

Año 12
Número 126
MARZO
2020

centro



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





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

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**

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.

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

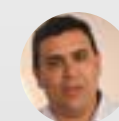
SUPLENTE

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



En ediciones anteriores el editorial de la revista Centro señalaba sobre las estrategias de las grandes cadenas de supermercados que constaba en adquirir otras empresas medianas y pequeñas. En estos meses vemos nuevas acciones de los inversionistas con el fin de concentrar adquiriendo o uniendo dos de las principales cadenas del país. Es por eso que compartimos en nuestra revista los comunicados de dos de las principales cámaras del país CEDU y CNCS, que alertan lo perjudicial que sería para la libre competencia, para otras empresas del rubro, los proveedores, la economía y política de precios del país. En un mercado pequeño como el nuestro es mucho más difícil poder competir contra esas prácticas, por eso debemos estar atentos para defender a las pequeñas y medianas empresas nacionales que aportan dinamismo, diversidad y trabajo al país, solicitando que se cumplan con las leyes que protegen la libre competencia.

En otro orden y no de menor importancia, quiero referirme al tema seguridad. Seguiremos trabajando junto a los comerciantes de la zona, así como nos reunimos con las autoridades antes de la temporada, como acostumbramos hacer en el CCIFA, ya estaremos programando reuniones futuras, con la idea de dialogar con las nuevas autoridades, informarnos de las medidas que se tomarán, elevar la voz de nuestros socios con propuestas e inquietudes. Algunos pensarán que estas reuniones son infructíferas, pero creo que son las gestiones que podemos hacer y que dan sus resultados, estamos abiertos a escuchar y atender las demandas de los socios, actuando para el bien común, libre de prejuicios y con argumentos justos. Sabiendo que en este nuevo período de gobierno existirán nuevas medidas, debemos también dar tiempo para que se puedan ver los cambios.



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 Carbo (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)

Enero/20	207.27
Variación	2.09

Salario Mínimo Nacional (SMN)

Enero 2020	\$ 16.300
------------	-----------

Base de prestaciones y contribuciones

Enero 2020	\$ 4.519
------------	----------

Ajuste por inflación

Enero 2020 - IPC	8,71 %
------------------	--------

Unidad indexada (UI)

21/02/2020	\$ 4,4171
------------	-----------

Desempleo

Diciembre 2019	8,50 %
----------------	--------

Unidad reajutable (UR)

Febrero 2020	\$ 1.199.07
--------------	-------------

Cuota Mutual Febrero 2020

Industria y Comercio	\$ 1.304
Const.	\$ 930

Unidad reajutable de alquileres

Enero 2020	\$ 1.198.81
------------	-------------

Sabías que...?



Al modificar y/o anexar el domicilio fiscal (lugar donde funciona comercialmente la empresa), el mismo debe comunicarse al DGI, BPS, BSE y MTSS dentro de los 30 días.

También las empresas en caso que cambien sus domicilios fiscales deben mandar imprimir boletas con el nuevo domicilio y aquellas que estén en factura electrónica deben comunicarle a su proveedor de e-factura la modificación.

Los titulares y/o representantes que cuenten con cédula con chip podrán presentar la dj de no pago con la misma, (en CCIFA contamos con el dispositivo para poder hacer la gestión).

En caso contrario deberán gestionar ante abitab o correo la firma electrónica para poder realizar la firma con el dispositivo token.

EN ESTE NÚMERO

Pág. 22

SOCIEDADES POR ACCIONES SIMPLIFICADAS

Pág. 16

ECONOMÍA CIRCULAR

Pág. 10

C.C.E. A LA OPINIÓN PÚBLICA

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.

+ LIMPIEZA + RECICLAJE - PLÁSTICOS DE UN SOLO USO

EDUCACIÓN AMBIENTAL EN LAS PLAYAS

El Gobierno de Canelones, junto con el Programa Mares Limpios y los municipios costeros, viene desarrollando actividades de educación ambiental en las playas, donde participan personas de diferentes edades, con el objetivo de concientizar sobre la importancia del cuidado de nuestras costas.

En lo que va de la temporada se realizaron talleres en toda la costa canaria, de los que participó la comunidad junto a escolares del programa Verano Educativo. Las actividades se desarrollan en el marco de la campaña +Limpieza, +Reciclaje y -Plásticos de Un Solo Uso, concepto que tiene como objetivo reducir el plástico de un solo uso, que tanto afecta a la fauna marina, buscando construir comunidades más resilientes.

Estas actividades contemplan además la instalación de una estructura con latas para la colecta de colillas de cigarrillos, que busca minimizar el impacto de estas sobre la costa, ya que este es otro de los problemas ambientales que enfrentamos como sociedad. Además de la contaminación visual, los filtros (compuestos de acetato de celulosa) dispersos en las zonas costeras impactan sobre la calidad del área, modificando su valor ecológico. Incluso son fuente de obstrucción de los desagües pluviales, y aquellos que continúan su camino lo culminan en el agua. En un triste ranking de contaminación de los mares, las colillas entran en el podio conjuntamente con las bolsas y las botellas plásticas, logrando que "los desechos marinos dañen a más de 800 especies animales y generen grandes pérdidas económicas para los países costeros" (ONU).

La limpieza de las playas se realiza diariamente por parte de Gestión Ambiental de la Intendencia, asegurando de esta manera el disfrute de las familias que allí concurren. La operativa incluye, además,



mantenimiento y acondicionamiento de la franja dunar de la costa, cuidando y controlando los espacios con vegetación, así como la colocación de nuevas celdas captoras para la fuga de arena, acompañado de educación ambiental, entre otras acciones que buscan mitigar la erosión y que nos preparan para la temporada.

En esta línea de trabajo, en los balnearios existe equipamiento que permite la separación adecuada de residuos, en un trabajo conjunto entre la Intendencia de Canelones y CEMPRE Uruguay (Compromiso Empresarial).

PARADORES DE LA COSTA DE CANELONES RECIBIERON EL SELLO AMBIENTAL CANARIO

El Gobierno de Canelones hizo entrega del Sello Ambiental Canario a los primeros comercios comprometidos con el programa +Limpieza, +Reciclaje, -Plásticos de Un Solo Uso, que el departamento lleva adelante.

Los paradores recibieron el reconocimiento de parte del pro secretario general de la Intendencia de Canelones, Dr. Esc. Francisco Legnani, el director general de Gestión Ambiental, Leonardo Herou, la alcaldesa del Municipio de Atlántida, Adriana Sosa, y demás autoridades locales, contando además con la presencia del director ejecutivo de CEMPRE Uruguay (Compromiso Empresarial), Federico Baraibar.

La entrega del Sello Ambiental se realizó en el marco del Programa Mares Limpios, que impulsa Naciones Unidas a nivel global y al que el Gobierno de Canelones adhiere y se compromete desarrollando el Programa Departamental +Limpieza, +Reciclaje, -Plásticos de Un Solo Uso, para promover una práctica amigable con el ambiente y una gestión responsable de los residuos.

Este programa es desarrollado por el Gobierno de Canelones con la activa participación de los municipios canarios y con el apoyo de CEMPRE, con quien además se han instalado diez Estaciones de Reciclaje a lo largo de la costa de Canelones.

Los primeros comercios y paradores que recibieron el reconocimiento de parte de autoridades departamentales y municipales son los siguientes:

- Parador La Dorada - Bajada 25, Solymar, Ciudad de la Costa.
- Parador El Arroyo - Av. Pérez y Fuentes esq. Artigas, Ciudad de la Costa.
- Parador Aloha - Calle 3 y Rambla, Atlántida.
- Parador El Chiringuito - Árbol de Judea y la Rambla, Atlántida.



Parador la Dorada



El Chiringuito



Parador Aloha



El Arroyo



Sin vos no hay buen ambiente

Gobierno de Canelones

Juntos cambiando Canelones

Cámara de Comercio y Servicio del Uruguay de Visita



A mediados de febrero tuvimos la visita en nuestra Institución del Gerente de gremiales de la Cámara de Comercio y Servicios del Uruguay Santiago Maccio, con quien estuvimos poniéndonos al día en las oportunidades que nos brinda la cámara, para nuestros asociados.

Les contamos que, a través de la CNCS, realizaremos en el año conferencias y seminarios de interés para nuestras empresas afiliadas, con

expertos que nos ayuden a mejorar la gestión de las empresas.

La Cámara cuenta con asesoría en el área de Comercio Exterior, asesoría jurídica y económica, que a través de nuestras oficinas se puede utilizar.

Campañas de días comerciales, como día de la madre y del padre.

Se puede obtener distintas herramientas de fortalecimiento empresarial, en diferentes áreas, con excelentes resultados.

Varios descuentos en diferen-

tes entidades y empresas que pueden aprovechar nuestros socios como en, la ORT, UDE, Universidad de Montevideo, Inforpy-me, entre otras, por más consultas llamar a nuestra oficina.

La escuela de Comercio y el Centro de Empresas Familiares, también ofrecen descuentos a nuestros asociados.

Continuaremos caminando estos espacios, que tanto nos han ayudado a crecer y fortalecernos institucionalmente. ●



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 obstetrica 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



La Confederación de Cámaras Empresariales del Uruguay a la opinión pública

En conocimiento de la posible adquisición por parte de un único grupo económico del paquete accionario de las principales cadenas de grandes superficies (supermercados), la Confederación de Cámaras Empresariales alerta a las autoridades de gobierno, y a la población en general, en referencia a la posible configuración de un acto de concentración económica, afectando la libre competencia, con perjuicios inmediatos para pequeños y medianos comerciantes, industriales, productores y proveedores nacionales, consumidores, además de los propios trabajadores involucrados.

La gravedad de esta circunstancia exige la inmediata reacción de las autoridades de gobierno en defensa de los principios establecidos en la ley de Promoción y Defensa de la Competencia (18.159 y su modificativa 19.833).

Defendemos la libre competencia como condición esencial para el libre mercado y los derechos a participar del mismo de todos los agentes privados, sin distinción de la magnitud económica de los mismos, evitando que se configure abuso de posición dominante.

Montevideo, 19 de febrero de 2020

Asociación de Despachantes de Aduana del Uruguay
Asociación de Promotores Privados de la Construcción del Uruguay
Asociación Nacional de Rematadores, Tasadores y Corredores Inmobiliarios
Asociación Rural del Uruguay
Cámara de Armadores Pesqueros del Uruguay
Cámara de Industrias del Uruguay
Cámara de la Construcción del Uruguay
Cámara de la Industria Frigorífica
Cámara Inmobiliaria Uruguaya
Cámara Nacional de la Alimentación
Cámara Uruguaya de Turismo
Cámara Uruguaya de Tecnologías de la Información
Centro de Almaceneros Minoristas, Baristas, Autoservicistas y Afines del Uruguay
Centro de Navegación
Confederación Empresarial del Uruguay
Cooperativas Agrarias Federadas
Coordinadora de la Industria de la Construcción del Este
Federación Rural
Intergremial de Transporte Profesional Terrestre de Carga del Uruguay
Liga de Defensa Comercial
Liga de la Construcción del Uruguay
Organización de Mujeres Empresarias de Uruguay
Unión de Vendedores de Nafta del Uruguay



Su emergencia ahora es



Ahora los socios de Su Emergencia forman parte del sistema de emergencia con mayor cobertura, sumando MONTEVIDEO y CIUDAD DE LA COSTA al EJE RUTA 8 (Barros Blancos, Pando, Empalme Olmos) y EJE RUTA INTERBALNEARIA - COSTA DE ORO (hasta la Floresta), para que puedas recibir **la mejor asistencia, estés donde estés.**



ESPAÑOLA MOVIL®
Asociate ☎ 1920-1234

Manuel Quintela y la "Maison Bleu"

Por: Wilson Mesa



Muchas veces pasamos por lugares, o escuchamos nombres de personas, que de tan repetidos no les damos importancia. Por ejemplo, los habitantes de por aquí habrán oído muchas veces hablar del "Chalet Azul", o de "la casa de Manuel Quintela", pero... ¿dónde está la tal Casa Azul? Y ¿quién era Manuel Quintela?

La respuesta a estas interrogantes no siempre se conoce. Por lo que nos parece interesante realizar divulgación sobre la historia del lugar donde vivimos y cómo llegó a ser lo que actualmente es, un Balneario centenario, que tiene su casco antiguo con muchas hermosas casas que son de otra época.

Me refiero a cuando Atlántida era conocida como "la playa de los doctores" y pretendía ser una "Estación de Baños" al estilo europeo. Allá en los comienzos del siglo XX, en la primera Rambla que existió, empezaron a construirse casonas señoriales, a partir de la inauguración del "Atlántida Hotel" (1913).

En la misma cuadra del hotel, y en las siguientes rumbo al este, se fueron levantando las casas de veraneo de familias como las de Dighiero; Urioste, Galeano; Monteverde; Nogueira; Capurro; Còppola; Fabini; Quintela; Victorica, etc.

Entre ellas -aún hoy- se destaca una: la "Maison Bleu". Destaca, digo, porque es distinto su estilo de construcción y porque tiene detalles que la hacen muy reconocible.

Para aquellas personas que no conocen mucho nuestro Balneario les diré que se encuentra ubicada muy cerca de la Prefec-



tura de Canelones y frente a la llamada "bajada del Cholo", donde también está el "Yatch Club".

LAS PRIMERAS CONSTRUCCIONES EN LA RAMBLA

Enrique Fabini contaba a Rosario Infantozzi, para su libro, lo siguiente: <<En 1911 mi tío, Juan Pedro Fabini, que era ingeniero de puentes y caminos, y agrimensor, trazó el primer plano de lo que sería el "Balneario de los Doctores" en la playa de Santa Rosa. Cien manzanas, de solares de entre setecientos y mil doscientos metros cuadrados, para que a nadie se le ocurriera la peregrina idea de construir una miserable casucha (sic.).

<< En ese primer plano ya estaban delimitados los solares, las calles, las plazas y la rambla. Hasta el saneamiento estaba tan bien planificado que, aun hoy,

se conserva y es el único que hay. El siguiente paso fue ubicar todo en la realidad y amojonar los terrenos. Después, y ya sobre lo que más tarde sería la rambla, empezaron a aparecer las casas de Dighiero, Urioste, Galeano, Ghigliani, Nogueira, Capurro, Coppola, Fabini (que era doble) y por último el chalet de Quintela, que fue el último en terminarse porque quería que tuviera tejas azules y había que esperar a que llegaran de Francia. Todos los chalets se desgranaban como las cuentas de un collar a lo largo de la barranca sobre la playa...>>.

<<... Para los cimientos, algunos muros y las calles, se utilizaba la piedra de dos canteras que había. Una, frente a la Piedra Lisa y la otra, frente a la Isla. Se sacaba, se partía y se hacían los empedrados. Con las esquirlas y los escombros de las obras se iba rellenando lo que sería la rambla. Los chalets se

construyeron con veredas, aun antes de hacer la rambla.

Después de la casa de Quintela venía un médano enorme, tras el cual vivían las dos hermanas Victorica. Los chalets que empezaron a florecer, se fueron sombreando con árboles. En las veredas y al borde de los caminos se plantaron eucaliptus. Más adelante, la rambla se adornó con palmeras jóvenes...>>. (Rosario Infantozzi, pág. 53)

NOTA: Hay que decir que Enrique Fabini, al memorizar los nombres de los propietarios de los primeros chalets sobre la Rambla comete algunos errores que es necesario aclarar. El orden de propietarios de casonas desde el Atlántida Hotel hacia el este era el siguiente: Dr. Juan Carlos Dighiero; Dr. José Pedro Urioste, Sr. Santos Urioste (padre del anterior); Dr. Alberto Galeano; Arq. Juan Monteverde; Dr. Alejandro Nogueira; Sr. Juan Capurro; Dr. Juan José Còppola; la casa doble de Santiago y Enrique Fabini; al lado estaba el chalet del Ing. Juan Pedro Fabini (uno de los fundadores de Atlántida, casa que no existe actualmente). A continuación estaba la "Maison Bleu", que es la que hoy nos ocupa.

LA "MAISON BLEU"

Dice Federico Bonsignore en su libro - <<La última residencia en este paseo imaginario, la "Maison Bleu" -la "Casa Azul" en castellano- pertenecía al Prof. Dr. Manuel Quintela, que era en ese entonces el Decano de la Facultad de Medicina. Se supone que pudo ser atraído a Atlántida por su discípulo y amigo personal, el Dr. Còppola.



El nombre de la casa obedece a que Quintela había importado directamente desde Francia las tejas de la vivienda, de cerámica, y de un intenso color azul. Éstas demoraron considerablemente en llegar al Uruguay y existen varias fotos del chalet ya "inaugurado" y con su tejado inconcluso.

Arquitectónicamente es posiblemente el más ecléctico de todos los chalets de esta primera camada. Combina elementos de diferentes estilos. Por un lado, toma características de las villas

italianas como la asimetría de su diseño, o la torre-mirador rectangular culminada en un techo a cuatro aguas con puerta y ventanas con arco de medio punto, decorado por una moldura circundante en ladrillo.

Tiene asimismo referencias arquitectónicas inglesas, como el bow-window al frente de su planta baja, cubierto por un breve alero en teja francesa. El resultado es un elegante chalet historicista...>>. (Bonsignore, pág.61).

UNA ANÉCDOTA

<<... El Dr. Quintela era un apasionado por el juego y tenía fama de hacer trampa y luego arrepentirse. Una jugosa anécdota refiere a un partido de taba jugado en este bellissimo hotel (se refiere al "Atlántida Hotel") con varios de sus colegas de Atlántida, que gana haciendo trampa, haciéndose acreedor de cinco pesos con los que compra en el tren de regreso a Montevideo un entero de lotería, que sale con la grande.

Escrupulosamente, acaba dividiendo el premio entre todos los participantes de aquella partida, sin que nadie se lo hubiese pedido".

Pero estos once propietarios no eran los únicos que pasaban aquellos primeros veranos...>>. (Bonsignore, pàg. 62).

¿Pueden imaginarse al Decano de la Facultad de Medicina viajando en tren desde la Estación Las Toscas (así se llamaba en aquel momento) a Montevideo? Pues sí. Era la manera más directa, cómoda y rápida que había en la época. Además de ser muy económica. Recordemos además que no era cualquier tren, era "el ferrocarril de los ingleses", ejemplo de pulcritud y puntualidad.

Por otro lado, para venir en automóvil desde la capital había que hacerlo por el "Camino a Maldonado" (Ruta 8), pasando por Pando, y después entrando hacia el mar por el "Camino de la Playa" (Ruta 11), ambos caminos no estaban en muy buen estado por aquellos días.

Cuando las familias de "los doctores" venían en el tren, algún vehículo iba a buscarlos a la Estación para trasladarlos, hasta el Balneario.

MANUEL QUINTELA
BIOGRAFÍA

Hemos presentado ya la "Maison Bleu"; veamos ahora quién fue el miembro de aquella especie de cofradía de profesionales y empresarios acaudalados que se animó –como los otros– a mandar construir una casona al estilo de las villas italianas sobre las barrancas de la "playa de Santa Rosa".

Manuel Quintela Cassagne nació en Treinta y Tres, el 26 de julio de 1865. Era hijo de Juan Quintela Rodríguez y Olimpia Cassagne Prigbert; tenía un hermano más joven, Ernesto, que también fue médico y que será luego profesor de Anatomía y Operaciones.

La infancia de Manuel, se desarrolla en el ambiente rural y de allí deriva la primera de sus cuatro grandes pasiones: los caballos y los animales en general, que lo llevarán más tarde a ser Presidente del Jockey Club, de la Sociedad Colombófila y a importar los primeros gatos persas que llegaron al Uruguay.

No solo fue presidente de la hoy "Sociedad Colombófila Uruguay Dr. Manuel Quintela", también fue su fundador en el año 1922.

Cuando Manuel tenía 16 años muere su padre y eso motiva el traslado de parte de la familia a

Montevideo, donde es enviado primeramente al Colegio Pío. De allí pasa rápidamente a ser alumno de la Sociedad Universitaria. Estudia en ella de 1880 a 1885.

Su decisión de estudiar Medicina surge en ese inquieto ambiente de intelectualidad de la Sociedad Universitaria. Frequentará también la docencia en Matemáticas, en Zoología y en Botánica,

En 1889 recibió su título de Doctor en Medicina. En 1890, viajó a París donde se especializó en Otorrinolaringología.

En 1894, gana por concurso el cargo de jefe del sector de Otorrinolaringología del recientemente creado Hospital Maciel.

En 1900, da clases dentro de su especialidad y llega a ser Decano de la Facultad de Medicina entre los años 1909-1915, y 1921-1927.

Fue fundador y primer Presidente de la Sociedad de Otorrinolaringología del Uruguay

La política, fue otra de las grandes pasiones de Manuel Quintela; afiliado desde sus inicios al Partido Nacional, participó en la Revolución del Quebracho, contra Máximo Santos. Fue Diputado de la República por el departamento de Treinta y Tres entre 1899 y 1902.

Fue presidente de la "Sociedad de Amigos de la Educación Popular" (1905-1911, 1915-1919); del "Jockey Club de Montevideo"; de



la "Asociación Rural del Uruguay".

Contrajo matrimonio con Luisa de Castro Caravia; y su hermano Ernesto lo hizo con Catalina de Castro Caravia, hermana de la anterior.

Se le considera uno de los pioneros de Atlántida, ya que integró primero la "Arborícola Uruguaya. S.A." y posteriormente también participó en la compañía "Territorial Uruguaya. S.A.", desde sus inicios. Estuvo entre los primeros adquirentes de terrenos, y construyó uno de los primeros chalets de Atlántida, la "Maison Bleu".

El Dr. Manuel Quintela murió súbitamente en uno de los anfiteatros de la Facultad de Medicina, durante una Asamblea de profesores titulares, el 17 de diciembre de 1928.

EL HOSPITAL DE CLÍNICAS
DR. MANUEL QUINTELA

El Hospital de Clínicas, de la Facultad de Medicina, lleva su nombre en su homenaje, ya que fue uno de los mayores impulsores de la creación de un centro hospitalario exclusivo para el estudio e investigación en todas las especialidades médicas, y a cargo de la Universidad.

El 14 de octubre de 1926 se aprobó la ley de creación del Hospital de Clínicas, y al mismo tiempo se nombraba la Comisión Honoraria encargada de su construcción. Manuel Quintela presidirá esta Comisión hasta el 17 de diciembre de 1928, fecha de su fallecimiento sorpresivo.

En 1927 se compran los terrenos de la ex Quinta Cibils. Ese mismo año se seleccionó por concurso el proyecto del Arq. Carlos Surraco, quien es designado director de la obra hasta su finalización.

"Y allí sobre la colina, su idea hecha realidad, será como un baluarte de la salud pública, como una usina de seguridad, como un oasis espiritual, en medio de la urbe inquieta, para el estudio y la investigación, a fin de que la vida se deslice en una senda menos dolorosa". (Discurso del Dr. Blanco Acevedo en nombre de los profesores de la Facultad de Medicina y la Comisión del Hospital de Clínicas en el sepelio de Manuel Quintela, el 18 de diciembre de 1928).

El 24 de diciembre de 1930 se colocó la piedra fundamental del futuro Hospital de Clínicas.

La construcción llevó 22 años. La fecha de ingreso de los primeros pacientes, el 21 de setiembre de 1953, es considerada la inauguración del "HOSPITAL DE CLÍNICAS - Dr. MANUEL QUINTELA".

CONCLUSIÓN

Viendo fotografías actuales podemos apreciar que, a lo largo de su existencia de más de cien años, la "Maison Bleu" ha sufrido varias modificaciones en su estructura general y especialmente en la fachada.

Al transformarse en propiedad horizontal, actualmente está subdividida en once (11) apartamentos, cada uno con su entrada independiente. Esto nos da una idea de las dimensiones del chalet original que, por otra parte, no tiene mucho terreno sin edificar alrededor.

Lo bueno es que esta construcción centenaria está ahí; es una de las antiguas casonas de la Rambla y tiene un gran valor patrimonial que debería preservarse lo más posible de ahora en adelante, para conocimiento y admiración de las generaciones futuras. Esto también es identidad cultural. ●

Fuentes de información: Libro "Atlántida, historia, imágenes y personalidades a cien años de su creación", de Federico Bonsignore. Libro "Atlántida Centenaria 1911 – 2011 – Guía Turística, Histórica y Cultural", de Arinda González Bo. Libro "Atlántida – Una historia de cien años en cien fotos", de Darío Porta y Mireya Bracco. Libro "Cuentos de viento y de mar – historias de Atlántida", de Rosario Infantozzi. Página Web del Hospital de Clínicas. Las fotografías antiguas, provienen de distintas publicaciones, especialmente el libro de Porta-Bracco. Las fotografías actuales son de Arinda González Bo.

¿Qué es la Economía Circular?



El concepto de economía circular (EC) se presenta como un replanteamiento del modelo económico lineal en la década de 1970, aunque es desde 1990 cuando la temática adquiere relevancia.

Según la Fundación Ellen MacArthur, "Una economía circular es restaurativa y regenerativa por diseño, y tiene como objetivo mantener los productos, componentes y materiales en su mayor utilidad y valor en todo momento".

El concepto distingue entre ciclos biológicos y tecnológicos. Apunta a que los componentes biológicos reingresen a la biosfera de forma equilibrada y que los componentes técnicos extiendan su vida útil mediante una circulación con el mayor valor posible.

Esta perspectiva es complementaria y compatible con otros enfoques y herramientas que buscan atender a estas problemáticas desde diversas perspectivas.

En contraste, el modelo económico lineal que predomina en el mundo se basa en la extracción de recursos, la producción de bienes y servicios, y la eliminación de los residuos una vez finalizada la utilización de los mismos. La economía lineal está expuesta a precios fluctuantes y a un suministro incierto de materias primas (por razones económicas y geopolíticas) y contribuye a la

degradación del entorno afectando a los servicios ecosistémicos fundamentales para el desarrollo. Promover la eficiencia en la utilización de recursos como solución no es suficiente y no modificará la naturaleza finita de las reservas.

Además, es importante señalar que este concepto plantea la necesidad de que las economías realicen una transición gradual hacia la economía circular a través de cambios profundos en todos los agentes, sean empresas, gobiernos, organizaciones y/o consumidores. Para lograr esta transición, la economía circular se basa en 3 principios:

1. Preservar y mejorar el capital natural controlando reservas finitas y equilibrando los flujos de recursos renovables.

2. Optimizar los rendimientos de los recursos distribuyendo productos, componentes y materias con su utilidad máxima en todo momento tanto en ciclos técnicos como biológicos.

3. Promover la eficiencia de los sistemas detectando y eliminando del diseño los factores externos negativos.

La economía circular plantea que los materiales y productos mantengan su utilidad y valor genuino en todo momento.

La Fundación Ellen MacArthur propone las siguientes acciones que pueden adoptar las empre-

sas y los gobiernos para generar estrategias circulares:

1. Regenerar capital natural utilizando y valorizando recursos renovables (energías renovables y biomateriales).

2. Extender la vida útil de los productos ya elaborados con diseños para una vida útil larga facilitando la reparación y remanufactura.

3. Valorizar los residuos como un recurso para el mismo u otros procesos a través del reuso y el reciclaje.

4. Impulsar nuevos modelos de negocio que le den un uso más eficiente a los recursos (pasar de productos a servicios - servitización) o directamente desmaterializar un producto.

5. Aprovechar el potencial de las tecnologías innovadoras que permitan procesos más eficientes y productos disruptivos (TICs y biotecnología, por ejemplo).

Finalmente, se considera relevante resaltar la complementariedad que presentan los conceptos de Bioeconomía y Economía Circular, ambos impulsados a nivel de políticas públicas nacionales.

La bioeconomía se refiere al "uso de recursos, procesos, tecnologías, e incluso inteligencia biológica, para la producción de productos y servicios" y la EC propone la forma en que los mismos se utilizan apuntando a armonizar los flujos de recursos y agregar valor a lo largo del ciclo de vida, priorizando el uso de recursos de origen renovable.

Por lo tanto, son dos estrategias necesarias para el desarrollo económico del Uruguay, estrechamente vinculadas y dependientes entre sí que por tanto conllevan una implantación coordinada. ●

Material extraído de
www.transformauruguay.gub.uy/

Gestionar Nuestra Propia Salud

Por: Dr. Carlos Uboldi

La salud sólo se aprecia cuando se pierde. La definición de salud de la Organización Mundial de la Salud (OMS), es de 1946 y expresa: "Es el completo estado de bienestar físico, psicológico y social y no sólo la ausencia de enfermedad". Si bien aún está vigente, hay un grupo de expertos que están trabajando sobre su modificación, ya que, si bien es compartible, no es mensurable y no se ha podido alcanzar esa meta; es más, vista con espíritu crítico, de acuerdo a ella, nadie está sano. Este grupo de estudio está orientado a que la salud es una gestión individual y además haría referencia a la adaptación del sujeto al medio.

¿Quién en este planeta tiene un completo estado de bienestar físico, psicológico y social?

Hay quienes dicen que una persona sana es un enfermo insuficientemente estudiado. Lo interesante de esto es que, si bien la OMS habla de un ser biopsicosocial, el ser humano es una compleja unidad física, psicológica, social, espiritual, cultural y ecológica. Y todos estos elementos hacen que una persona esté sana o enferma.

Cuando se habla de adaptación, la OMS, se refiere a que cada individuo debe convivir con su entorno sin generarle estrés. La vida cotidiana nos enfrenta todos los días a nuevas situaciones, que,

si las vivimos como amenazantes, y las percibimos como tales, nos provocarán estrés. Si este se hace permanente y crónico, nos enferma inexorablemente, y si no tenemos una verdadera ayuda en este sentido, seguiremos enfermos por el resto de nuestra vida.

Nacimos para ser sanos y felices, la enfermedad es una equivocación, un error, que debemos enmendar, con una buena gestión de nuestro estilo de vida, que debe ser sano, armónico con la naturaleza y nuestra forma de pensar y sentir.

No hay que ver la enfermedad como una desgracia, una maldición, sino como algo que vino para enseñarnos, y no se va hasta que aprendamos todo lo que tenemos que aprender.

La mayoría de las personas gestionan la enfermedad, estimuladas por sus médicos que hacen lo mismo. Hay que gestionar la salud, qué caminos debemos seguir para dejar de estar enfermos y cuáles caminos nos conducen a sanar, a tener bienestar.

Aparece el estrés cuando nuestras expectativas sobre algo, no se cumplieron. En vez de adaptarnos a esta nueva situación, nos frustramos, indignamos, nos genera ansiedad y aparece la cascada de estrés con todas las connotaciones biológicas que produce. Debemos estar abiertos a todas las posibilidades que sucedan y

si no ocurren como quisiéramos la aceptación es el mejor camino para nuestra salud mental y física.

"No hay estrés en el mundo, sólo gente pensando pensamientos estresantes" Wayne Dyer

El estrés agudo, pasa, sin dejar secuelas, ya que es breve y el organismo tiene la capacidad de corregir los desequilibrios producidos por éste.

Actualmente sufrimos de estrés crónico, de larga duración y este sí, que enferma, se producen desregulaciones y desequilibrios biológicos, y es la puerta de entrada a cualquier enfermedad. El hombre primitivo no tenía estrés crónico. Estaba preparado para luchar o huir. El hombre actual sufre más que nada de estrés crónico, y como no puede luchar o huir, se enferma. Porque se frustra, muchas veces por pequeñas cosas, como el recibo de la electricidad, o un problema de pareja, trabajo, etc. que muy probablemente con un buen afrontamiento a esas situaciones se arreglaría.

Cuando algo no sale como quisiéramos, debemos aceptar esta nueva opción, y de esta forma nos enfermaríamos menos.

Cuando dos animales en celo se pelean, sólo hay un ganador, y el perdedor acepta, se sacude el cuerpo y sigue su camino. Otra vez será. "No es el estrés que nos mata, sino su reacción hacia él" Hans Selye ●

CARTELERIA INFORMATIVA

FINALIZA LA SEGUNDA ETAPA DE LA LEY DESAFILIACIÓN AFAP CINCUENTONES

El 31 de marzo vence el plazo para que los trabajadores comprendidos dentro de la segunda etapa de la Ley Desafiliación AFAP Cincuentones puedan agendarse para recibir asesoramiento del BPS. La Ley Desafiliación AFAP Cincuentones brinda la posibilidad y habilita a quienes cumplen determinados requisitos a volver al régimen administrado exclusivamente por BPS (Régimen de Transición ajustado). En esta segunda etapa pueden desafiliarse los trabajadores afiliados al Régimen Mixto que cumplan las siguientes condiciones:

- Que tuvieran entre 53 y 55 años de edad al 1.º de abril de 2016.
 - Que hayan sido afiliados obligatoriamente al Régimen Mixto y sus ingresos hayan superado en alguna oportunidad el nivel 1 (\$62.804 a enero de 2020) entre el 1.º de abril de 1996 y el 31 de marzo de 2018.
- El asesoramiento consiste en un análisis de la trayectoria laboral y una proyección estimada de la eventual jubilación, basada en la información registrada en BPS, en la AFAP y en la aseguradora.

ANTICIPOS DE ICOSA

Período	UI	Valor UI al 31/12/19	Alícuota %	Importe
01.020 al 12.020	578.428	4,3653	0,0625	\$1.578
01.018 al 12.018	578.428	3,7275	0,0625	\$ 1.348
01.019 al 12.019	578.428	4,0270	0,0625	\$1.456

FERIADO NO LABORABLE POR CAMBIO DE MANDO PRESIDENCIAL / DECRETO 120/1985

El próximo 01/03/2020 por motivo de la transmisión del mando presidencial, es considerado por el decreto 120/1985 feriado no laborable para todos los trabajadores tanto del sector público como el privado.

MULTA POR PRESENTACIÓN DE DECLARACIONES JURADAS PRESENTADAS FUERA DE PLAZO EN DGI / Resolución DGI 4320/2019 del 19/12/2019

CASO 1: Dentro del primer mes siguiente al del vencimiento \$ 540 (pesos uruguayos quinientos cuarenta pesos uruguayos), por cada declaración jurada. Dentro del segundo mes siguiente al del vencimiento \$ 560 (quinientos sesenta pesos uruguayos), por cada declaración jurada. A partir del tercer mes siguiente al del vencimiento, inclusive, \$ 610 (seiscientos diez pesos uruguayos), por cada declaración jurada.

CASO 2: Contribuyentes sin actividad comprendida en el período declarado. Por cada declaración jurada, \$ 540 (quinientos cuarenta pesos uruguayos), con un máximo de \$ 1.600 (mil seiscientos pesos uruguayos) para el caso que en cada acto se presente más de una declaración jurada, en las condiciones mencionadas, por parte del contribuyente.

ESCALAS DE RENTAS MENSUALES DE IRPF

Rangos BPC	Desde	Hasta	Tasa
0 A 7 BPC	0	31,633	0.00%
7 A 10 BPC	31,633	45,190	10.00%
10 A 15 BPC	45,190	67,785	15.00%
15 A 30 BPC	67,785	135,570	24.00%
30 A 50 BPC	135,570	225,950	25.00%
50 A 75 BPC	225,950	338,925	27.00%
75 A 115 BPC	338,925	519,685	31.00%
+ DE 115 BPC	519,685		36.00%

Escala de Deducciones

Rangos BPC	Desde	Hasta	Tasa
Igual o Inferiores a 15 BPC		\$ 67.785	10%
Mayores a 15 BPC	\$ 67.785		8%

CONTRAVENCIÓN POR OMISIÓN DE DEBERES FORMALES ANTE DGI

Modificaciones en el RUT fuera de plazo

Omisión por inscribirse	\$ 770
-------------------------	--------

Omisión de comunicar al RUT las modificaciones producidas en la información suministrada al inscribirse, cumplido el plazo reglamentario:

Regularizadas vía Web

Dentro de los 90 días siguientes	\$ 380
Dentro del año siguiente	\$ 1.000
Más de un año	\$ 1.500

No regularizadas vía Web

Dentro de los 30 días siguientes	\$ 530
Dentro de los 90 días siguientes	\$ 920
Dentro de los 180 días siguientes	\$ 1.290
Dentro del año siguiente	\$ 2.100
Más de un año	\$ 3.000

Para las personas físicas, las empresas unipersonales, sociedades de hecho, y sucesiones indivisas, la multa máxima por omisión de comunicar al RUT las modificaciones, será de \$ 380 cuando las mismas se regularicen vía Web, y de \$ 530 en los demás casos. Valor del duplicado de la constancia de inscripción en el RUT \$ 530.

ACCIDENTES DE TRABAJO EMPRESAS DE APORTACIÓN RURAL

Actualización de la información.

En relación a la modificación legal que incorpora la cobertura de Accidentes del Trabajo y Enfermedades Profesionales para el Sector Rural al Régimen General, el BSE informa:

1. Que de acuerdo a las últimas resoluciones normativas se ratifica el inicio de la vigencia del nuevo sistema a partir del 1/1/2020, (Decreto 32/020 del 31/01/2020, anula decreto del 27/01/2020)
2. Que con la implementación en curso, todas las empresas rurales y todos los trabajadores asalariados quedan automáticamente cubiertos sin ningún tipo de interrupción en las coberturas vigentes.
3. Como consecuencia de lo anterior, todos los siniestros que se produzcan a partir del 1/1/2020 serán cubiertos por el BSE en el nuevo régimen.
4. Que el primer cuatrimestre enero-abril 2020, quedará disponible para su pago en mayo del 2020.
5. Como consecuencia del cambio implementado, el Poder Ejecutivo ha decidido modificar las tasas de aportación del Aporte Unificado descontando de la misma la cuota parte de Accidentes del Trabajo. Por lo mismo, desde el primer cuatrimestre del 2020 el Aporte Unificado se abonará con la nueva tasa rebajada.

BPS – DECLARACIÓN JURADA DE NO PAGO

Obligatoriedad de Presentación con firma electrónica

Se informa que se establece la obligatoriedad en la presentación de las declaraciones juradas de no pago (DJNP) con firma electrónica, las que deberán remitirse a través del servicio en línea Ingresar Declaración Jurada de No Pago. Esta obligatoriedad se implementa en forma gradual, según la cantidad de cotizantes de la empresa, de acuerdo al siguiente cronograma:

Fecha de Obligación	Cantidad de cotizantes
07/2019	50 o mas empleados
03/2020	30 o mas empleados
06/2020	10 o mas empleados
08/2020	5 o mas empleados

Se destaca que las empresas no podrán ingresar DJNP en formato papel desde el momento en que quedan comprendidas.

Encuesta de Actividad Cámara Nacional de Comercio

Cuarto Trimestre y Año
2019

De acuerdo al último informe de actividad del Sector Comercio y Servicios, correspondiente al cuarto trimestre del año 2019, con una muestra de 405 empresas, las ventas globales en términos reales registraron un retroceso de 0,5% en la comparación interanual. Asimismo, en el año cerrado 2019 cayeron 3,5%.

Por su parte, el índice de difusión por rubros se mantuvo estable: en el cuarto trimestre 2019 el 60% de los rubros considerados incrementó sus niveles de venta en términos interanuales. A pesar de esta estabilidad, durante el año 2019 la evolución fue favorable, si se considera que a finales de 2018 el indicador se ubicaba en sólo 14%. Para el total de 2019, el índice de difusión por rubros se ubicó en 47%.

En cuanto al índice de difusión por empresa, éste indicó que en el último trimestre de 2019 menos de la mitad de las empresas encuestadas aumentaron sus niveles de ventas en la comparación interanual: 44%.

En consecuencia, continúan manteniéndose las dificultades en los niveles de actividad económica en gran parte de las empresas del rubro, sin avances sustanciales respecto a lo observado durante el año 2018 y los siguientes trimestres del año 2019.

En esta línea, la mayoría de los rubros mostraron caídas reales de las ventas durante 2019. En algunos casos, los retrocesos fueron significativos: Minimercados (-13,8%), Hoteles (-12,0%), Restaurantes y Confeiterías (-9,5%). En particular, estos rubros fueron golpeados

directamente por los efectos de una menor demanda del turismo receptivo durante todo el año. Por el contrario, el rubro Informática fue el que mostró una evolución más favorable de ventas, con un crecimiento anual de 8,7%.

Las caídas de las ventas fueron generalizadas al analizarse por región, destacándose el retroceso de los Servicios tanto en Montevideo (-9,5%) como en el Interior (-10,0%). En cuanto al análisis por tipo de bien, las empresas que comercializan durables (electrodomésticos, informática, muebles y accesorios del hogar) fueron las que mostraron mejor performance en la evolución de las ventas anuales, seguidas por las empresas de semi durables. Este resultado también se verificó para el cuarto trimestre de 2019. Por último, cuando se analizan los registros de ventas por tamaño, las microempresas fueron el único grupo que mostró una evolución favorable, de 4,9% en 2019.

En suma, salvo en el caso de durables, influenciado por la performance del rubro Informática, y las micro empresas, las demás empresas segmentadas por localización, tipo de bien o

tamaño, mostraron caídas reales en las ventas e índices de difusión reducidos, en la mayoría de los casos ubicándose en el rango comprendido entre 22% y 52%.

En lo que refiere al e-commerce, en el cuarto trimestre 2019 se constató que el 25,0% de las empresas establecieron disponer de un canal de venta online. A nivel de rubros, se registró la mayor tenencia de un canal de venta online en Hoteles, Informática y Supermercados, con guarismos de 45%, 41% y 31% respectivamente. En términos reales, para el total de las empresas que cuentan con e-commerce, ponderando según el personal ocupado, las ventas online aumentaron 16,0% en el cuarto trimestre en términos interanuales.

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

SOCIEDADES POR ACCIONES SIMPLIFICADAS (SAS)

Son un nuevo tipo de sociedad comercial que combina características de las Sociedades de Responsabilidad Limitada y las Sociedades Anónimas.

Podrá ser titular del derecho de propiedad sobre inmuebles rurales o de explotaciones agropecuarias.

Pueden ser constituidas por una persona física, una persona jurídica que no sea sociedad anónima, o varias personas físicas o jurídicas.

El capital se expresa en moneda nacional y se representa por acciones nominativas, endosables o no endosables o por acciones escriturales.

La constitución se realiza sin el control de la Auditoría Interna de la Nación.

El estatuto puede determinar libremente la estructura orgánica de la sociedad y demás normas que rijan su funcionamiento.

Tampoco se requiere de las publicaciones ni en el Diario Oficial y otro diario.

Se prevé un mecanismo de transformación simplificado de empresas unipersonales en SAS por un plazo de un año, a partir del 1º de enero de 2020.

Si bien la constitución de las SAS se hace sin control de la Auditoría Interna de la Nación (AIN), si sus ingresos anuales superen las 37.500.000.00 UI, aproximadamente U\$S 4.500.000.00, quedará sometida a la fiscalización de la AIN.

REGIMEN TRIBUTARIO:

Estas sociedades son contribuyentes del IRAE, Impuesto al Patrimonio e IVA y no se encuentran gravadas por ICOSA.

Tienen todas sus rentas gravadas, salvo aquellas que estén expresamente exoneradas.

Tienen el mismo régimen tributario que las sociedades personales: pueden liquidar el IRAE por régimen ficto según sus ingresos y la distribución de utilidades es gravada por el IRPF en cabeza del accionista, siempre los resultados se hayan originado en ejercicios con ingresos superiores a las 4.000.000.00 de UI.

El Administrador, los directores o integrantes del órgano de administración –según el caso– y, en su defecto, el representante legal, serán solidaria, objetiva e ilimitadamente responsables del pago del IRAE así como los recargos por mora que le correspondan.

CONTRIBUCIONES ESPECIALES DE SEGURIDAD SOCIAL:

Los trabajadores dependientes de las SAS aportan por el régimen general vigente.

Todos los integrantes físicos son beneficiarios del Sistema Nacional de Salud y deben efectuar los aportes correspondientes al FONASA.

El administrador o aquellos que integren el órgano de administración o el representante legal, tengan o no remuneración, deberán tributar a la Seguridad Social.

Los accionistas son responsables por las obligaciones laborales y sociales, hasta el límite de sus cuotas sociales, salvo que se declare inoponible su personería jurídica.

Todos los integrantes físicos de la sociedad deben realizar aportes por CCES, no es válida la declaración como cotizante por otra empresa cuando desarrollen otras actividades patronales.

Transformación de EMPRESAS UNIPERSONALES A SAS:

Las empresas unipersonales podrán transferir su giro a una Sociedad por Acciones Simplificada, la cual lo sucederá en sus derechos y obligaciones. El titular de la empresa unipersonal sigue siendo responsable solidario, por todas las obligaciones con anterioridad a la conversión y que se deriven de la actividad de la empresa unipersonal. Para esta transformación, no se requieren certificados especiales, sino que se exigirán únicamente los

certificado únicos vigentes. Se exoneran, para este tipo de transformación, por el plazo de un año, a partir del 01/01/2020: El IRAE o IRPF, IVA e ITP resultante de la transferencia de los bienes, derechos y obligaciones. El titular de la empresa unipersonal que se transforma, debe estar al día con sus obligaciones frente a DGI y BPS. Se exige que el titular de la empresa unipersonal sea el único accionista al momento de la conversión y

por un plazo no menor a dos años. Se debe efectuar un inventario de los bienes, derechos y obligaciones que se transfieren, protocolizado por Escribano Público, y que se debe presentar conjuntamente con el estatuto de la SAS al momento de presentarse en el Registro de Comercio. Los bienes a transferirse por la conversión, deberán estar afectados íntegra y exclusivamente al giro de la empresa unipersonal.

Te esperamos en nuestras oficinas si deseas ampliar la información.

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
Thomson 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
Pensión del mundo

Da-Sol distribuciones

N&X

cel. **099 370 021**
099 180 039

Abitab

AGENCIA de QUINIELAS y CAMBIO CAMBILEX

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

@sevpalarmas
@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

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 Caron Brookfield Legacy

CALLE 11 y 22 - ATLANTIDA
TEL.: 437 23710

VOLVIERON LOS JUEVES anda

25% Dto **10% Dto**

PAPELERÍAS Y LIBRERÍAS

SUC. ATLÁNTIDA: Calle 1 s/n y Roger Balet 437 29158

Ver locales adheridos en ANDA.COM.UY. Descuento válido los jueves desde el 20/2/20 al 19/3/20. Tarjeta ANDA: tope de descuento \$1.000 por cuenta por mes. Tarjeta DEANDA: tope de descuento \$500 por cuenta por mes.

anda

"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
ATLÁNTIDA. 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
taxisel Tiburon@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

Melo
RENT A CAR
MI R 221

¿UNA INOLVIDABLE
MANERA DE VIAJAR?

Tel: 4372 4455
098 024 455

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

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



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 2548.
SALINAS: Ruta interbalnearia 38 km. Tel: 437 6 0000

4372 2547
FORO COMPRAS
f/Lasertv
WWW.LASERTV.COM.UY

avanti
DAIRYCO
MARAUSTRAL
Ortizmann
Rapi Pap
VEGETALEX
pagnifique

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

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

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

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

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 Balet
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

RYSA
Rico y Sano
COMIDA VEGETARIANA
ALIMENTACION SALUDABLE
Calle 11 esq. Calle 26, Atlántida
092662672 - 43715585
RYSARICOYSANO.COM RYSA RICO Y SANO



SCOPICE ALARMAS
lo protege




Su permanente compañía de seguridad
ATLANTIDA FRENTE A TIENDA INGLESIA
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. 43732250/2540 - 0929500027
barracacruceiro@gmail.com

PARQUE DEL PLATA
Ruta Interbalnearia km. 49.500
Tel. 43755048/5144 - 0930540027

CUCHILLA ALTA
Ruta. Agencia Pasa y Paysona
Tel. 43789136/7574 - 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



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



EL TEATRO Y SUS ALIANZAS

Por: Licenciada Ana Lasserre

Como parte de la sociedad, un emprendimiento teatral debe apostar a consolidar alianzas. ¿Qué rol ocupan los privados? ¿Qué rol cumplen los públicos? Dos preguntas que se separan sólo en una dialéctica, las alianzas conservan siempre puntos de encuentro.

Un proyecto cultural que permanece en una comunidad, durante casi dos décadas, no debería hacerse estos cuestionamientos. Los pegamentos entre las partes contienen sustancias de adherencia. Entonces el interrogante debería ser:

¿Carecen estos sectores de esa sustancia hacia movimientos culturales? Quizás este artículo, esté cayendo en un error de generalización. Por supuesto que hay empresas privadas (sólo algunas pocas) que están dispuestas a empastarse. Por supuesto que hay algún sector público, que ha descubierto los beneficios en esto de apostar al teatro.

Para que una comunidad crezca en armonía y en un clima de intercambio entre los habitantes, debe existir un involucramiento de todas las partes.



El teatro nunca puede ser una entidad aislada, el relacionamiento con los otros es parte de su esencia. Somos en la medida que formamos parte de... y vaya que hemos insistido en esto de pertenecer.

Dicen que para muestra basta un botón. Pues acá lo tienen. Éste artículo forma parte de una revista de CCIFA, una institución que, desde que Teatro Alsur se instalara, definitivamente en Atlántida, siempre ha dicho "Presente".

Pero no vamos a conformarnos con un botón que proviene del sector privado. También la Dirección de Turismo de Canelones ha comenzado a lucir su alianza.

La sociedad del bienestar nos exige capacidad de relacionamiento para conseguir una mayor prosperidad en la gente. Eso de

separarse por sectores resulta además de antiguo, engañoso. Todos trabajamos por el desarrollo y el funcionamiento, no sólo de una localidad, sino de un país.

Eso sí, "zapatero a tu zapato". Hace ruido cuando lo público se atribuye saberes de otras partes. El arte teatral tiene sus secretos, descubiertos solamente a través del estudio y la práctica.

Alianzas sí, pero en una interrelación que respete los espacios ganados. De eso se trata, de acompañar el camino recorrido, la tan mentada trayectoria.

El 2020 se iniciará, como todos los años, cuando llegue el último ciclista (eso dicen). Que nos encuentre unidos y con deseos de trabajar "equipo junto a equipo." ●

SIEMPRE JUNTOS SIEMPRE CON VOS



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

XLVI

Cuando el Tao reina en el mundo
los caballos de guerra acarrearán estiércol.
Cuando no hay Tao en el mundo
los caballos de guerra abundan en los arrabales.
No hay mayor error que consentir los deseos.
No hay mayor desgracia que ser insaciable.
No hay mayor vicio que ser codicioso.
Quien sabe contentarse
siempre está saciado.

XLVII

Sin salir de la puerta
se conoce el mundo.
Sin mirar por la ventana
se ve el camino del cielo.
Cuanto más lejos se va,
menos se aprende.
Así, el sabio,
no da un paso y llega,
no mira y conoce,
no actúa y cumple.

XLVIII

Por el estudio se acumula día a día.
Por el Tao se disminuye día a día.
Disminuyendo cada vez más
se llega a la no-acción.
Por la no-acción
nada se deja sin hacer.
El mundo siempre se ha ganado sin acción.
La acción no es suficiente para ganar el mundo.



VERSO XLVI

“Vivir pacíficamente”, así titula el análisis de este verso el Dr. Wyne Dyer y, a mi humilde entender, dicho título encierra el mensaje de Lao –Tsé. Estar en el camino del Tao, el camino de la armonía, es adoptar una actitud de gratitud y alegría. Acostumbrarse a vivir en un estado de estrés permanente por la búsqueda de “querer más, siempre”, da el inevitable resultado de perder la oportunidad de apreciar el milagro de la existencia en este planeta. Hoy enfrentamos “el cambio climático”, que además de los aspectos naturales de la transformación de nuestro planeta, se debe a nuestra “enfermedad del más”. “... no hay mayor calamidad que no saber contentarse...”. En una traducción del Tao Te Ching, realizada por Stephen Mitchell, encontramos este mensaje: “Cuando un país está en armonía con el Tao, las fábricas producen camiones y tractores. Cuando un país va en contra del Tao, en las afueras de las ciudades se almacenan ojivas nucleares.” Se trata de elegir.

VERSO XLVII

Hace muchos años, una hermosa alumna llamada Sofía me dijo: “Para qué quieres salir al mundo, si el mundo viene acá.” En aquél momento de mi vida, esas palabras fueron un consuelo pues tenía agorafobia y eso me hacía sufrir. Hoy las comprendo de otra manera. Aprendí, gracias al TAO, que se vive simplemente estando en el aquí y el ahora y en contacto con mi ser, con mis sentimientos y emociones. El corazón me mantiene viva simplemente estando en mi pecho bombeando y si no le presto atención, ni siquiera lo noto. Aprendí a vivir como si fuera un

corazón. Les dejo las palabras de Michael Latorra al comentar este verso en su obra “A warrior blends with life” (Un guerrero se mezcla con la vida): “Como el más sabio de los sabios siempre supo, la raíz del yo esencial está en el corazón, especialmente en el mecanismo que lo hace latir. Partiendo del corazón, el resplandor del ser esencial irradia hacia la cabeza y la ilumina. Este mecanismo actúa fuera de toda consideración tecnológica. Habitas en su interior..., y puedes entrar inmediatamente en contacto con él a través de sentimientos profundos (no de emociones superficiales). El acto que, en último término, lleva a la iluminación, no requiere ninguna acción.”

VERSO XLVIII

Llegamos al mundo y en pocos años nos instalan el programa con ideas que nos alejan de nuestro ser natural. Una de ellas es la idea de “acumulación”, desde conocimientos que pueden servir para ganar un trivium, hasta “cosas”. Adquirir conocimientos es hermoso, el tema es no convertirlos en un sistema de creencias cerrado, dogmático. En cuanto a las “cosas” se corre el riesgo de convertirse en un lujoso Diógenes. Lao-Tsé nos aconseja que pasemos nuestra vida, ese “paréntesis dentro de la eternidad”, como una oportunidad para estar en armonía. Apreciar la alegría de ser naturaleza en lugar de querer realizarnos poseyendo bienes materiales. Les dejo una frase de Kabir, poeta Indú: “El pez que está sediento dentro del agua, necesita que le aconseje un médico.”

Hasta la próxima.
Feliz Vida. ●

Cámara de Comercio alerta ante cambios en el supermercadismo

“La concentración de mercado daña la competitividad del sector”, afirman.

Montevideo, 19 de febrero de 2020.- La Cámara de Comercio y Servicios del Uruguay (CCSU), en defensa de la competitividad de las empresas del sector, nucleadas en 120 gremiales de todo el país, advierte sobre el impacto negativo que tendrían los cambios trascendidos respecto a la concentración de empresas en el sector de los supermercados.

“La concentración de mercado que se generaría de concretarse el negocio repercutiría de lleno en la pérdida de competitividad de miles de pequeños empresarios de todo el país”, afirmó Julio Lestido, presidente de la CCSU, ya que “cuanto más grande es el interlocutor que compra, más relevante y perjudicial es la asimetría para los proveedores y para los pequeños comerciantes que compiten con los supermercados.”

“La libertad del mercado, que defendemos y promovemos, supone la existencia de múltiples jugadores que puedan competir en igualdad de condiciones, por lo que la concentración atenta contra la sanidad de la cadena comercial, disminuyendo la competencia y afectando negativamente a los consumidores por una oferta más restringida y de mayores precios”, agregó Lestido.

La Cámara de Comercio seguirá en alerta y convoca a las autoridades actuales y entrantes a realizar los máximos esfuerzos por defender la libre competencia y evitar que la concentración económica afecte un mercado relevante como el del supermercadismo, previniendo situaciones que puedan perjudicar a consumidores, pequeños y medianos comerciantes y a trabajadores del sector. ●



Torneo de Ajedrez Abierto Atlántida 2020 en el Hotel Argentina



Sábado y Domingo 14 y 15 de Marzo de 2020
5 Rondas sistema suizo - Ritmo: 25' + 30" - Válido Elo FIDE Rapid

- Director del torneo: Guillermo Marichal Soldi
- Árbitro Principal: IA Jorge Bermudez 3002985
- Costo de inscripción: 300 Pesos Uruguayos por participante
- Válido para Elo FIDE RAPID
- Criterios de desempate:
 - 1- Encuentro Directo
 - 2- Buchholz corte 1
 - 3- Buchholz total
 - 4- Suma de Buchholz de los oponentes
 - 5- Sonneborn-Berger

HORARIO DE LAS RONDAS

- 1ª Ronda: Sábado 14 a las 13 horas.
- 2ª Ronda: Sábado 14 a las 17:00 horas.
- 3ª Ronda: Sábado 14 a las 21 horas.
- 4ª Ronda: Domingo 15 a las 13:00 horas.
- 5ª Ronda: Domingo 15 a las 16 horas.

Alojamiento para participantes y acompañantes al torneo con tarifas especiales

- Habitación single 2900 Pesos Uruguayos
- Habitación doble 3900 Pesos Uruguayos (1950 por persona)
- Habitación triple 4900 Pesos Uruguayos (1633 por persona)
- Todos los precios incluyen:
 - * Desde el sábado al mediodía hasta el domingo a las 20 horas.
 - * Desayuno, piscina climatizada y garage.
 - * Aire acondicionado Split (Frio-Color), ventilador de techo, Frigorifer, Televisor LCD 22" con cable HD, Teléfono con discado directo, Wi-Fi gratuita, cofre de seguridad y secador de pelo.
 - * Formas de pago: Tarjetas de crédito VISA, American Express, Paypal, Oca, Diners, Master Card, Cabal, Creditel, Ando o en efectivo.
- * Contacto Hotel Argentina:
Calle 11 y 24, Atlántida, Canelones, Uruguay
Tel: +598 4372 2414
Tel: +598 4372 1728
WhatsApp: +598 92 506 500
Facebook: @HotelArgentinaAtlantida
Skype: Hotel Argentina Atlantida
Mail: info@hotelargentina.com.uy
Web: <http://www.hotelargentina.com.uy>



FEDERACIÓN
URUGUAYA de
AJEDREZ



REPÚBLICA MICROFINANZAS en nuestra casa

LA MEJOR FORMA DE CRECER

A partir de febrero contamos con atención personalizada en nuestra oficina para todo tipo de consultas y solicitudes de crédito. Les recordamos que contamos con beneficios gracias al acuerdo de CCIFA con República Microfinanzas.

Los días de atención serán:
Miércoles de 10 a 12 hs.
Viernes de 12.30 a 15.30 hs.

micredito.uy
0800 6040

MI CREDITO
TRABAJO

Desde el año 2010, República Microfinanzas, institución del Banco República, brinda soluciones financieras a distintos sectores de la población de todo el país, enfocándose en los microempresarios, trabajadores independientes y las familias de bajos recursos, muchas veces excluidos del sistema bancario tradicional.

La propuesta de República Microfinanzas se caracteriza por una metodología de otorgamiento, que implica vencer las barreras de asimetría de información, recopilando la información que el solicitante tiene disponible y armando la que necesitamos, a través de un análisis personalizado y responsable de la capacidad

de pago familiar, donde lo que más importa es el compromiso y el uso responsable del dinero. Un detalle a resaltar es que estamos hablando de una propuesta de financiamiento (Crédito retornable) y en consecuencia dirigida a negocios que ya se encuentran funcionando. Los solicitantes deben contar con una antigüedad mínima de seis meses en su actividad y tres meses de establecido en el local comercial, si lo tuvieran. Micrédito Trabajo, Micrédito Reforma y Micrédito Familia, contemplan las necesidades del microempresario, que varían desde la compra de materiales de trabajo, insumos y servicios, ampliación o mejora del local o

negocio, compra de herramientas, maquinaria, compra o cambio de vehículo, reforma de vivienda y uso personal. El método es bien simple. Se concreta una entrevista, y a partir de allí, el microempresario recibe una atención personalizada en su lugar de trabajo, lo que permitirá encontrar el mejor producto que se adapte a sus necesidades. La comunicación se realiza por el 0800 6040, y en un breve plazo, el asesor de la zona concretará una entrevista personal. También puede realizar la solicitud a través de la web www.micredito.uy o directamente en CCIFA los Miércoles de 10 a 12hs o Viernes de 12:30 a 15hs. ●

Formación en Psicología Social

Nuevo acuerdo de cooperación para socios de CCIFA:

15 % DE BONIFICACIÓN EN LA CUOTA



Maldonado
Pando
Lagomar

www.epsu.com.uy
epsu@epsu.com.uy
099 705 730

ENTREVISTA AL SOCIO



Verónica Carro

Academia Swan Lake

Por: Andrés De Mello

"La danza es el lenguaje secreto del alma" Martha Graham

Verónica Carro, responsable de "Academia Swan Lake", tuvo la amabilidad de contestar a nuestras preguntas en esta hermosa entrevista que les presentamos en esta edición.

A: ¿Cuándo abre sus puertas "Academia Swan Lake"?

VC: El 9 de abril de 2012. Yo tenía 16 años y muchas ganas de transmitir el amor por la danza.

A: ¿Cómo nace el nombre "Swan Lake"?

VC: Desde pequeña Swan Lake (Lago de los cisnes en inglés) es mi obra de ballet favorita, de ahí el nombre de la academia.

A: ¿Cuál fue el proceso que te llevó a la danza?

VC: A los siete años en la escuela de Atlántida (que hacía sus festivales en la expoplatea) me toca interpretar a caperucita roja bailando el Danubio Azul de Johann Strauss; yo sin saber nada tome aire y bailé. Desde ese momento maestras y directora le pidieron a mi madre que me llevara a clases de ballet y ahí empezó mi formación académica.

A: ¿Por qué elegís esta profesión?

VC: Como estudiante de danza tuve muchos maestros, de los cuales aprendí mucho... muchos pasos y mucha pasión. Tuve maestros a quienes les gustaba bailar pero más les gustaba enseñar, quienes tenían un don especial para transmitir y de ellos aprendí a enseñar. Hoy por hoy enseñar es lo que me completa, mucho más que solo bailar.

A: ¿A qué te dedicabas antes?

VC: Cuando abrí la academia aún estaba terminando el bachillerato, mi idea siempre fue dedicarme a bailar, y en este lugar pude mezclar mis dos pasiones, la danza y la docencia.

A: ¿Dónde cursaste tus estudios?

VC: Estudié en muchos lugares, uno es la suma de todo lo que adquiere... Empecé tomando clases en Lagomar, con Natalia Vernengo quien me introdujo

en la danza jazz, en Montevideo danza clásica con María Inés Camou, Sofía Sajac, Silvana Marotta. Me preparé en danza jazz y contemporáneo en la escuela InDans. Y estudié comedia musical en la ECM de Luis Trochón. Mucha de mi formación clásica fue en Buenos Aires en la fundación Julio Boca, Arte y Cultura con el maestro Luis Baldazarre y Victoria Mazari, donde aprendí la técnica de la biomecánica que hoy enseño a mis alumnas y danza jazz con el maestro Gustavo Zajac. Tomé muchos seminarios de ambos lados del Río de la Plata y fue en 2014 y 2015 cuando gané becas para estudiar en New York y Pittsburgh. Y la formación del bailarín nunca se termina. En este momento estoy terminando la carrera de magisterio.

A: ¿Cómo fue la época de estudiante?

VC: La época más intensa en la carrera de un bailarín es la adolescencia, había días que volviendo en el barco de Bs As preparaba parciales para el liceo, almuerzos, meriendas, siestas en el auto mientras mamá me llevaba de una clase a otra... Se vive todo muy intenso porque parece que nunca alcanzara el tiempo, pero con tanta felicidad que vale la pena. Salir de clases y decir "a esto me quiero dedicar toda mi vida" es lo que más recuerdo.

A: ¿Cuál es el estilo que más disfrutás?

VC: Mi favorito por lejos es el lyrical jazz, ahí puedo expresar todo lo que soy sintiendo la música y la letra de la canción. Igualmente soy de las que prefiero siempre la técnica clásica como base hasta para bailar reggaetón.

A: El arte, ¿es parte de la familia? ¿Quién más es artista en tu familia?

VC: Si, mi mamá es artista plástica, pinta como el mismo DaVinci y no porque sea mi madre y mi papá



(aunque no toca mucho) es profe de acordeón. Supongo que todo influye, todos en casa disfrutamos de una buena pieza de música o un museo de obras de arte... Mi mamá es la que más influye en mí, a veces viene a verme bailar a las clases y ahí me da su devolución que hoy por hoy respeto y agradezco mucho porque se que tiene un ojo admirable.

A: ¿Cuáles son los tipos de danza que encontramos en la Academia Swan Lake?

VC: Hace unos años que además del ballet (tanto para niños y adolescentes como para adultos) tenemos danza jazz, estilos más urbanos y estilos más clásicos... Tenemos clases para todas las edades arrancando desde los 3 añitos.

A: ¿Se incorporan nuevos ritmos?

VC: Siempre nos estamos actualizando, no abandonamos a los clásicos pero incorporamos el reggaetón, próximamente el K-pop... siempre investigando y aprendiendo.

A: ¿Qué beneficios encontramos en la danza?

VC: La danza es el ejercicio más completo y disfrutable, no solo es un buen ejercicio para mantenerse en forma, mejora la postura, reduce el estrés, ayuda a la memoria, socializamos, nos reímos... liberamos endorfinas y eso nos deja con muy buen humor el resto del día... tiene innumerables beneficios para el que disfruta de este arte.



A: ¿Cómo es trabajar en la enseñanza?

VC: Para el que le gusta es genial, para mí ser bailarina es lo más hermoso que me pudo pasar pero ver que puedo transmitir lo que se y lo que siento, ver que otros sienten la danza y la disfrutan, verlos crecer, enseñar y aprender con otros es de verdad lo que más me llena el Alma.

A: ¿Qué público abarca?

VC: Tenemos clases desde los tres añitos de ballet y de jazz hasta adultos. Todas las clases se dividen en niveles por edad y por conocimiento.

A: ¿Te acordás de la primera clase que diste y de cómo fue esa experiencia?

VC: ¿Cómo olvidarla? El salón no estaba terminado y decidí hacer una clase abierta para dar la bienvenida, vinieron dos nenas (una de las cuales aún toma clases conmigo), unos nervios que no podía ni hablar pero al momento de dar la clase se fueron los nervios y las tres disfrutamos mucho. Desde ese momento todo fue aprendizaje y disfrute.

A: ¿Por qué elegís Parque del Plata?

VC: Cuando se abrió la academia, hace casi ocho años tanto en Parque del Plata como en las cercanías no se enseñaba danza clásica así que era un buen lugar para comenzar y al ser tan chica (16 añitos) precisaba mucho apoyo de mi familia y es por eso que la abrí en mi propia casa.

A: Muchísimas gracias por tu tiempo.

VC: Un placer. ●

Flora Nativa

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

Por Grupo Myrsine: Maestra Mireya Bracco

La vegetación nativa ocupa distintos ámbitos, riberas de ríos y arroyos, quebradas, sierras, palmares, arenales costeros, zonas inundables, praderas, etc.

Hemos visto a lo largo de varios años que muchas de ellas se desarrollan normalmente en jardines y plazas. Recorriendo la zona podemos encontrar gran variedad de especies nativas, en especial en la Plaza de los Escolares convertida en un pequeño Arboretum o aula de aprendizaje al aire libre donde podemos reconocer varias especies y utilizarlas como plantas madres de las cuales extraer semillas para su multiplicación.

Hoy dedicaremos este espacio a dos especies frutales.



GUAYABO DEL PAÍS

Acca sellowiana (O. Berg) Burret

Arbusto de hasta 4 m de altura, muy ramificado. Follaje persistente, que puede ser caduco en zonas templado-frías. Hojas coriáceas, opuestas, enteras, pecioladas, ovaliformes o elípticas de 4 a 6 cm de longitud por 2,5 -3,5 cm de ancho, de color verde oscuro lustroso en el haz y blanco en el envés.

Flores muy llamativas y vistosas de unos 3,5 cm de diámetro, solitarias o en grupos de 2 a 4 en las ramillas terminales. Cáliz con 4 sépalos blancos y corola con 4 pétalos curvados de color blanco en el exterior y rosados por el interior, estambres numerosos, en varias series, rojos, de 2- 3 cm de largo.

Florece en primavera, octubre y noviembre. Frutos carnosos en baya, ovoides de 3 – 5cm de largo, de color verde oscuro tintados de rojo,



fragantes, comestibles. Su maduración a finales de verano y en otoño.

Multiplicación por semillas sembradas en almácigos sombreados y a poco tiempo de cosechados los frutos. Crecimiento medio a rápido.

Uso tanto ornamental por sus flores y follaje, como por sus frutos que pueden comerse crudos o preparados en mermeladas, confituras o tartas. Ricos en vitamina A, C y E, proteínas y yodina. Las aves se alimentan de sus flores y frutos.

Distribución en Argentina, Norte de Chile, Bolivia, sur del Perú y Uruguay, donde vive en quebradas en los departamentos de Rivera y Tacuarembó.

Aunque tolera todo tipo de suelos, prefiere aquellos que son ácidos, ricos en sustancia orgánica, sueltos y bien drenados.



ARAZÁ

Psidium cattleianum

Arbusto o pequeño árbol de tronco delgado y fuerte, de hasta 6 m de altura, corteza lisa y hermosa color canela.

Follaje persistente, verde brillante. Hojas simples, opuestas, obovadas, color verde más opaco y claro en el envés, glabras, coriáceas de 4-8cm de largo por 3-5cm de ancho, borde entero, pecíolo de 4-8mm.

Flores solitarias, axilares, opuestas blanquecinas, con pedúnculos de igual o mayor largo que los pecíolos, corola de pétalos pequeños, libres, estambres numerosos. Florece de octubre a enero.

Fruto baya globosa u obovoide de color rojo-morado o amarillo de 1,5 a 3cm, con numerosas semillas duras. Madura en otoño y es comestible. Agradable sabor



agridulce y alto contenido de minerales y antioxidantes. Se obtienen buenas mermeladas, jaleas y dulce de corte.

El fruto se usa como tónico y digestivo, macerados en alcohol producen un licor de sabor muy agradable. Con valor ornamental e importancia apícola.

Propagación por semillas en almácigos sombreados. Crecimiento medio.

Distribución en centro y sur de Brasil, norte argentino y Uruguay, donde vive en sierras, arenales y orillas de bañados en Treinta y Tres y Rocha.

Vive en sierras, arenales y orillas de bañados. ●

Bibliografía:
Flora indígena del Uruguay. J. Muñoz, P. Roos, P. Cracco. Editorial hemisferio sur. Guía de identificación de Especies Arbóreas Nativas Uruguay. MVOTMA. DINAMA. Recetario de frutos nativos del Uruguay. MEC



14 de marzo
Paseo de campo

En la zona agroecológica de la Cuenca de la Laguna del Cisne

Visita guiada a 3 predios rurales | Almuerzo casero | Venta de productos locales

Cupos limitados. Precios especiales para grupos familiares y asociaciones de jubilados.

No incluye locomoción (consulte por otras opciones). Recuerde llevar su bolsa reutilizable.

Información sobre costos y reservas: 099 930 279 o circuitodelaguaylavida@gmail.com

CIRCUITO DEL AGUA Y LA VIDA

Uruguay Natural
Ministerio de Turismo

Gobierno de Canelones
Ministerio de Turismo

6060
Turismo



Recomendamos...

Por: *Mabel Bemposta*

"Sólo hay una guerra que puede permitirse el ser humano: la guerra contra su extinción."
Isaac Asimov

"1917", dirigida por Sam Mendes, nos presenta una exploración física y psíquica de dos personas jóvenes que deben enfrentar el hecho de ser simples piezas de un horrendo juego llamado guerra. En este momento que estoy escribiendo la recomendación del mes (6/02/2020), aún no se han entregado los premios Oscar, y a pesar de que la favorita es otra película, me arriesgo a dar como ganadora indiscutible a esta impactante producción. Al leer esto, ustedes, queridos lectores, ya sabrán cuál es la ganadora, espero no defraudarlos.

Feliz Vida y hasta la próxima.

Asif Clasificados

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
Florencia 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
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, Migués, Varela y Gregorio Migués
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 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
Sassari Gelatteria Calle 11 entre 22 y Ciudad de Montevideo, Atlántida

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

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
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. 099210659

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 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 entre 24 y 26, Atlántida, 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

TA

LOGÍSTICA Y DISTRIBUCIÓN