G y H
PARQUE DEL PLATA

ROTISERÍA ALKALA



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

Tel. 4372 1189
Cel. 099 876 443

IMPRENTA
AUTORIZADA POR DGI

FERRER GRAF



1959 - 2019
en la costa de oro
4372 5118
094 323 464
094 892 197
www.ferrergraf.com
ferrergraf@gmail.com

HPINTADO CAMIONES

TEL.: 437 25392 - 437 27446
ATLANTIDA

AUTOSERVICE
MONACO
LAS TOSCAS
CALLE C Y 5

TEL: 4372 1650

RENOVA TU CASA!



K KROSER
Un mundo de soluciones

BARRACA FERRETERIA

SAN LUIS
Ruta Interbalnearia km. 62.500
Tel. 43752250/2540 - 092950027
barracacrosier@gmail.com

PARQUE DEL PLATA
Ruta Interbalnearia km. 49.500
Tel. 43755048/5144 - 093054007

CUCHILLA ALTA
Ruta. Agencia Pasa y Paysona
Tel. 43759136/7574 - 096879405

Lácteos de Colonia



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

Cel:
099122280
099938738

ARIES
Servicio Integral de Mantenimiento



096 111 214
099 478 856
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

Kids Fresa



Moda infantil y preadolescente

Calle 22 y Gral. Artigas
Tel: 4372 6673
Atlántida, Uruguay

DCA **WISA**

pabloneruda.edu.uy
Teléfonos
Primaria: 4372 1611
Secundaria: 4372 1771



INSCRIPCIONES 2020
ABIERTAS
cupos limitados

inicial - primaria - ciclo básico - bachillerato en todas las orientaciones

PAPELERIA



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

Escuela de Conductores **Canaria**



AUTOS
Te vamos a buscar y te llevamos a tu domicilio

Clases en Ciudad de la Costa y Costa de Oro
0800 8910
CEL. 099 372404
autoescuelacanaria@gmail.com
Dir. Tec. Alejandro Aquino



MARSELLA E HIJOS LTDA
PRODUCTOS CONGELADOS

Ruta 11 km 164,500 / Tel: 4372 7334 / 095 271 905 / Estación Atlántida
marsellaehijosltda@gmail.com / www.marsellaehijos.com.uy

Bianco y Rosé SRL

BSE

BANCO DE SEGUROS DEL ESTADO
AGENTES OFICIALES EXCLUSIVOS DEL ARROYO PANDO AL SOLIS CHICO

AGENCIA ATLÁNTIDA
 Calle 22 entre Artigas y 3
 Tel: 4372 2783
 Cel: 099 605 116
 bseatl@gmail.com





**USÁ
TU BOLSA
REUSABLE**

**SIEMPRE JUNTOS
SIEMPRE CON VOS**



todo lo necesario en un mismo lugar.

CALLE 9 entre Calle C y Calle B
Parque del Plata

Fonopedidos 437 55 626 - 437 55 471 - www.superrodi.uy

TAO: “EL CAMINO A LA ARMONÍA”

Por: Mabel Bemposta

XLII

El Tao engendra el Uno,
el Uno engendra el dos,
el dos engendra el tres.
El tres engendra todos los seres.
Todos los seres llevan la sombra a sus espaldas
y la luz en los brazos.
Y el aliento de la nada resuelve la armonía.
Aquello que el hombre aborrece,
la soledad, la pobreza, la indignidad,
es el título requerido por los soberanos.
Porque lo que se disminuye crece
y lo que se engrandece es disminuido.
Yo enseño lo que otros han enseñado:
«el hombre violento no tendrá una muerte natural».
Esta es la guía de mi enseñanza.

XLIII

Lo más blando del mundo
vence a lo más duro.
La nada penetra donde no hay resquicio.
Por esto conozco la utilidad de la no-acción.
Enseñanza sin palabras.
Eficacia en la no-acción.
Pocos en el mundo llegan a comprenderlo.



VERSO XLII

El Tao es la fuente de donde surge todo lo conocido y lo desconocido, lo tangible y lo intangible y, al mismo tiempo, es la unidad, es decir, lo que todo lo integra. La fusión de los opuestos conduce a la armonía.

Lao -Tsé nos menciona algunas situaciones a las que relacionamos como “causas” de sufrimiento: quedar huérfanos, pasar hambre o sentirse desvalido. Luego nos dice que lograr la armonía taoísta implica ganar cuando se pierde. ¿Cómo puede ser esto posible? Como todo verso, el significado es personal. Siento que su mensaje plantea que si vivimos conscientes de nuestra mortalidad no le daremos una desmesurada importancia a las condiciones físicas de la vida. Por ejemplo, fui una niña no deseada y durante muchos años “sufrí” ese desamor. Llegué a sentirme desvalida, huérfana y también hubo una época en la que pasé hambre. Estuve en situación de calle con mis dos hijos pequeños. Eso me llevó a to-

mar la decisión desesperada de invadir una casa, es decir, me convertí en “ocupa”. Inmediatamente, una vecina me denunció. Llegó la policía con el dueño de la vivienda. Me temblaban las piernas, el corazón latía desenfrenado en mi garganta. Resultó que el hombre me conocía de cuando trabajé en una oficina pública (fui empleada pública por diez años y abandoné ese trabajo seguro porque me hacía infeliz). Él no podía creer que era aquella mujer que había conocido en la oficina. Se compadeció de mi situación, me dijo que utilizara la vivienda el tiempo que necesitara y para mi sorpresa, me agradeció lo amable que había sido con él cuando lo atendía en aquella oficina. Como dice Lao-Tsé: “...se gana cuando se pierde...”. Por último, se refiere a que si nuestra energía es violenta no cosecharemos energías positivas y agradables. “El hombre violento no muere de muerte natural”, a lo que agregó, que tampoco vive una vida pacífica y amorosa.

VERSO XLIII

Nuestro mundo occidental le da un enorme valor a la “dureza”, es decir, a ser fuertes, a resistir. El sacrificio es entendido como algo positivo. En la consciencia colectiva hay un pensamiento recurrente: “...cuánto más te sacrifiques y sufras, mejor persona eres.” Un claro ejemplo es cuando escuchamos a personas decir que tuvieron que dejar de estudiar para salir a trabajar y ayudar a su familia. Me lo han dicho muchas personas a lo largo de mis 58 años de edad. El denominador común que encontré, es que ese hecho los hacía sentir más importantes que los que han tenido una vida “fácil”, a su entender. Por otro lado, la gran mayoría de esas personas mienten, en especial a ellos mismos. A veces construimos historias que justifiquen nuestra irresponsabilidad. Con los años aprendí a ir a favor de la corriente, a no resistir, como el agua: “La más dúctil de todas las cosas domina a la más dura de ellas.”

Actuar sin “esfuerzo”, dejarnos llevar, como cuando hacemos la “plancha” en el mar. La inacción tiene muy mala fama y como dice Lao-Tsé, con ella se aprende y se enseña mucho más que con acciones vacías o violentas. Cuando permitimos que la suavidad forme parte de nuestra vida, el camino deja de ser “difícil”. Según Ralph Waldo Emerson: “...así actúa la inspiración, cástate con la naturaleza, no la uses por mero placer.” Uno de los ejercicios diarios que realizo es estar en silencio observándome y observando lo que me rodea. Doy fé que el silencio y la inacción, el fluir, nos inunda de paz.

Hasta la próxima. ●

ARTE EN LA ARENA



Esculturas en la arena, este arte efímero que se realiza desde hace años, es un evento de toda América Latina, que no compiten muestran su arte. En Marindia, en la playa, es el evento principal. También en el camping se hacen esculturas que duran varios meses y se pueden visitar.

23 al 27 de Enero
Marindia

28 y 29 de Enero
Atlántida

30 de Enero al 2 de Febrero
La Paloma

4 y 5 de Febrero
Pocitos

Luego Lagomar y El Pinar

PROGRAMA + LIMPIEZA + RECICLAJE – PLÁSTICOS DE UN SOLO USO GOBIERNO DE CANELONES – MUNICIPIOS COSTEROS

El plástico se ha convertido en un material de consumo práctico y versátil. A nivel mundial, se estima que el 50% del total del plástico producido es de un solo uso, o sea, esos plásticos que tienen una vida útil muy corta y rápidamente se transforman en residuos: botellas descartables, bandejas para contener alimentos, cubiertos, sorbitos, vasos, bolsas, etcétera. El uso desmedido y el mal manejo de estos plásticos está generando serios daños a nuestro ambiente, mares y fauna. Se estima que, de seguir así, para el 2050 los océanos contendrán más plásticos que peces y el 99 % de las aves marinas habrán ingerido plástico.

El Gobierno de Canelones adhirió a la Campaña de ONU Mares Limpios, llevando adelante estrategias para reducir y recuperar estos plásticos. Con sus cinco programas de recuperación de residuos -tanto en hogares como en oficinas públicas, comercios e industrias- se destinan al circuito de reciclaje cerca de 300 toneladas mensuales de residuos, de las cuales el 23% corresponde a plásticos.

En esta temporada 2019-2020, el Gobierno de Canelones junto a los municipios costeros está impulsando un nuevo Programa +Limpieza +Reciclaje -Plásticos de Un Solo Uso, donde se busca generar conciencia y estimular buenas prácticas en los ciudadanos, turistas y comercios de los Municipios de Paso Carrasco, Ciudad de la Costa, Salinas, Atlántida, Parque del Plata y La Floresta.

Este programa tiene como objetivo reducir el consumo de plásticos de un solo uso, sumando acciones para proteger los cursos de agua y la costa de Canelones. Se reforzó el servicio de limpieza de playas tendiendo un servicio anual con más personal y equipamiento.

EL PROGRAMA +LIMPIEZA +RECICLAJE -PLÁSTICOS DE UN SOLO USO TIENE TRES EJES:

- 1.- Educación Ambiental. Generando consumidores responsables: talleres con centros de estudios y actividades recreativas en playas; campaña de comunicación realizada con aportes de centros de estudio de la zona; difusión en redes sociales y medios locales. Instalación de diez Estaciones de Reciclaje en la costa, junto con la Asociación Civil Empresarial CEMPRE.
- 2.- Municipios comprometidos. Mediante Resolución Municipal, los municipios costeros se comprometen a participar activamente en esta campaña apoyando las actividades de comunicación, educación ambiental y trabajo con comercios. Además, se suman con estrategias "desde casa" con acciones de reducción y reciclaje en oficinas municipales y otras oficinas públicas.
- 3.- Comercios comprometidos. Promover en el sector empresarial buenas prácticas en el manejo de los residuos y la reducción de plásticos de un solo uso, trabajando especialmente con los paradores de playa. Se brinda, junto con CEMPRE y DINAMA-MVOTMA, asesoramiento técnico a los comercios para reducir los plásticos descartables utilizados y gestionar adecuadamente los residuos generados. Así mismo, a aquellos comercios que se comprometan en este sentido se les hará un reconocimiento público.

PROGRAMA + LIMPIEZA + RECICLAJE – PLÁSTICOS DE UN SOLO USO COMERCIOS COMPROMETIDOS.

INVITAMOS A LOS COMERCIOS DE LOS MUNICIPIOS COSTEROS A SUMARSE A ESTA CAMPAÑA, COMPROMETIÉNDOSE CON LA LIMPIEZA URBANA, EL RECICLAJE Y LA REDUCCIÓN DE PLÁSTICOS DE UN SOLO USO.

La propuesta consiste en que cada comercio que adhiera a la campaña separe cartón, nylon y otros reciclables que se generen en su local, los cuales serán recolectados por un servicio especial de la Intendencia, sin costo, y destinados a su reciclaje con cooperativas de clasificadores. Para el resto de los residuos generados (residuos comunes), según las características y el volumen, se coordinará la recolección por parte del servicio municipal (habilitándolo a utilizar los contenedores públicos o mediante contenedor de uso exclusivo). De esta forma, entre todos colaboramos con la limpieza urbana y con la correcta gestión de los residuos.

Los comercios que adhieran al reciclaje recibirán por parte de la Intendencia de Canelones un reconocimiento (diploma y adhesivo distintivo) como "Comercio Comprometido". Así mismo, se asesorará y premiará a aquellos comercios que se comprometan además en estrategias para reducir los plásticos de un solo uso, mediante la reducción de envases, vajillas y embalajes descartables, uso de bandejas y vajilla compostable, entre otros. Con los paradores de playa se está realizando un trabajo específico, promoviendo, estimulando y premiando estas prácticas de reciclaje y reducción de plásticos, en el entendido de que las acciones de estos locales y sus clientes pueden llegar a tener un impacto más directo en el entorno costero.

PARA ADHERIRSE Y POR MAYOR INFORMACIÓN:

OFICINA DE ATENCIÓN A LA EMPRESA, ÁREA DE GESTIÓN DE RESIDUOS (DIR. GRAL. GESTIÓN AMBIENTAL), INTENDENCIA DE CANELONES.

Tel. 26821882 interno 4650 o Secretaría de Municipios Costeros.
O al mail ambiente@imcanelones.gub.uy



ENTREVISTA AL SOCIO

Carlos Rodríguez

Farmacia Las Toscas

Por: Andrés De Mello

"En todas las maneras concebibles, la familia es un vínculo con nuestro pasado y nuestro puente hacia el futuro."

Alex Haley

Carlos Rodríguez, responsable de "Farmacia Las Toscas", tuvo la deferencia de aceptar la entrevista que están por disfrutar. Su historia es ejemplo de que la familia, tanto natural como de corazón, puede llegar a ser la base fundamental para la construcción de la vida que elijamos crear.

A: ¿Cuándo abre sus puertas Farmacia Las Toscas?

CR: Es toda una historia. Hace cinco años, el 29 de diciembre estábamos armando la farmacia; habíamos arrancado a la tarde. Al rato, sentimos que golpean la puerta y era alguien que quería comprar. Así sucedió unas cuantas veces, a estas personas les decíamos que aún no habíamos abierto al público, pero llegó un momento en que mi madre propuso dejar la puerta abierta y atender al que se acercara; entonces, el 29 de diciembre a las 18 hs. empezamos a vender (risas).

A: ¿Cómo fueron los primeros momentos?

CR: Nervios, muchos nervios. Tenía la experiencia gracias a mis padres, pero no como dueño. Los dos primeros años fueron de lucha fuerte. Mucho horario, mucho servicio, mucho aprendizaje.

A: ¿Habías experimentado con otros rubros u otros trabajos?

CR: De muy joven trabajé en boliches, en barras (risas) Me divertía y ganaba plata. Pero en realidad arranqué en el rubro farmacia a los 19 años.

A: ¿Cuándo elegís llevar adelante este emprendimiento?

CR: Al año y medio de vender mis padres la farmacia. Primero probé trabajar para la empresa que la compró, pero no me sentí cómodo. Un día, paseando con mi viejo, pasamos por Las Toscas y nos dimos cuenta de que faltaba este tipo de servicio. Lo empezamos a hablar y pensar con mi esposa, Cecilia, y decidimos empezar a hacer los trámites, que son muchos, para ir consiguiendo los permisos para abrir nuestra farmacia. Desde ahí, se fue dando todo. Al año de iniciar todo conseguí el permiso. El local fue gracias a mi madre que habló con la dueña de un local donde había un ciber y cómo éste cerraba nos venía bárbaro, sobre todo por las dimensiones porque te exigen determinada cantidad de metros cuadrados y condiciones para abrir una farmacia.



A: Así que es bastante complicado cumplir con todos los requisitos.

CR: Sí, son muchas cosas. El local salió pero tuvimos que hacer muchas reformas para cumplir con los requerimientos que exige el rubro. Siempre con el apoyo de la familia, tanto de mi lado como de mi esposa. Además nos motivaba mucho nuestra primera hija que había nacido el 28 de octubre.

A: Elegir el rubro, ¿fue casi natural?

CR: Sí, es como innato (risas) Me siento cómodo, en lo mío.

A: ¿Qué se siente ser empresario?

CR: Como todo, tiene sus pro y sus contras. Pero me gusta vivir en esa subida y bajada emocional (risas)

A: Al ser un rubro tan complejo y delicado, ¿cómo adquirís la información que necesitás?

CR: La mayoría de la información te la proporcionan los laboratorios. Y sí, es muy delicado. Por ejemplo, las lecturas de las recetas es complicadísimo (risas) y si hay dudas tenés que averiguar bien porque no podés entregar cualquier medicamento. Llegado el caso se llama a la mutualista para confirmar la medicación indicada.

A: ¿Se siguen haciendo preparados en la farmacia?

CR: No sé si en todas, pero nosotros hacemos, por ejemplo: preparados para hongos en las uñas de los pies; para quemar verrugas; algún preparado homeopático, entre otros. No somos una farmacia homeopática pero es un debe que tengo, me encanta el tema.

A: ¿Puede estar dentro de tus proyectos?

CR: Si, por supuesto. También todo lo que tiene que ver con los productos derivados del cannabis. Tenemos una habilitación del MSP para hacer preparados naturales.

A: ¿Qué te trajiste como herencia de la icónica Farmacia Rodríguez?

CR: Todo y lo que puedo seguir agregando como contribución al magnífico trabajo que hizo mi familia. Heredé, entre muchísimas cosas, el saber tener un trato personal con los clientes, que eso no se ve en las empresas modernas, al punto que si tengo que recomendar que vayan al médico lo hago (risas).

ENTREVISTA AL SOCIO



A: ¿Por qué tu decisión fue Las Toscas?

CR: Estuve averiguando en muchos lugares pero acá me resultó ideal. Se dio todo, además era relativamente cerca de dónde estuvo la farmacia de mi familia. Te digo más, luego de que abrimos tuvimos la sorpresa de que muchos de los clientes que iban a la farmacia de mis padres empezaron a venir acá, ya sea por cercanía geográfica o por elección personal.

A: ¿Dónde vivís?

CR: En Parque del Plata, soy de la verde (risas) Me mudé hace un mes.

A: Entonces casi verde (risas) ¿Qué servicios brinda Farmacia Las Toscas?

CR: Además de la base que son los medicamentos y productos de higiene, entre otros, tenemos delivery; toma de presión, control de glucosa, hasta llegamos a tener una balanza para pesar bebés (risas) Estoy en marcha de actualizar todo lo referente a redes sociales y pasar del teléfono fijo al uso de WhatsApp.

A: ¿Cómo influye en el año la temporada de verano?

CR: Mucho, una buena temporada te ayuda a pasar momentos difíciles durante el resto del año.

A: ¿Cuál es tu percepción de cómo van evolucionando los balnearios de la zona?

CR: Hay cada vez más servicios, lo que atrae a más público, pero siempre se puede dar más. Le daría más vida a la rambla, así como están los aparatos



para hacer ejercicios pondría más cosas. Vos ves balnearios que el verano se mueve en la rambla. Quizás se podrían hacer espectáculos, es decir, no depender sólo de la playa como atracción para el turista. En ese sentido, Atlántida está muy bien y los demás estamos más tipo balneario tranquilo, lo que es genial también (risas)

A: Contame cómo fue la experiencia de ser por un tiempo una de las farmacias de venta de cannabis medicinal.

CR: Cuando surgió la posibilidad, consulté con mi padre, tuvimos un debate precioso (risas) y decidí intentarlo. Fue una experiencia linda pero muy complicada, los primeros fuimos como conejos de indias (risas). Llegaron a haber treinta mil inscriptos. Cuando lo viví llevaba tres años de farmacia, y a pesar de que fue un trabajo muy estresante, por las colas que se armaban, entre otras cosas, sirvió para hacerme más conocido en la zona, inclusive me hicieron entrevistas periodistas de otros países para conocer la experiencia. Después elegí la tranquilidad y hasta que no sea un producto como cualquiera en la farmacia no vuelvo (risas)

A: ¿Cómo combatís el estrés?

CR: Deporte, mucho deporte. Nadar, fútbol, bicicleta, todo físico.

A: Estupendo. Muchísimas gracias por tu tiempo.

CR: Gracias a ustedes. ●

VERANO 2020 EN ATLÁNTIDA

Teatro y Más Teatro

Por: Lic. Ana Lasserre

Enero y febrero huelen a sal. El mar, las playas son las protagonistas. Pero desde hace ya algunos años, los turistas y lugareños, buscan ese no sé qué, del entretenimiento.

La noche cae sobre las arenas húmedas y las luces se encienden en TEATRO ALSUR, entonces la gente busca reír, emocionarse, distraerse y por qué no pensar.

Hay un dicho futbolístico que dice "cuadro que gana, no se cambia". Sabemos poco de fútbol, pero la frase cabe en estos casos. Luego del éxito de la pasada temporada estival, serán parte de la cogestión de la sala Vezzoso, los reconocidos artistas uruguayos, Carmen Morán y Hugo Giachino.

Es un honor y un gusto a la vez que esto suceda. De esta forma la cartelera se verá colmada de títulos que fueron éxito en Montevideo. Una nutrida y variada presencia de reconocidas figuras como Cristina Morán, Pepe Vázquez, Graciela Rodríguez, Charly Álvarez, Alejandro Martínez, Fernando Amaral, así como los mismísimos Carmen y Hugo subirán al escenario.

Pero no todo termina acá. El Café del teatro renueva su propuesta y al ambiente cálido y acogedor le agrega una oferta gastronómica que los sorprenderá. Será un lugar FRIENDLY (amistoso) con su música en vivo y sus atractivos espectáculos.

Como les decimos siempre, "LA MESA ESTÁ SERVIDA", esperamos ansiosos a los comensales. ●





Recomendamos...

Por: Mabel Bemposta

"Somos lo que pensamos. Todo el mundo surge de nuestros pensamientos. Con nuestros pensamientos hacemos el mundo." Buda Gautama

"LA LAVANDERÍA" (2019), película basada en uno de los escándalos de lavado de dinero conocido como "Los papeles de Panamá". Dirigida por Steven Soderbergh y protagonizada por Meryl Streep, Gary Oldman y Antonio Banderas.

Va siendo hora de cambiar nuestros pensamientos si queremos un nuevo mundo más justo y fundamentalmente más humano.

Feliz Vida.
Hasta la próxima.



ABITAB

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

ABOGADOS

Cecilia Pastorino T. 099 612 571
Lucy de Azpitarte La Floresta, T. 4373 9946, C. 095 200 236
Patricia La Paz T. 4372 8583, C. 099 954 164
Florescia Martinez Balmelli C. 098 724 209, T. 4372 4082, Atlántida
Rosario Cervini T. 4371 6571, C. 092 328 998, estudiocervini.com.uy
Soledad Arregui T. 4372 5598, C. 099 292 834

ACOMPAÑANTES

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

AGENCIAS de VIAJES

Atlantitours Rep. del Paraguay e/ 5 y 7, Atlántida, T. 4372 3060 - 094 421616
Bastour C. 093 304 682, Galería Portofino, Atlántida

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

Rent a Car Melo R. Inter Km 46.200, Atlántida T. 4372 4455, 098 024 455

ARQUITECTOS

Arquitectura Integral T. 4372 2338, Atlántida, Rambla e/ 10 y B
Silvia Torti Calle 23 y H, Parque del Plata, C. 099 204 945, T. 4375 0253

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
Benji T. 4378 7888, Jaureguiberry, Calle Ariel esq. Artigas
Super Dunas Av. Argentina esq. L, Parque del Plata, T. 4375 5256
La Bomba Ruta 11 km 163,500, T. 4372 5051
La Locura Calle 24 esquina Y, Parque del Plata Norte
La Pausa Calle H entre 3 y 4, Parque del Plata
La Unión Calle 30 y J, Parque del Plata, C. 093 885 019
Lo de Ramón T. 4372 8448, Las Toscas, Central y 7
Nelly Monseñor Orsali entre 5 y Mario Ferreira, Estación Atlántida
Provisión Ricardo Est. Atlántida, Calle 5 y 6
Silva y Silva R1 entre 18 y 20, Parque del Plata Norte, C. 095 148 664
Super Parque Calle 17 esquina R2, Parque del Plata
Yaya T. 4372 4993, Calle 50 esq. 58, Atlántida Norte

BARRACAS

El Cine Ruta Interbalnearia Km. 44 T. 4372 5807 - 4372 8105
La Cruz Calle 19 entre Ruta 11 y 22, City Golf, T. 4372 4406
La Fortuna Calle W entre 17 y 16, Parque del Plata, C. 097 988 407
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

BOLSAS Y 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

Progreso Ruta 11 y 5, Est. Atlántida. T. 4372 4265

CASAS de CAMBIO / RED de COBRANZAS

Abitab Calle 11 y 24, Atlántida T. 4372 2109 - 4372 1484
Cambio 18 Ciudad de Montevideo y Calle 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
Delisa Gabriel C. 094 242 978, Amezaga 1994, Montevideo

CLUBES/ACTIVIDADES DEPORTIVAS

Club El Descubrimiento Ruta Interbalnearia Km. 59,800 T. 4378 2141 - 4378 2143
info@eldescubrimiento.com
COETC Joanicó 3725, Montevideo, T. 2506 4545
Shaolin Chuan Uruguay Ruta 11 e Interbalnearia, Atlántida, T. 4372 6778

COLEGIOS y LICEOS

Alianza Atlántida Av. Artigas y 26, T. 4372 3214, Inglés para todos
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

COMIDAS

Acá Nomás Atlántida, Calle 11 e Inter. Carlitos Mario Ferreira y Calle 9, Parque del Plata, T. 4375 5419
Martino's Servicio Integral de Catering C. 099 967 400
Naio Pizza Av. Argentina y X, P. del Plata, C. 095 146 579, T. 4375 7568
Toque Orgánico T. 4372 3448

CONSTRUCCIÓN

Ademar Correa C. 096 399 577, Pinamar
Al Cubo Interbalnearia entre Laborido y 5 B, Atlántida Norte, T. 4372 2125
Geremias Amarillo C. 091 377 431
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/WEB

Diego Nogueira C. 099 336 427

DISTRIBUIDORAS

Cigarrillos Ana Paola Castillo, C. 095 566 502
Cigarrillos Roberto Garibotti, C. 098 959 710
Clau-Mar T. 4375 5564
Da Sof Nix C. 099 370 021, 099 180 039
Marsella e Hijos T. 4372 7334
 Ruta 11 Km 164,500
Rola Ltda. Ruta 11 km. 162,800, 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

ELECTRICISTAS

Diego López T. 4378 8467, C. 095 112 644, Firma Autorizada por UTE
Rudemar Marrero T. 4378 9694, Cuchilla Alta, 16 e/ 5 y B

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. 4375 5705, 4375 5066, Parque del Plata, Ferreira y 5
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

ESCRIBANOS

Fanny García T. 4375 3098, Parque del Plata, Calle 9 y B
Gonzalo Quintana Circunvalación y 11, T. 4371 9506, C. 099 759 476
Lorena Álvarez Umpiérrez T. 4372 5776, Atlántida, Calle 51 esq. 52
María Acosta C. 094 321 292
María del Rosario Cervini Calle 18 e/ 38 y 15, C. 092 328 998, 094 879 283
Patricia La Paz T. 4372 8583, C. 099 954 164

ESCUELAS de CONDUCTORES

Academia El Águila
 T. 4373 5086 - C. 098 433 236
Canaria T. 0800 8910, C. 099 372 404

ESTACIONES de SERVICIO

Ancap Atlántida R. Interbalnearia, Atlántida, T. 4372 2195
Petrobras Atlántida T. 4372 2079

EXCAVACIONES

Alepa T. 4376 9187, C. 094 188 513, Neptunia, Achiras m.202 s.10
Martinez Salgado Calle 9 y Z2, Parque del Plata, C. 094 521 204

FÁBRICAS de PASTAS

Lo de María Z. de San Martín e/ Sombra del Toro y Sarandí, Salinas, T. 4376 3243
Santa Paula T. 4373 9674, La Floresta, Calle 33 y Muttoni

FARMACIAS

Costa del Sol T. 4378 2077, San Luis, Honduras esq. 19 de Abril
Estación Atlántida T. 4372 5188
Este T. 4317 2027, Migues, Varela y Gregorio Migues
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 Mataojó, Lavalleja

FERRETERÍAS

AMI 30 entre 26 e Independencia, Bello Horizonte, T. 4373 7566
El Puerto T. 4375 3292, Av. Argentina esq S1 P. del Plata
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, Roger Balet y Av. Artigas
Principal T. 4372 1117, Atlántida, Av. Artigas y C. de Montevideo
Villa del Sol Calle 11 y 26, Atlántida, T. 4372 6635

FIAMBRERÍAS

Lo de Leo Mario Ferreira entre 9 y 10, Parque del Plata

FIESTAS / EVENTOS

El Timón M. Ferreira e/ 12 y 13. P. del Plata, C. 095 357 108, T. 4375 7042

FLETES

Encomiendas y Fletes T: 4372 8669, C. 099 138 236, Atlántida

FLORERÍAS

La Botica del Alma 22 entre Artigas y 3, Atlántida, T. 4372 4504, C. 095 485 530

HELADERÍA

Heladería Atlántida
 Calle 11 y Ciudad de Montevideo

HERRERÍAS

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

HORTIFRUTÍCOLAS

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 entre 7 y 8, Estación Atlántida
Lo Natural Circunvalación esq. 11, Atlántida

HOTELES

Argentina T. 4372 2414, 4372 1728, Atlántida, Calle 11 y 24
Niagara Inn T. 4372 1184, 4372 0095
 Las Toscas, Inter. Km. 47.400 y D
Paradise T. 4372 1573, Atlántida, Rambla y Calle 10
Playa Brava Calle 3 entre 4 y 6, Atlántida, T. 4372 2235
Rex de Atlántida Rambla Tomás Berreta y Calle 1, T. 4372 2009, rextatlantida.com

IMPRENTAS

Impresores N VILA Calle 26 y 9, Atlántida, T. 4372 4371, C. 098 830 598
FerrerGraf T. 4372 5118, Av. Ferreira y Calle F, Las Toscas

INFORMÁTICA

Red Tec Galería Portofino local 13, Atlántida, T. 4371 6456, C. 099 372 649

INMOBILIARIAS

Ana Falero Propiedades Calle 1 y 22 Atlántida, T. 4372 1512
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 Av. Giannattasio km 26, T. 2696 4888, www.santestevan.com
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

De la Plaza Atlántida, Calle 11 entre C. de Montevideo y Roger Balet
La Rotonda Circunvalación y Plaza de la Madre, Atlántida
Lorena Calle 10 y Mario Ferreira, Parque del Plata

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

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

LICORERÍAS

Licorería Atlántida T. 4372 8252, Atlántida, Circunvalación y R. 11

MARMOLERÍAS

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

MASCOTAS

Cat Dog Ruta Interbalnearia, T. 4373 9257

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

MOTOS

Coco Motos T. 4375 4944, C. 099 680 157, Ruta Interbalnearia entre 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

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

ODONTÓLOGOS

Alexandro Estefan T. 4372 4426
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 210659

ÓPTICAS

Óptica Atlántida T. 4372 3515, Atlántida, Calle 22 y 11

PANADERÍAS

Amasando por un Sueño R. Interbalnearia Km. 37,800, Salinas T. 4376 0577
Baipa T. 4372 2016, Atlántida, Av. Artigas y Calle 26
Cuchilla Alta T. 4378 8660
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

PELUQUERÍAS/ESTÉTICA

Betty Coiffeur Gral. Artigas e/ Circunvalación y 26, Ed. Lucania ap. 001, Atlántida
By Valeri Ruta 11 y Circunvalación, Atlántida, T. 4372 3652, C. 099 027 810
Marisol Peinados Ruta Interbalnearia Km. 49 entre 7 y 8, Parque del Plata
Mónica Peinados T. 4372 3360
Pelo y Piel Katharina Nauert, C. 098 176 968, C. de Mdeo entre 1 y 11
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

PINTOR DE LETRAS

Marcelo T. 4372 6334, marcelocasagrande007@gmail.com

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

PUBLICIDAD

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

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

REMISES

Atlantitours T. 4372 2790, C. 094 421 616

REPOSTERÍA

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

RESIDENCIALES

Las Calandrias
 T. 4372 0018, C. 095 959 585

RESTAURANTES

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

Don Vito T. 4372 7458, Calle 11 y 22, Atlántida

Índigo Rambla y Rep. de Chile, Atlántida, T. 4372 2702

La Birra C. de Montevideo y 11, Atlántida

La Vuelta Mario Ferreira entre Central y G, Las Toscas

Las Carabelas Ruta Interbalnearia Km 59.800, T. 4378 2141

Lo de Amparo Rep. de Chile y Roger Balet, Atlántida, T. 4372 5764

Rincón el Águila Ruta Interbalnearia km. 44, Villa Argentina

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 Amparo Rep. de Chile y Roger Balet, Atlántida, T. 4372 5764

Lo de Maria 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 Circunvalación y 11, T. 4371 5585, C. 092 662 672

SEGUROS

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

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

SERVICIOS

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

SUPERGAS

Acodike T. 4375 4040, C. 098 065 914

Supergas Atántida T. 4372 8430

SUPERMERCADOS

La Cueva T. 4375 5371, Parque del Plata, Rambla Costanera y C

Super Parque del Plata Ferreira entre 9 y 10, Parque del Plata, T. 4375 1961

Super Rodi T. 4375 5626, Calle 9 e/ B y C, Parque del Plata

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.

Reparauto Ltda T. 4372 5955, Las Toscas, Inter. Km. 47 e/ A y B

Taller Quinteros T. 4372 7021, Las Toscas, Inter. y A

TAXIS

Atlantitours T. 4372 2790 C. 094 421 616

El Tiburón T. 4372 4040, C. 095 724 040

TIENDAS

Aquí de Todo T. 4378 2284, San Luis, Simón Bolívar y 18 de Julio

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

Fresa Kids T. 4372 6673, Calle 22 y Gral. Artigas, 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

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

Utopia Mario Ferreira entre D y E, Las Toscas

Who Calle 22 y Artigas, T. 4372 6462

TRANSPORTES

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

Walter Hernández T. 4372 5036

VIAJES Y TURISMO

BasTour C. 093 304 682, C. 093 304 720, bastour34@gmail.com

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

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, Calle D e/ 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



**CONSUMÍ
EN TU COMERCIO
LOCAL**

MEJOR PARA VOS, MEJOR PARA TODOS

**PETROBRAS
ATLANTIDA**

- ◆ MINIMERCADO
- ◆ CAMBIO DE ACEITE
- ◆ LAVADERO
- ◆ GOMERIA

PISTA 24 hs. Todos los días del año

Ruta Interbalnearia Km 45 (pegado a T. Inglesa)

Tel. 4372 2079

DESCARGÁ NUESTRA APLICACIÓN



**TAXIS
EL TIBURÓN**

**096 72 40 40
43 72 40 40**

Disponible en la App Store



TU NOS IMPORTAS



La única que ofrece:

- POLICLÍNICA de medicina general y pediatría.
- Servicio de enfermería en domicilio y en POLICLÍNICA.
- 24 horas de la compañía calificada de Vigilia en casos de traslados de urgencia que deriven en internación.
- Cobertura en todo el país (Parcial Internacional).

Afiliate a través de:

2 292 15 75 097 215 430 

Seguinos   Cobertura parcial de asistencia médica.

SAPP

NOS CONOCEMOS

Tomás
Armendariz **TA**
— LOGÍSTICA Y DISTRIBUCIÓN —