

Año 12
Número 133
OCTUBRE
2020

centro



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



Atlántida **jardín**

7 EDICIÓN
17 Y 18 DE OCTUBRE
2020





Misión

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

Visión

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

Aprobada por comisión directiva Junio 2010

Nuestra Gente

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

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

SUPLENTE

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



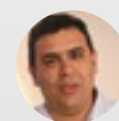
Bienvenida primavera, ella nos trae a muchos un sentimiento de mayor felicidad, seguramente porque es el momento en que la naturaleza empiezan a florecer y las plantas a dar sus frutos y aquello que proyectamos lo empezamos a ver en su esplendor.

Nuestra zona espera una nueva edición de Atlántida Jardín los días 17,18 y 19 de octubre, evento que tiene una idea por parte de sus organizadores, que tiene mucho que ver con la esencia del lugar en que vivimos y del futuro que queremos para nuestra localidad.

CCIFA apoya este evento desde sus inicios y pienso que todos los comerciantes y toda la comunidad nos debemos comprometer más, es una oportunidad de desarrollar lo que tenemos, de mejorar para ofrecer a nuestros visitantes, un paseo disfrutable para la familia.

El proyecto de Centro Comercial a Cielo Abierto, también tiene en cuenta desarrollar y apoyar los eventos Culturales y Deportivos característicos de nuestra zona, existen muchos que se vienen desarrollando año a año, debemos generar sinergias con esos eventos para potenciarlos, tenemos en la zona distintas actividades todo el año, es esta una buena forma de desestacionalizar el turismo.

Luego de este largo año de período electoral, sumado a la Pandemia de Covid-19, nos reunimos a solicitud de varios de los candidatos a Alcalde, encontrando muchas coincidencias para poder trabajar en conjunto, se viene tiempo de concretar los proyectos, de ver florecer las ideas en que estuvimos trabajando.



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: Camilo Uhalde (Presidente) / Mariana Vieira (Secretario)
Redactor Responsable: Alicia Pérez
Colaboradores: Wilson Mesa / Mabel Bemposta / Andrés 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)

Agosto/20	219,24
Variación	0,57

Salario Mínimo Nacional (SMN)

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

Base de prestaciones y contribuciones

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

Índice al prod. de productos nacionales (IPPN)

Agosto 2020	232,73
-------------	--------

Índice costos de la construcción

Julio 2020	773,41
------------	--------

Ajuste por inflación

Agosto 2020 - IPC	9,79 %
Variación IPC 36 meses. Agosto/2020	28,14 %

Unidad indexada (UI) setiembre 2020

23/09/2020	\$ 4,7050
------------	-----------

Desempleo

Julio 2020	10,60 %
------------	---------

Unidad reajutable (UR)

Setiembre 2020	\$ 1.283,07
----------------	-------------

Unidad reajutable de alquileres

Agosto 2020	\$ 1.258,69
-------------	-------------

Sabías que...?



Los subsidios por aislamiento a mayores de 65 años no se prorroga, quedando a partir del 01.09.2020 sin efecto.

Se prorroga el subsidio por desempleo parcial hasta el 31.12.2020.

Las empresas unipersonales que soliciten inactividad a partir del 01.09.2020, deberán presentar un certificado contable o notarial que demuestre que la empresa esta inactiva.

El BSE en su sitio web cuenta con una nueva agenda para la tramitación de gestiones de facturación y cobranza, <https://www.bse.com.uy/inicio/contacto/agendas-web/>

EN ESTE NÚMERO

Pág. 27

NUEVA TARJETA DORADA

Pág. 14

CARTELERA DE NOVEDADES

Pág. 6

UN EQUIPO DE GUERREROS

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.

Un Equipo de Guerreros

Por: Ruben Manduré - Uruguay Ultra Sports

"Un guerrero no puede quejarse ni lamentar nada. Su vida es un desafío interminable, y no hay modo de que los desafíos puedan ser buenos o malos. Los desafíos son simplemente desafíos."
"Don Juan Matus" - Carlos Castaneda

El Eco Challenge marcó para mí hace muchos años el comienzo de una nueva vida, que me hizo abandonar otras pasiones deportivas para dedicarme casi plenamente a las carreras de expedición. Por eso, cuando supe que volvería a organizarse, me dije que debía estar ahí de nuevo, para compartir esos 671 km de recorrido en Fiji con mis actuales compañeros de equipo: Federica Frontini, Gonzalo Smaldone, el brasileño Thiago Bonini y nuestra asistente Laura Moratorio.

El nivel de organización es el máximo al que podemos aspirar en este deporte. Cada dólar invertido (y hay millones), es usado por la producción de Mark Burnett, Lisa Hennessy y su equipo, para crear una atmósfera inigualable en la que aventureros de todo el mundo se encuentren a gusto. No falta nada, una infraestructura inmensa se despliega, hay diferentes tipos de embarcaciones flamantes esperando a ser usadas por primera vez por equipos de alto rendimiento o aficionados, que tienen ilusiones parecidas, y pronósticos bien diferentes. Cada equipo presente ha sido apoyado económicamente por la organización para que esté allí y no le falte nada. Nadie tiene excusas.

The Toughest Race es, por un lado, un reality show de personas comunes que se enfrentan a un gran desafío, lo que despierta interés en las masas que admiran su disposición a hacerlo, generando una audiencia global que lo



transforma en un gran negocio; por otro lado, es una competencia feroz entre los equipos top del mundo para hacerse de un premio atractivo y del prestigio de ubicarse lo más arriba posible en el ranking final.

Las distancias y el grado de dificultad del recorrido propuesto por Kevin Hodder y Scott Flavelle es, a veces, realmente brutal. Bear Grylls, el famoso presentador británico, lo menciona repetidamente para que la audiencia lo tenga en mente, pero para nosotros no es necesario, sabemos a lo que vamos.

La primera pierna de la competencia es una larga remada de 60 km en Camakau, embarcación ancestral que los fijianos usan para trasladarse de isla en isla. Es un bote de madera pesada, fino y largo, con un pontón a estribor que le da estabilidad. Tiene una vela lista a ser desplegada, pero remamos y

timoneamos con palas simples. El tramo inicia en el Navuloa, un río turbio y casi sin corriente, que desemboca en el Océano Pacífico unos cuantos kilómetros después de la largada, en Navitu. Nos toca estar por sorteo, entre los 66 equipos de 30 países, en una de las últimas posiciones de largada en la orilla, o sea, los equipos que les toca estar en las primeras salen con unos treientos o cuatrocientos metros de ventaja. Como siempre pasa en una expedición en la que queremos posicionarnos bien, las primeras veinticuatro horas son vitales, luego hay que resistir, así que salimos remando fuerte, intentando eludir equipos que no consiguen mover rápido su bote, o están varados, o dados vuelta. En menos de una hora, todo el panorama ya está limpio y en perspectiva: ocupamos una posición entre los primeros diez equipos y en ese momento

nos está pasando New Zealand, que tuvo un percance a poco de la salida y remonta posiciones a ritmo de ferry boat. Intentamos tomarlos de referencia y mantener su ritmo durante unos treinta minutos, pero es demasiado ambicioso y puede provocar colapso. Nos quedamos remando muy cerca del poderoso team francés, a buen ritmo.

Al terminar, ya cayendo la tarde, llegamos a la isla Ovalau. Allí hacemos una rápida transición y salimos a realizar el segundo tramo, esta vez a pie. Intentamos correr todo lo posible por buenos caminos selváticos hasta llegar a una sierra escarpada con sendas difíciles y empinadas. Sufrimos bastante ese tramo, la alta temperatura nos golpea y enlentece el avance. Somos superados por los franceses y el otro equipo neocelandés, que manejan mejor la lucha con la alta temperatura.

Terminamos de dar vuelta a la isla ya en oscuridad, y llegamos nuevamente a la costa donde volvemos a subirnos al Camakau para otros 30 km de remo. El viento sigue sin aparecer, así que será a puro remo nuevamente. En medio, pasamos por la isla Leleuvia, en donde debemos bucear en el arrecife de coral para retirar el primer medallón de la carrera, una pesada placa de metal que dice "Islands". Superamos en medio de la noche al Team Colombia y llegamos junto a Bones, de USA. Al llegar a destino pasada la medianoche hacemos una transición algo más larga, nos entregan mapas y nueva hoja de ruta, así que sabemos que ahora deberemos seguir remando 40 km aguas arriba en tablas individuales de stand up paddle. Es una larga noche subiendo el Natuvamatha Creek, un zigzagante curso de agua en plena jungla, que lentamente nos conduce al pequeño poblado de Sote, a donde llegamos cerca del mediodía junto al poderoso equipo español Vidaraid.

Allí comemos algo caliente, armamos rápidamente las bicicletas que la organización trajo en nues-



tras cajas y nos preparamos a salir. El camino es bueno, comienza a llover fuerte y devoramos los 60 km hasta Navuicini Village, donde se encuentra el primer Camp de la carrera, lugar que sirve de encuentro con nuestra asistente Lali Moratorio, que nos espera con comida, equipamiento y todo lo necesario para continuar.

Salimos muy temprano en la madrugada a unos 30 km de rápido trote por un río que forma un cañón que corta una montaña y se cierra, al punto de tener que nadar largos tramos hasta que se vuelve a abrir y nos adentra en la selva nuevamente. Allí recogemos el segundo medallón: "Jungle" y nos dirigimos a la costa por un laberinto de sendas de difícil navegación con el mapa. Una vez que llegamos, debemos armar con cañas de bambú de grandes dimensiones y cuerda paracord brindada por la organización 2 embarcaciones típicas de los nativos llamadas bili bili. Parados con cañas como pértiga/remo deberemos avanzar 42 km corriente abajo en el río Wainimala. Lo hacemos concentrados, siempre cerca del team Atlas de Canadá,

intercambiando posiciones. Llegamos a destino ya en la noche, en una perdida aldea en donde nos esperan nuevamente nuestras cajas con las bicicletas que deberemos armar para pedalear otros 45 km hasta el siguiente camp, en donde aguarda nuestra asistente.

Llueve fuerte toda la noche, decidimos quedarnos en el Camp para quemar 4 horas obligatorias de descanso confiando en que hay suficiente tiempo para alcanzar la siguiente transición a 66 km de distancia. Pedaleamos fuerte al principio, pero conforme pasan los km, el camino se transforma en un lodazal imposible, que nos obliga a cargar las bicis al hombro, lo que nos enlentece de tal manera, que no conseguimos llegar como para completar la siguiente sección, que tiene prohibición de avance nocturno, porque se trata de un rafting por el río Navúa, conocido por sus rápidos encajonados, que en la noche, son peligrosos. Debemos parar 12 horas que serán claves en nuestro resultado, porque quienes lograron pasar, quedan fuera de nuestro alcance.

Al terminar ese remo de 40 km llegamos a un pueblo hermoso, lleno de gente esperando y una niña nos entrega el tercer medallón: "River". Ahí nos guían pintorescos personajes locales caminando a través de pequeñas aldeas y zonas agrícolas y ganaderas durante toda la jornada. Pasada la medianoche llegamos a Lutu, el siguiente Camp. Lali nos ayuda en todo y nos apronta para seguir el trekking, selvático ahora, hasta la famosa cascada Vuwa Falls, en donde deberemos escalar 300 mt verticales, y allí nos esperará el siguiente medallón: "Highland". Es dura la etapa, terminamos el tramo de ascensos recién a la tarde y ahora llegará un tramo difícil. El trekking posible es recorriendo el cauce de un río de altura, que no tiene orilla, y corre encajonado. Debemos nadar durante la noche en aguas heladas 8 km, que, con las mochilas y el cansancio, nos produce un desgaste importante.

Finalmente logramos llegar a la siguiente transición, en donde la organización ha montado una carpa de primeros auxilios con comida caliente, muy necesaria. Muchos equipos no lograrán pasar esa prueba y abandonarán allí mismo.

La siguiente sección es un remo en stand up paddle

nuevamente, 20 km por un embalse que, sobre el final y ya casi amaneciendo un nuevo día, se queda sin agua y debemos arrastrar los tabloncillos hasta la siguiente transición. Allí nos cambiamos y salimos a hacer el más largo trekking de la carrera, 45 km cruzando la parte central de la isla Viti Levu, en un recorrido hermoso, que no cruza ni una sola portera o alambrado. Es realmente agreste, aunque no tan selvático y de fácil progresión, pero el calor es abrasador. Navegamos bien con el mapa y avanzando fuerte logramos alcanzar a Bend Raci ng y a Out There, los 2 mejores equipos de Estados Unidos, así que sorprendemos a Lali en el último Camp en el maravilloso pueblo de Navala, en donde los locales festejan cada llegada de un equipo con bailes y canciones.

Después de dormir las últimas 3 horas obligatorias salimos a realizar el siguiente tramo de bici, ya en la sexta y probablemente última noche de carrera. Es duro el recorrido de 50 km con más de 2500 mt de desnivel en ascenso. En medio debemos parar a hacer un trekking corto de ida y vuelta hasta una pequeña cascada en donde haremos un descenso en cuerdas de 30

mt y recogeremos bajo el agua el último medallón: "Ocean". Seguimos el recorrido en bici, ya en el calor de la mañana y resulta durísimo. Federica carga con una infección en su rodilla que le provoca fiebre y Thiago está exhausto físicamente, así que el trabajo de equipo nos salva. Llegamos a la transición a volver a inflar las tablas de stand up paddle y hacer un recorrido corto de 15 km por un río de manglares que desemboca en el Pacífico, con temperatura altísima ya cerca del mediodía. Vamos de nuevo pegados al team Bones de USA.

Al llegar a la última transición en una paradisíaca playa, elegimos rápidamente una canoa hawaiana rápida y nos vamos cuanto antes a hacer el último tramo de carrera de 60 km de remo hasta la isla Mana, donde se encuentra la meta.

Es largo, pero vamos rápido, remamos entusiasmados y dejamos atrás a Bones. Sobre las 10 de la noche ya tenemos la isla muy cerca y a la vista, pero se desata un temporal de viento fuerte que nos frena. Vivimos algunos momentos de angustia cuando, en medio de las olas y el viento, se nos hace casi imposible el avance, tan cerca de la meta. En base de un trabajo incansable de los 4 finalmente logramos llegar a la meta, agotados y felices.

Actualmente, ya está en el aire la serie de 10 capítulos que Amazon Prime hizo con la carrera, se ven historias de vida de equipos de aficionados que se animaron a participar, y se ven también algunos pantallazos de la alta competencia entre los equipos de punta. Nosotros llegamos a la meta en la posición 16, que, luego de algunos problemas que superamos, es buena. Pero apostamos a más, y ya aplicamos para la siguiente edición, que se disputará en 2012 en la Patagonia chilena. ●



Atlántida Jardín
7 EDICIÓN
17 Y 18 DE OCTUBRE
2020

ENTRADA LIBRE

MICROCENTRO ATLÁNTIDA

Logos of sponsors and partners:

- Gobierno de Canelones
- Uruguay Natural
- Ministerio de Industria, Energía y Minería
- Secretaría Nacional del Deporte
- Atlántida
- CCIFA
- Myrsine
- Natur
- CENTINELA SEGURIDAD
- EL TIBURÓN
- LIFA
- RECICLAJE POR TU ESPACIO
- AtlántidaJardin

Crónicas de Atlántida

Aniversario de Atlántida

19 de Octubre de 1911

Por: Wilson Mesa



En este mes de octubre, Atlántida celebra un aniversario más de su fundación. No quisiera dejar pasar este acontecimiento sin mencionarlo aquí, pues es posible que haya festejos limitados debido a la vigencia de la emergencia sanitaria, que obliga a los máximos cuidados en materia de salud colectiva e individual.

Con pandemia, o sin ella, Atlántida seguirá cumpliendo años. Esta vez son 109, desde aquel día 19 de octubre de 1911, que el Ing. Juan Pedro Fabini, en una reunión de la "Compañía Territorial Uruguaya S.A.", presentó el primer plano de amanzanamiento del Balneario, según consta en el Libro de Sesiones de dicha compañía, que era la propietaria de todas las tierras sobre la Ensenada de Santa Rosa.

EL BALNEARIO EN SUS COMIENZOS

Atlántida nació por el empuje visionario de un grupo de personas que percibieron en este paisaje –entonces agreste y de poco valor económico- un potencial de futuro que podía llegar a ser incalculable. Y lo fue.

Lo que comenzó siendo una "fábrica de bosques" para la extracción de madera (por eso se plantaron tantos eucaliptos y pinos), se convirtió después en "la playa de los doctores"; y luego en el "balneario de Michelizzi"; y después en una ciudad turística muy importante.

La misma tuvo su auge a mediados del siglo XX, para luego entrar en un período de



decadencia producto de una multiplicidad de causas, entre las cuales la situación económica del país; pero también la desatención de los gobiernos nacionales y departamentales; y el crecimiento de otros balnearios más alejados de Montevideo como Piriápolis y Punta del Este.

Atlántida quedó a medio camino; porque ya no estaba tan "lejana" de la capital del país como al principio. Recordemos que los medios de transporte de aquella época y la falta de carreteras hacía complicada –y por eso más atractiva- una visita a Atlántida.

Después, con el paso del tiempo y el avance del "progreso", todo fue cambiando y esta zona perdió aquel sabor agreste que tenía. Se construyó la Ruta Interbalnearia. Se mejoró la Ruta 11. Se hicieron puentes sobre los arroyos, Carrasco, Pando, Solís Chico, Solís Grande, etc. Eso hizo más fácil seguir hacia el este buscando nuevos lugares de veraneo.



Pero no es mi intención que esta crónica se convierta en una enumeración de todo lo que pasó y lo que no pasó aquí. Los lectores ya lo saben. Y si nunca lo pensaron tal vez atarán algunos cabos que andaban sueltos por ahí.

A FINES DEL SIGLO XX

Es mi parecer que Atlántida se había quedado estancada, como ciudad turística importante, al finalizar el siglo pasado. Y de ahí en adelante ha tenido un lentísimo avance que tiene que ver mucho con los vaivenes económicos, pero también con el empuje de la propia gente local.

Creo también que la creación de las Alcaldías Municipales –a partir del año 2010-, trajo



consigo una cercanía real de los responsables de administrar y gestionar cada territorio, y una visión más "in situ" de los problemas y oportunidades de crecimiento de los mismos.

Aquello de gobernar desde la capital (que por otra parte está casi en el otro extremo del departamento) ya no es tan así. Los integrantes de cada Concejo Municipal son votados a nivel local. Por lo tanto, tienen la responsabilidad de responder ante las necesidades locales.

Este cambio institucional coincidió –por puro azar- con la celebración del Centenario de Atlántida, en el año 2011.

Es tal vez por esa razón que podríamos decir que, a partir de sus 100 años el Municipio de Atlántida (que abarca mucho más territorio que el Balneario), ha evidenciado un "repunte" socio-económico-cultural, que se puede ir comprobando en una serie de aspectos.

La celebración de los Festejos del Centenario tal vez ha sido como el "despertador" de una adormecida conciencia de comunidad, para volver a mirar su propio lugar con nuevos ojos y mejorarlo. Y así fue que surgieron ideas, proyectos, realizaciones, públicas –y privadas- de mucho interés.

¿EN QUÉ ASPECTOS ATLÁNTIDA HA CAMBIADO?

Esta será una enumeración –muy acotada- de las mejoras que se pueden advertir apenas uno se ponga a observar. Seguramente los lectores pensarán que muchas "cosas" faltan en este listado. O que algunas de las que están no son tan importantes. Pero lo que no podrán decir es que las que se mencionan no son ciertas.

La nómina está hecha sin orden cronológico, y mezclando realizaciones de tipo público, con obras privadas y mixtas también. Pero siempre con iniciativa y participación de fuerzas vivas locales.



CAMBIOS PRODUCIDOS DESDE 2011 EN ADELANTE

- El "Paseo del Sol", homenaje a Páez Vilaró.
- Edificio nuevo de la Escuela Técnica – UTU.
- Gimnasio Polideportivo, en Estación Atlántida.
- Edificio del BPS, nuevo.
- Sede propia de AJUPENA, nueva.
- Sede propia de Teatro ALSUR, con sala para distintos espectáculos culturales.
- La sede del Centro Comercial fue completada con su Salón Social.
- Instalación de "Las Letras de Atlántida"
- Reforma total de la Plaza "Artigas"; y de la Plaza "Varela".
- Creación del Espacio Cultural "Pablo Neruda", e inauguración del Monumento a Neruda
- "El Águila" fue restaurada en su parte edilicia.
- Se inauguró un Mercado de Cercanías, en Estación Atlántida.
- Reforma y mejora de la Rambla desde el "Sol de Páez Vilaró" hasta la "Bajada Vieja", con entradas accesibles a la playa y plantación de palmeras.
- Asfaltado y pluviales de Av. Pinares al Norte; y calles 8,12,16,18, en Villa Argentina y City Golf
- Instalación de refugios peatonales nuevos para espera de ómnibus.
- Recuperación y mejoramiento de espacios públicos como: Sede del Club Deportivo Atlántida; Plaza "España" del Bº Español; Escenario "Jose Carbajal"; Club "Piedra Lisa" y Estación de ferrocarril, para uso comunitario.
- Se colocaron más de 500 luminarias led, en calles principales y plazas.
- La Plaza "España", sobre calle Roger Balet, fue reformada con un espacio recreativo para la Escuela 146.
- La Plaza "Centenaria", de Estación Atlántida, con mejoras.
- Reforma y adecuación del Cementerio: construcción de nichos, parcelas de panteones, oficinas, baños, sala velatoria, capilla, enjardinado, etc.
- Puentes sobre arroyos, en paraje "Sosa Días"; y en "Paso del Billar".
- Alcantarilla importante en Camino "Los Álamos".
- Caminería rural mejorada.
- Plaza "Jardín de Alondra", con pérgola, juegos y caminos internos.
- "Plaza de los Escolares", forestada, con cartelera y agua para riego.
- Senda peatonal al Liceo "Dr. Alfredo Crisci" - N°1.
- Plazas y Rotondas cuidadas por empresas privadas – Ejemplo: "Baipa" y "El Tiburón".
- Conversión progresiva del Zoológico en "Parque Infantil", (en proceso).
- Forestación planificada en espacios públicos, (apoyo de grupo Myrsine).
- Plaza nueva en Villa Argentina; Plazoleta City Golf. Baterías de juegos para niños, equipos saludables
- Importantes reformas, arreglos y adecuaciones, en el edificio sede del Municipio.
- Recolección de residuos vegetales, con evidentes mejoras.
- El Country Club tiene reformas, con mejoras de infraestructura.
- Inversión privada en nuevos edificios de apartamentos, en Atlántida y de Villa Argentina
- Construcción de 40 viviendas, "Cooperativa por ayuda mutua", con ANV, en Estación Atlántida.
- Construcción de 35 viviendas, "Cooperativa por ayuda mutua", con ANV, en Villa Argentina Norte
- Se está trabajando, por inversión privada, para terminar el edificio "Portofino", que fue por cuarenta años una "vergüenza" local.
- La Iglesia Cristo Obrero es firme candidata a ser declarada Patrimonio de la Humanidad.



Sintetizando. Se aprecia una dinámica comunitaria que entrecruza realizaciones públicas y privadas. Esto puede ser un buen síntoma de progreso si, además, la atracción como lugar turístico crece y se hace más firme cada vez.

Como verán, los aspectos positivos son muchos y eso hay que valorarlo y tomarlo como insumo para seguir creciendo.

También hay que mencionar dos puntos muy importantes en el "debe": Uno es la necesidad de un nuevo sistema de saneamiento ya que el existente es muy antiguo y totalmente insuficiente.

Otro es la necesidad de un puerto deportivo, ya que Canelones es el único departamento costero del sur que no tiene nin-

guno, pero tiene Prefectura Naval sin embargo.

Así estamos hoy. Con Atlántida conmemorando sus 109 años. Y con expectativas de un verdadero y profundo cambio de cara; una presentación vigorosa de la ciudad, y de toda la zona, que la haga atractiva para la inversión, y un destino de referencia turística digno de ser visitado. ●

CARTELERA INFORMATIVA

Fondo de la Industria Metalúrgica (FOSMETAL) REGISTRO Y PRESENTACION DE DECLARACION JURADA

Este fondo ampara a trabajadores subordinados comprendidos en la industria de productos metálicos, maquinarias y equipos (grupo 8 subgrupos 1, 4 y 5 capítulo I y II) – Ley 19.444 de 27/10/2016 y Decreto 44/017 de 14/02/2017.

Las empresas comprendidas deberán realizar el registro ante fosmetal, aquellas empresas que ya venían abonando el fondo, tiene plazo hasta 30/09/2020 para realizar el registro y solicitud de pin.

Para las empresas nuevas tienen un plazo de 30 días para realizar el registro, pasado el plazo, es pasible de una multa de 2 UR.

Una vez que las empresas son registradas antel el organismo, recibirán un pin para acceder a través de la página y realizar la presentación de la declaración jurada en forma mensual declarando los importes abonados al BPS.

Aportes al FOSMETAL

- Aporte patronal (del empleador) – 0,86%
- Aporte personal (del trabajador) – 0,39%

Los mismos se calculan sobre la materia gravada de contribuciones especiales de seguridad social (conceptos de nóminas: sueldo y retroactividades por laudo y aguinaldo y retroactividad aguinaldo)

BPS - MODIFICACION EN LOS REQUISITOS PARA PRESENTAR LA INACTIVIDAD

Se informa que queda sin efecto la medida adoptada en la emergencia sanitaria que habilitaba a inactivar empresas unipersonales, pequeñas empresas y monotributos de Industria y Comercio.

Se exceptúan las empresas que, habiendo retomado el desarrollo de sus actividades, requieran declarar la inactividad dentro del período comprendido entre el 13/3 y el 31/8/2020. Se recuerda que la declaración de inactividad realizada luego de los 90 días requiere la presentación de un certificado notarial o contable.

Asimismo, en caso de haber cesado la actividad, se debe realizar el trámite de clausura.

Nuevos criterios en instancias de fiscalización del BPS

Se informan nuevos criterios adoptados por el Directorio de BPS en instancias de fiscalización, con el fin de alinear las actuaciones del Banco de Previsión Social a posiciones consolidadas del Tribunal de lo Contencioso Administrativo (TCA). En este sentido, ante la existencia de trabajadores en situación irregular, se determinó que, al momento de ingreso de información en la historia laboral, se considerará como monto imponible del tributo, el salario efectivamente relevado por el Organismo, sin procederse a su nominalización ni a su estimación por laudos. Asimismo, se resolvió que el plazo de prescripción de los adeudos generados por relaciones de dependencia en los casos que exista facturación y situación tributaria regular de los responsables tributarios, será de 5 años.

Acceso a servicios en línea del BPS a través del sistema Usuario gub.uy

Además de acceder a gestiones y servicios digitales del BPS con el Usuario Personal, se podrá ingresar a través del sistema Usuario gub.uy con Identidad Mobile de Abitab y TuID de Antel.

Quienes cuenten con TuID de Antel o Identidad Mobile de Abitab podrán autenticarse en el sistema Usuario gub.uy para acceder a los servicios en línea del BPS desde cualquier dispositivo electrónico. Estas dos nuevas formas de identificación digital segura para el Usuario gub.uy se suman a la Cédula de Identidad Electrónica ya disponible. Estos mecanismos suponen que cualquier gestión a distancia que se realice tenga equivalencia legal a la presencia física de la persona en las oficinas de BPS. Por lo tanto, permiten realizar consultas, acceder a información personal y gestionar de forma segura los casi 100 trámites disponibles para trabajadores, jubilados y pensionistas, titulares de empresas y proveedores del Estado.

INGRESO DE SOLICITUDES DE SEGURO DE PARO PARCIAL NUEVOS PLAZOS

Les informamos que las solicitudes de amparo al régimen de subsidio por desempleo parcial para trabajadores mensuales pueden ser gestionadas a través del servicio en línea Ingresar solicitudes de subsidio por desempleo especial parcial en cualquier momento del mes siguiente a la suspensión o reducción de la actividad.

Las solicitudes serán procesadas la segunda y la cuarta semana de cada mes, y sus estados se visualizarán en Consultas y Subsidios (Portal de Actividades y Prestaciones).

CONTINÚAN LAS FACILIDADES DE PAGO PARA EMPRESAS SIN DEPENDIENTES

Todas las empresas unipersonales, así como las sociedades de hecho comprendidas en monotributo o monotributo social Mides, con actividad de Industria y Comercio y sin dependientes, pueden acceder a un régimen especial de facilidades de pago para sus aportes. Debido a la situación por la que atraviesan ciertas empresas de pequeña escala, como consecuencia de la pandemia originada por el COVID-19, el Directorio del BPS aprobó en julio una resolución que otorga un régimen especial de facilidades de pago para los aportes de las empresas sin dependientes. Esta medida alcanza a todas las empresas unipersonales, como también a las sociedades de hecho comprendidas en los regímenes de monotributo o monotributo social Mides. Estos contribuyentes pueden financiar hasta en 36 cuotas el pago de la totalidad de las obligaciones corrientes personales y patronales generadas desde febrero de 2020 y hasta tanto se mantenga vigente la emergencia sanitaria.

PRODUCTORES AGROPECUARIOS PODRÁN UTILIZAR CERTIFICADOS DE CRÉDITO PARA CANCELAR DEUDAS ANTE BANCOS, ENTES AUTÓNOMOS, SERVICIOS DESCENTRALIZADOS Y ASEGURADORAS

Actualmente muchos productores agropecuarios solo pueden cancelar con los certificados de créditos, obligaciones tributarias propias, siendo dichas obligaciones inferiores a los créditos otorgados.

El Poder Ejecutivo, le otorgo por decreto a la DGI la potestad para que pueda autorizar la cesión de dichos créditos a favor de Bancos, Entes Autonomos, Servicios Descentralizados (Ute, Ose, Antel) y Aseguradoras, siempre que el que cede el crédito es un productor rural y el crédito generado corresponda a dicha actividad.

Los certificados de créditos deben haber sido generados hasta 30/06/2020 inclusive y el crédito máximo autorizado a ceder son de \$ 2.500.000 por productor y deberá realizarse hasta el 28/02/2021.

PAGOS CONTRIBUYENTES DEL IVA MÍNIMO (LITERAL E)

Por Decreto No. 224/020 por el período JULIO/2020 A DICIEMBRE/2020 únicamente corresponde abonar la cuota de IVA MINIMO si en el mes tuvo ingresos, de lo contrario no le corresponde abonar la cuota.

Si deberá pagar si realizó el diferimiento de los pagos de mes cargo Febrero, Marzo, Abril, Mayo que se deben abonar a partir de Junio en 6 cuotas iguales y consecutivas, por tanto corresponde que se abone la fracción de las cuotas que correspondan.



Desde 1998

Para cuidar y acompañar a quienes más quieres...

Servicio de enfermería y acompañantes

Acompañante en internación

Acompañante en domicilio

Traslado a consultas médicas

Planes familiares mas convenientes

Valoramos cada grupo de acuerdo a sus necesidades

Atención personalizada

Reconocemos derechos generados de otras empresas



Para socios del CCIFA y sus familias, para empleados y sus familias, acceso inmediato a nuestros servicios complementarios y 40% de descuento en la cuota para siempre!



AFILIACIONES

0800 8227

Flora Nativa

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

Por Grupo Myrsine: Maestra Mireya Bracco Irureta

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

Palmeras y palmares (Segunda parte)

El artículo anterior comenzamos con las palmeras y palmares y nos referimos en especial a los palmares del Este, en el departamento de Rocha, formados por la especie *Butiá odorata*.

Aún no se ha podido determinar con certeza si los palmares en su origen constituían formaciones puras o estaban asociados a otras especies leñosas típicas de las zonas donde se desarrollan. En lo que parece no hay dudas es que eran montes cerrados, ya que cuando hay ausencia de pastoreo, esa es la situación que se da.

"Mucho se ha hablado del origen de las palmeras en nuestro territorio, generándose historias que por reiteración se van incorporando firmemente al sentir de buena parte de la población.

La creencia popular, totalmente errónea en este caso, muchas veces hace referencia a su ingreso al país por la mano del hombre. Hay quienes sostienen que fueron los indígenas que las diseminaron en sus migraciones de norte a sur generando una especie de diagonal de palmeras que atraviesa nuestro territorio; otros que fueron traídas por los esclavos y diseminadas luego.

Sin duda existió un traslado por parte de los seres humanos y animales que utilizaban a las palmeras en su dieta, pero el mismo se realizó a partir de palmeras cuya área natural de ocurrencia



en la tierra ya era esta.

Tal vez el caso más notorio en cuanto a similitud de palmeras ocurra en nuestro país, donde las palmas *Butiá* (*Butia odorata*) y *Yatay* (*Butia yatay*), muy emparentadas desde un punto de vista botánico entre sí, inducen al error de creerlas una misma especie,

localizada en el sureste y noroeste respectivamente, la ya referida "diagonal".

Por lo común, las palmas uruguayas no tienen áreas comunes de convivencia, estando mayoritariamente aisladas las poblaciones de cada especie". Ing. Agrónomo Forestal Carlos Brussa.



Butia odorata

(Barbosa Rodrigues) Noblick, 1891

"*Butiá*" Nombre que en América del Sur se le da a esta palmera y que se utiliza como nombre científico.

Es una palmera de raíz profunda, siendo su altura entre 8 y 10 metros en estado adulto.

Tronco (estípote) cilíndrico, grueso, de entre 32 y 58cm. Generalmente cubierto de restos de pecíolos de las hojas que se han caído.

Follaje de color verde-grisáceo. Hojas pinnaticompuestas (poseen pecíolo y un raquis recurvado o eje en torno al cual se insertan las pínulas) de 2-3 metros de largo curvadas en las proximidades de

su extremidad. Los pecíolos cubiertos por segmentos muertos, rígidos, agresivos y punzantes.

Flores unisexuadas, dispuestas en un gran espádice de 70cm hasta 1m de largo, de color amarillo, protegidas por una espata acanalada y leñosa; las masculinas ocupan el extremo del espádice y exhiben 6 estambres, 3 pétalos y 3 sépalos. Las femeninas tienen el ovario súpero y el perianto imbricado. Florece hacia el final de la primavera y verano.

Fructifica en racimo, una vez al año, a fin del verano y comienzos de otoño.

El fruto es una drupa, esférica - oblonga, más ancha que larga, de color verde y al madurar amarillo a naranja, con abundan-

te pulpa jugosa y aromática, comestible, con sabor agri dulce. El carozo es redondeado, marrón y dispone en su interior 2 -3 semillas. Pueden consumirse frescos, también macerados en alcohol para obtener un licor, o hervidos con azúcar para hacer dulce. Es muy rico en vitamina C.

Multiplicación por semillas.

Distribución Indígena del sur de Brasil y este del Uruguay, en general en suelos bajos, a veces anegadizos.

Uso ornamental, adecuadas para formar avenidas y rodales.

Nota: no debe confundirse con la especie *Butia capitata* que habita naturalmente en áreas tropicales, indígena del centro este de Brasil. ●

Bibliografía: Flora indígena del Uruguay. J. Muñoz, P. Roos, P. Cracco. Editorial hemisferio sur. El Uruguay y sus palmeras. Una familia cimbreante Ing. Agrónomo Forestal Carlos Brussa Guía de identificación de Especies Arbóreas Nativas Uruguay. MVOTMA. DINAMA Curso de conocimiento y reconocimiento de Flora Indígena. Museo y Jardín Botánico



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

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

CALLE 22 Y 11 | ATLÁNTIDA | 43723515

hotel
ARGENTINA

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

HORTIFRUTICOLA
HUERTA VIVA

ENTREGAS
A DOMICILIO

SIN CARGO

M. FERREIRA e/ D y E

Tel. 437 26721
Cel. 095 151 361

**SERVICIOS
MANRIQUE**

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

cel: **099983113**

R. 11 Km. 165.800
(Fret. al Country Club de Atlántida)

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
Envios a domicilio

Tel: 43755419

Parque del Plata
Paraiso del mundo

Da-Sol
distribuciones

N&X

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

Abitab

AGENCIA de QUINIELAS y **CAMBIO** CAMBILX

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 MCA

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

SEVPURUGUAY.COM.UY

Teléfono 43768814 - Whatsapp 097218972
sevp@sevp.com.uy - www.sevpuruguay.com.uy
FB @sevpuruguay - IG @sevpalmas

**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 - ATLÁNTIDA

FARMACIA
Las Toscas
de CARLOS RODRIGUEZ

PERFUMERÍA / REGALERÍA
TOMA DE PRESIÓN
EXAMEN GLICEMIA

Envíos sin cargo
4371 5367
Cobro con débito y crédito

Av. Central esq. Mario Ferreira
Aceptamos tarjetas de débito y crédito

PARADISE
SPA COMPLEJO TURÍSTICO
ATLANTIDA URUGUAY

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

Rambla y Calle 10 - 437 21573
www.paradise.com.uy

ABOGADOS & ASOCIADOS

Familia laboral y civil
eficacia y soluciones inmediatas
"primera consulta s/ cargo"

094266979
(atención personalizada en Parque del Plata)

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

CAMARA INMOBILIARIA URUGUAYA
CASA RECOMENDADA
Círculo de Calidad

MARSELLA E HIJOS LTDA
PRODUCTOS CONGELADOS

avanti
DAIRYCO
MARAUSTRAL
Orlemant
Rapi Pap
VIGETALIX
pagnifique

Ruta 11 km 164.500 / Tel: 4372 7334 / 095 271 905 / Est. Atlántida
marsellaehijosltda@gmail.com / www.marsellaehijos.com.uy

EL ABUELO
EXCLUSIVIDADES De DANIEL GONZALEZ

skyblue
Daniel Carion
Brookfield
Legacy

CALLE 11 y 22 - ATLANTIDA
TEL.: 437 23710

NUEVO
PRÉSTAMO ONLINE

Por ejemplo:

\$15.000 EN 15 CUOTAS DE **\$1.234**

T.E.A. PROMOCIONAL LANZAMIENTO* **28%** IVA

Solicítalo en anda.com.uy

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 FERRETERIASRL

SANITARIA
ELECTRICIDAD
HERRAMIENTAS
TORNILLERÍA
PINTURA

ENVÍOS SIN CARGO

ROGER BALET Y AVDA. ARTIGAS
ATLANTIDA. 4372 3603

SANTA PAULA

Tel. 437 39674
Calle 33 y Muttoni
La Floresta

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

DE LA FLORESTA

TRANSPORTE
EL TIBURÓN

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

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

P
Ferretería El Puerto

HORARIO:
Lun a Sáb de 8 a 19

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

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

Por experiencia, respeto
seriedad y honestidad
consúltenos

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

Ruta Interbalnearia KM. 46.500
T. 437 24231

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

ALIMENTO PARA SU MASCOTA
 ENVÍOS SIN COSTO
CAT DOG
LOS MEJORES PRECIOS!
 NO DUDE EN CONSULTAR
094 722 704 / 4373 9257
 INTERBALNEARIA KM. 48.100 ENTRE CALLES 9 Y 10

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

SCOPICE
ALARMAS
lo protege
 Su permanente compañía de seguridad
 ATLÁNTIDA FRENTE A TIENDA INGLESA
 4372 7771 / 4373 7911
 www.scopiceseguridad.com

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 48.100. 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
 FERRERGRAF
 www.lasertv.com.uy

IMPRESA
 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

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

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

Melo
 RENT A CAR
 094 4372 4455
 098 024 455
 R. INTERBALNEARIA
 KM. 46.200, AtlántidaCanelones
 (a pocos minutos del Aeropuerto)
 melorentacar@hotmail.com
 www.melorentacar.com.uy

BSE
 AGENCIA ATLÁNTIDA
 En Uruguay nadie te da
 más seguridad.
**Agente oficial
 y exclusivo**
**Más de 40 años
 de experiencia**
 437 22783
 092 150 460
 Calle 22 entre Artigas y calle 3

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

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

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

PANADERIA y CONFITERIA
Dani



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

HELADERIA ATLANTIDA



Calle 1 y Ciudad de Montevideo
ATLANTIDA

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



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



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. 43702050/2540 - 0979500027 barracasanluis@gmail.com
PARQUE DEL PLATA: Ruta Interbalnearia km. 49.500 Tel. 43755048/1344 - 0939549037
CUCHILLA ALTA: Ando, Agencia Pasa y Paysonda Tel. 43708136/79374 - 095879405



Lácteos de Colonia
The Empire SRL
Perú s/n s15 m6
Shangrila, Canelones
Cel:
099122280
099938738



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



INSCRIPCIONES 2021 ABIERTAS
cupos limitados
inicial - primaria - ciclo básico - bachillerato en todas las orientaciones

TARJETA DORADA

• Tarjeta Dorada para mayores de 60 años La misma es un documento con validez en todos los Departamentos con el respaldo del Congreso de Intendentes, que se expedirá a personas de 60 años o más en los diferentes Municipios del departamento y Oficinas de Desarrollo Humano del Gobierno de Canelones.

• El objetivo de la Tarjeta Dorada es fomentar un sistema nacional de descuentos (de 10 % o más) en prestadores de insumos y servicios que proveen habitualmente a las personas mayores, en beneficio de estas y como forma de contribuir a una mejor calidad de vida activa y exitosa de las mismas.

• En este sentido es que los invitamos a considerar esta propuesta y de creerlo conveniente se sumen a ella con la totalidad de sus productos o servicios o solo en algún rubro que uds. especifiquen, para lo cual se coordinará una entrevista a efectos de suscribir el correspondiente convenio.

• Se generará una Guía de carácter nacional con la información de los prestadores adheridos los que además lucirán en lugar visible, un autoadhesivo indicando que forman parte del sistema de Tarjeta Dorada.

• Quienes estén interesados en participar, pueden contactarse con el Área de Personas Mayores de la

Dirección Gral. de Desarrollo Humano del Gobierno de Canelones, en el teléfono 1828 internos 2009 ó 2001 o al correo electrónico tarjeta.dorada@imcanelones.gub.uy

La participación en Tarjeta Dorada se concreta con la firma de un convenio entre vuestra empresa y la Intendencia, para lo que necesitamos una serie de datos, también para la publicación de la guía, a saber:

- Razón social
- Dirección legal con localidad
- Representante legal, nombre y cédula
- Teléfono de contacto
- Rubro
- Nombre fantasía de cada local que se quiera incluir en el convenio
- Dirección con localidad
- Teléfono
- Descuento o beneficio explicado claramente

Recordemos que esta tarjeta es a nivel nacional, pudiendo incrementar sus ventas en caso de tenerla. Por informes para empresas comunicarse con 4332-3934 internos 2009 o 2001 o por mail a tarjeta.dorada@imcanelones.gub.uy



Tarjeta Dorada
INTENDENCIA DEPARTAMENTAL DE CANELONES
CONGRESO DE INTENDENTES

Si tenés 60 años o más, tramitá tu tarjeta desde el 02/12/19 en las oficinas de los Municipios Canarios u oficinas de Desarrollo Humano del departamento presentando tu cédula de identidad.

Consultas: 4332-3934 internos 2009 ó 2001.



Disfrutando de las aves en sus ambientes naturales

Tordo Común

Molothrus bonariensis



Con marcada presencia en nuestro territorio, esta ave de 19 cm de longitud se observa mayormente en bandadas, en praderas arboladas, bañados, pastizales húmedos y lugares abiertos en ciudades.

Los machos poseen un plumaje negro brillante con tinte azulado mientras que las hembras son de color pardo. Su dieta consiste principalmente de insectos y semillas.

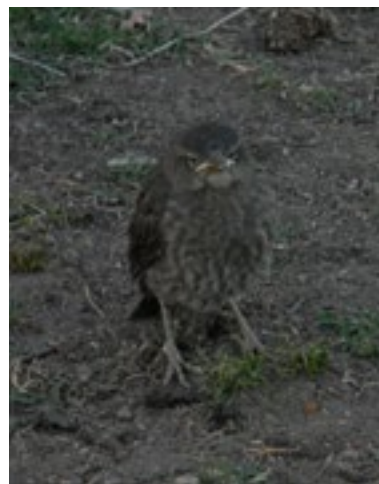
Unas 100 especies de aves de todo el mundo ponen sus huevos en nidos ajenos para que otros se encarguen de criar a sus pichones (parasitismo de cría). En Uruguay 4 especies utilizan esta estrategia, el crespín, el pato cabeza negra, el tordo pico corto y el tordo común. Este último parasita los nidos de más de 200 pájaros distintos. En el momento de la postura (primavera) el tordo hembra comienza la búsqueda de un nido donde depositar sus huevos. Los hospedadores tratan de evitar que esta entre en sus nidos. Una vez allí alojada pueden picotearla fuertemente para alejarla, sin embargo, esta resiste estoicamente, logrando su objetivo la mayoría de las veces. El demandante pichón de tordo suele nacer antes que los demás. Realizando movimientos bruscos puede tirar los huevos o a los otros pichones fuera del nido, o simplemente consumir la energía de los padres adoptivos que se centran en alimentar al



Tordo Hembra
Foto: Gabriel Martínez



Tordo Macho
Foto: Natalia Villar



Tordo Pichón
Foto: Verónica Arburúas

impostor y no a su propia prole. Algunos ejemplares de especies como la calandria, pecho amarillo y hornero están reconociendo los huevos de tordo, picándolos o removiéndolos de sus nidos, pero

otros aún continúan sin poder diferenciarlos de los propios.

No debemos humanizar ni juzgar este comportamiento, pues la naturaleza es sabia y debemos intervenir lo menos posible. ●

**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

VERSO LIX

En el gobierno de los hombres y al servicio del cielo,
lo mejor es la moderación.
La moderación todo lo somete.
Quien consigue pronto el sometimiento,
acumula mucha virtud.
Con la virtud acumulada,
vencerá en todo.
Venciendo en todo,
llegará a límites insospechados.
Puede incluso apoderarse del reino.
Poseyendo a la Madre del reino,
puede durar mucho tiempo.
Es el camino de la profunda raíz de la sólida base,
del largo vivir y vista duradera.



VERSO LX

Se gobierna un gran Estado
con el cuidado conque se fríen los pececillos.
Si se gobierna el mundo con Tao,
los manes de los muertos no usarán su poder.
No porque los manes no se hagan espíritus,
sino porque éstos no dañarán a los hombres.
Los espíritus no dañarán a los hombres,
y tampoco el sabio los daña.
Si no se perjudican mutuamente,
la virtud reúne a ambos.

ANÁLISIS:

VERSO LIX

Este verso nos invita a practicar el autocontrol. Sin él, nuestra vida se complica muchísimo. Somos líderes en muchos aspectos: en primer lugar como guías de nuestras vidas, como padres; jefes; administradores; profesionales y a veces hasta como amigos. Vivir la prudencia y la moderación es parte de la armonía a la que aspiramos muchos. Cuando irradiamos virtud, interferimos menos en la vida de los demás. Simplemente al vivir nuestra vida en paz, damos el ejemplo de que se puede, convirtiéndonos en un tipo de

ayuda para los que nos rodean. Si nosotros podemos, todos pueden.

Para las personas que obedecen ciegamente, no existe la posibilidad de tomar decisiones. Debemos vivir sin límites, sin dogmas, acopiando virtud y siendo ejemplo de ella. Es decir, en vez de exigir, ordenar, juzgar, interferir, tenemos que dar el ejemplo con nuestro propio accionar.

Lao-Tsé nos recuerda que este es el secreto de la longevidad y la visión duradera.

William Shakespeare lo describe en esta frase de

su obra Enrique VI, Parte iii: "Mi corona está en mi corazón, no sobre mi cabeza; no está engalanada con diamantes y piedras de la India. No está hecha para que la admiren. Mi corona se llama contento; y esa corona muy pocos reyes la disfrutan."

VERSO LX

A través de este verso, Lao-Tsé nos propone cambiar nuestra percepción sobre lo que representa "el mal" en nuestras vidas. Para transmitir mi interpretación se me ocurre poner como ejemplo algo que llamó mi atención. Veo muchas publicaciones en Facebook que las considero catárticas, es decir, es como si la persona estuviese hablando con su terapeuta, sólo que al hacerlo por ese medio, consigue lo que nunca le daría un buen terapeuta, o sea, consigue que le tengan lástima, consigue que fomenten su estado de malestar.

Si estamos en paz, en armonía, todo aquello que nos parece que es "el mal", se debilita. Negándonos a alimentar nuestros pensamientos negativos, el poder de la "maldad" y de los "actos crueles" será inútil. Siempre existió y existirá la posibilidad de ejercer el bien o el mal. Se trata de saber elegir y de afrontar las consecuencias de nuestras decisiones.

Hasta la próxima entrega.

Feliz Vida. ●

No nos hagamos los distraídos

Por: Lic. Ana Lasserre



No sé si están distraídos, faltos de inteligencia o prefieren poner la mirada en otros lados. En cualquier lugar del mundo la cultura es una perla negra, una joya preciada.

Pues hay lugares donde ella está muy por detrás de los pavimentos y lo que se toca coan las manos. Quienes sean sensibles al alma de la gente servirán la mesa con el más genuino de los alimentos:

El arte. Éste debe ser cultivado al unísono en los huertos: un fruto maduro, un buen verso, una legumbre y el violonchelo sonando como si nada. No sé porqué, aún hay gente que de esto no habla y lo que es peor ni siquiera lo piensa, y menos invierte energía en desarrollarlo.

"El arte es lo que resiste: resiste a la muerte, a la servidumbre, a la infamia, a la vergüenza" dice Deleuze. Si esto no se entiende, si se mira para un costado cuando un proyecto artístico se debate entre caer o seguir erguido a pesar de los pesares... Si cunde la indiferencia cuando un espacio con raíces hace equilibrio en el aire, convengamos que es un error, más allá de quienes flameen banderas de colores apasionadas.

"No puedo decirte qué hace el arte y cómo lo hace, pero sé que a menudo el arte ha juzgado a los jueces, vengado a los inocentes y enseñado al futuro los sufrimientos del pasado para que nunca se olviden. -Berger-

No nos hagamos los distraídos, invertir en arte es intangible, pero es el sustento de los pueblo sentipensante. ●

¿Qué es la salud?

Fuente: Intramed

Por: Dr. Carlos Uboldi

“What is Health?” es el título del último libro de Peter Sterling, prestigioso profesor de neurociencia en la Universidad de Pensilvania.

También es un pensador capaz de poner el conocimiento en el mundo real y aportar conceptos que cambian nuestro modo de entender la biología, la salud y la enfermedad.

Si preguntamos a cualquier médico ¿Qué es la salud? Tal vez no responda por la obviedad, pero algunos dirán que “la salud son los valores normales de laboratorio y ausencia de enfermedad”. Esta respuesta se basa en un modelo conceptual del cuerpo como una máquina automática y autorregulada.

Cuando algo causa una desviación sostenida, eso es falta de salud o enfermedad.

Este modelo puede explicar muchas causas inmediatas de mortalidad. Por ejemplo, la hipertensión arterial, que hace que los vasos sanguíneos se inflamen y luego se obstruyan con una placa que más tarde se rompe.

Pero, ¿qué hace que aumente la presión y por qué no se autorregula? Y, ¿por qué, a pesar de las drogas para reducir la presión arterial, la hipertensión persiste como un asesino importante? El modelo centrado solo en el cuerpo no tiene respuestas para eso.

-La obesidad causa diabetes tipo 2, pero ¿por qué se descontrola el apetito?

-La desesperación puede causar suicidio o sobredosis mortal, pero, ¿qué impulsa la desesperación?

El modelo centrado solo en el cuerpo no puede responder. Necesitamos un modelo de salud que incluya el cerebro. Es el modelo cerebro-cuerpo.

La salud, tanto física como mental, puede entenderse como la capacidad de responder dinámicamente a los cambios en la demanda.



El modelo cerebro-cuerpo explica que la hipertensión arterial se desarrolla cuando el cerebro predice crónicamente la necesidad de vigilancia mental y física. A medida que el cerebro impulsa a todos los sistemas mediadores para elevar la presión arterial, los vasos sanguíneos se adaptan engrosándose y reduciendo el flujo, lo que, a su vez, requiere más presión adicional. Los controles que normalmente resisten un aumento de la presión arterial reducen su sensibilidad.

De acuerdo con el modelo cerebro-cuerpo, el tratamiento comenzaría, no con medicamentos para bloquear los mecanismos periféricos, sino, modificando primero la predicción que hace necesario elevar la presión arterial. Revisaría las condiciones sociales para permitir a todos predecir menos necesidad de vigilancia.

El modelo cerebro-cuerpo explica que la obesidad y las adicciones se desarrollan cuando el cerebro se ve privado de las pequeñas recompensas inesperadas necesarias para proporcionar pequeños pulsos de dopamina. Al carecer de estos pulsos, crecemos inquietos y buscamos recompensas en alimentos sabrosos y en drogas. Pero a medida que los alimentos y las drogas pierden su capacidad de producir sorpresa, proporcionan menos recompensa a través de la dopamina y debemos sorprendernos aumentando su cantidad.

La educación médica se centra en el venerable concepto de “homeostasis” sin culpa, según el cual los mecanismos locales imponen constancia al corregir los errores, y el cerebro sirve principalmente para emergencias. Sin embargo, resulta que la mayoría de los parámetros no son constantes y el cerebro está definitivamente a cargo.

El autor menciona la alostasis, ya descrita en 1980, mediante la cual el cerebro anticipa las necesidades y moviliza eficientemente los suministros para evitar errores. Las consecuencias de la vida moderna incluyen adicción, obesidad, diabetes tipo 2, etc.

Sterling explica que la alostasis ofrece lo que no se encuentra en ningún libro de texto: definiciones basadas en principios de salud y enfermedad: la salud como la capacidad de variación adaptativa y la enfermedad como la reducción de esa capacidad.

“Es muy importante lo que dice Sterling ya que abre las posibilidades de que la medicina evolucione hacia paradigmas más modernos como la psiconeuroinmunoendocrinología, en donde se considera al ser humano como una compleja unidad no sólo física, sino, además, psicológica, social, cultural, espiritual y ecológica, y se consideren el estrés, la alostasis, la carga alostática, la teoría del caos, la teoría de la complejidad como elementos importantes a tener en cuenta”. ●



PROMO ALARMA

KIT GRATIS + 6 MESES AL 50%



Información:

Teléfono: 43768814

Whatsapp: 097218972

sevp@sevp.com.uy

www.sevpuruguay.com.uy

Seguinos en nuestras redes para
enterarte de las promos:

Fb @sevpuruguay - IG @sevpalarmas

ENTREVISTA AL SOCIO

Guillermo Pesce

Dubai Electrónica

Por: Andrés De Mello

"Solo podemos ver poco del futuro, pero lo suficiente para darnos cuenta de que hay mucho que hacer."
Alan Turing

Guillermo Pesce, responsable de la Empresa "Dubai Electrónica", es un apasionado de la materia desde muy joven. Así como Alan Turing logró descifrar la máquina Enigma, Guillermo sigue avanzando en sus conocimientos sobre electrónica, brindando a sus clientes el soporte necesario para estar conectados en un mundo donde es prácticamente impensable vivir sin las nuevas tecnologías. Adelante con la entrevista.

A: ¿Cuándo abre sus puertas la empresa "Dubai Electrónica"?

GP: La empresa abre sus puertas e inicia su actividad el día 11 de mayo de 2015. De cualquier manera realizo reparaciones desde el año 1990.

A: ¿Cómo llegas al rubro?

GP: Llego al rubro por mi interés desde chico en la electrónica. Estudié en principio Técnico en Radio y Tv en Argentina como conocimiento previo a la carrera de Ingeniería electrónica que hice en Uruguay hasta 4º año.

A: ¿A qué te dedicabas antes?

GP: Previo a mis inicios a los 18 años, (cuando volvimos al Uruguay) estudiaba y ayudaba en la farmacia de mis padres en Montevideo.

A: ¿Cómo fueron los inicios?

GP: En el año 1990 ya había estudiado radio y tv en Argentina (época complicada por allá) y volvimos al Uruguay. Inicié haciendo práctica en el taller de Juan Carlos Mastroianni (Laser TV) a quien le estaré por siempre agradecido por la oportunidad y que gracias a ese empujoncito arranqué con lo mío.

A: ¿Cuándo tomás la decisión de empezar tu empresa?

GP: El negocio lo tenía, pero la apertura de la empresa fue sobre todo para estar en regla y generar años de BPS, (aunque su beneficio sea discutible), pero eso es para otra entrevista (risas)

A: ¿Por qué eliges San Luis para establecer tu empresa?

GP: Cuando inicié, lo hice en San Luis y en Montevideo (estudiando ingeniería) y tenía taller en ambos lados. Pero mi lugar de residencia es San Luis.

A: ¿Qué es lo que más te gusta del lugar?

GP: Todo. La gente en primer lugar. Que la gente se salude fue algo que me costó pero aprendí a apreciar y a hacer también. En Montevideo y Bs As no nos conocíamos ni con el vecino. Y del lugar la disposición del balneario y su extensión. Lo único que le faltaba al balneario era mi amorcito que me la importé de Montevideo donde estudiaba (risas)

A: ¿Cómo es trabajar en un rubro tan cambiante?

GP: Muy dinámico. Significa estudiar en forma permanente. He hecho algunos cursos para estar al día y hay otros en camino, eso es seguro.

A: ¿Cuáles son los artículos que más han evolucionado?

GP: Se podría decir que la tv evolucionó aunque a costa de la duración limitada que tienen. Igual pasa con los celulares Obsolescencia programada. Triste pero cierto por la contaminación que genera y la pérdida de capital del país. También sería otro tema para otra entrevista (risas)



A: ¿Cuáles son los servicios que nos brinda Dubai Electrónica?

GP: Venta y reparación de Pc; TV, Microondas, etc. Venta e instalación de antenas. Venta de celulares e insumos para pc y celulares. Reparaciones en electrónica en general. Lo más raro que reparé fue un medidor de glucosa.

A: ¿Cómo afectó el tema de la pandemia a tu trabajo?

GP: Me ha retrasado los trabajos por la falta de importación de repuestos. Y en la venta de artículos las importaciones restringidas hacen que algunos artículos se agoten y se debe esperar al nuevo ingreso.

A: ¿Qué rubros se dispararon?

GP: La venta de cámaras web y micrófonos para el trabajo por internet.



A: ¿Cuáles son tus pasatiempos para salir de la rutina?

GP: Salir a pasear con mi familia que retomaré cuando se pueda nuevamente. Porque esta pandemia limitó todo lo que es al aire libre. Pero por suerte se está por terminar cuando salga el remedio y quede como una gripe más...

A: Muchísimas gracias por tu tiempo.

GP: Gracias a ustedes. ●

MYRSINE NOTICIAS

En el marco del Atlántida Jardín

Por Darío Porta



El 1 de setiembre comenzó el mes de la primavera con uno de los días más fríos del año. El invierno no tenía intenciones de perdonar, además de estar nuboso y amenazante. En las plazas la temperatura no superaba los 8 grados y la sensación era de 6. El viento castigaba con fuerza. A pesar de la crudeza reinante fue un buen día para plantar. Se percibió el calor puesto en la obra realizada. Bajo el plan de forestación, coordinado hace un mes, Municipio, Myrsine y vecinos de Pinares plantaron 32 árboles. Se pintó una pérgola, se colocó cartelería, se realizaron trabajos de mantenimiento y otras actividades. Con mucho frío sí, pero con buen calor, así salió cada uno de los vecinos, de sus hogares, hoy de mañana. Cuatro horas más tarde regresábamos cansados, satisfechos por la labor, con mal tiempo, pero buena cara. Después de plantar el día no te lo arruina nada. A primera hora se había realizado una intervención similar en la plaza de Villa Argentina. Son buenas noticias.

En la plaza El Jardín de Alondra se plantaron:

- 3 cipreses calvo**
- 1 higuierón**
- 2 guayabos brasileiros**
- 1 molle ceniciento**
- 1 canelón**
- 2 arazá**
- 3 glicinas**
- 1 Francisco Álvarez**

En la plaza de la Cooperativa (privada de uso público):

- 2 ingá**
- 2 liquidambar**
- 6 acer rubra**
- 2 timbó**
- 1 higuierón**
- 5 glicinas**

Acercando a Nuestros Socios

Consejos de merienda saludable en tiempos de COVID-19

Retornar a clases en pandemia, es un desafío para las familias en varios aspectos. Lograr una merienda saludable y aceptada por los más chicos, ya representaba una prueba diaria. Ahora la debemos adaptar a la época, de manera que no represente un riesgo de contagio para los nuestros ni para los demás.

Primero aclarar que el COVID-19 es poco probable que se transmita por alimentos. Pero la mano que elabora o envuelve o se lleva a la boca, o el recipiente que contiene la merienda pueden estar contaminados, y así al comer es posible el contagio. Por lo tanto, para la merienda escolar hay algunos puntos sobre los cuales conviene ser cuidadosos.

Lo primero es el lavado adecuado de manos. Recomendamos que la merienda venga de casa y sea saludable.

Más allá del beneficio de algo casero, o mejor aún que sea fruta fresca, si la merienda sale de casa, nos aseguramos que esté adecuadamente limpia, ya sea el envase o recipiente que la contenga. Esto vale para bebidas y para comidas. Si la compramos por el camino, va a ser más difícil higienizar adecuadamente y luego el niño toca, se lleva a la boca y se aumenta el riesgo.

Elegir un recipiente que los más chicos puedan abrir fácilmente y practicar para que lo dominen. Así se evita que otros manipulen la merienda queriendo ayudar.

Evitar que esa merienda se coma "con la mano". Por ejemplo: si va fruta, en lo posible cortada



o en porciones y con un cubierto o pinchito para que la puedan comer sin tocar. La banana parece ser una buena alternativa. Si se trata de recetas elaboradas, como scones, o torta o un sándwich en lo posible envueltos en servilletas y en porciones o palitos.

Si a los más chicos les gustan los licuados, son una forma fácil de resolver la merienda. Al llevar su propia botella y un sorbito reusable se minimizan los riesgos de compartir y se evita llevarse la mano a la boca en cada bocado. A esos licuados es posible hacerlos con frutas varias, yogur o leche, jugo natural, pero también es posible agregar verduras, semillas de girasol, chía, nueces, algo de vainilla o canela para perfumar y

la mínima cantidad de azúcar.

Si bien las semillas y frutos secos (maní, pipas, pop, pasas de uva) son una recomendación saludable para merienda, en oportunidad de la pandemia, tal vez no sean lo recomendado para comer en la escuela, porque a veces se comparten y la mano va a la boca varias veces. La recomendación es incluirlos en un licuado o en una receta de scones o galletas caseras o barritas que los puedan contener, y llevar en porciones chicas y con servilletas.

A los más chicos siempre recordarles que se protejan y cuiden a los demás, y en el momento de la alimentación que no compartan vajilla, comidas o bebidas con los compañeros. ●





LIFA LIBRE

Internet estudiantil

LIFA habilitó dos sectores de Wi-Fi libre para estudiantes, en su sector de ingreso y patio exterior. Atendiendo las dificultades en la conectividad a internet en hogares y espacios públicos.

Conectate en la LIFA.

Servicio gratuito para estudiantes de Primaria, Secundaria, UTU y CERP.

LIFA
UNDA DE FOMENTO DE
ATLÁNTIDA
COMUNIDAD - URBESAT



Recomendamos...

Por: *Mabel Bemposta*

"Según la terapeuta se nos dan las relaciones disfuncionales, pero qué saben las terapeutas, lo mismo que antes sabían los curas. Nada. A veces oír. Disfuncionales somos todos."

Ángeles Mastretta.

La película norteamericana "EL CASTILLO DE CRISTAL", basada en el best seller de la periodista Jeanette Walis (autobiografía), relata memorias de su familia disfuncional. En más de una oportunidad me vi reflejada, logró movilizarme muchísimo.

Dirigida por Destin Daniel Cretton y protagonizada por Brie Larson, Woody Harrelson y Naomi Watts.

Simplemente la amé.

Hasta la próxima.
Feliz Vida.



ABITAB

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

ABOGADOS

Cecilia Pastorino T. 099 612 571
Patricia La Paz T. 4372 8583, C. 099 954 164
Flores Martínez 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 Y TURISMO

Atlantitours R. del Paraguay e/ 5 y 7,
Atlántida, T. 4372 2790, C. 094 421 616,
atlantitours@gmail.com
BasTour C. 093 304 682, C. 093 304 720,
bastour34@gmail.com, Galería Portofino

AGROVETERINARIAS

El Relincho Ruta 11 C. 099 343 908

AIRE ACONDICIONADO

Sebastián Soria Tel. 098 649 829,
4376 8936, Pinamar

ALOJAMIENTO

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

ALQUILER de AUTOS

Auto Rent Calle 22 esquina Av. Pinares,
Atlántida, C. 093 834 788
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
El Manso Tel. 094 376 001
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 Claudia Villa Argentina
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 Dunas Av. Argentina esq. L,
Parque del Plata, T. 4375 5256
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 Urugu-
yos 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

COMIDAS

Carlitos Mario Ferreira y Calle 9, Par-
que 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
Fernando Calleros Pinares de Atlánti-
da, C. 098 928 729
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

CONTADORES

Pablo Zeni Las Toscas, C. 098 645 841

CRÉDITOS

República Microfinanzas Av. Libertador 1672, Montevideo, T. 2901 6040

DISEÑO GRÁFICO/WEB

Diego Nogueira C. 099 336 427

DISTRIBUIDORAS

Almacenes Mediato Las Vegas, Tel. 4373 5203

Cigarrillos Ana Paola Castillo, C. 095 566 502

Cigarrillos Roberto Garibotti, C. 098 959 710

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

Electromecánica Gerardo Cel. 099 086 271, Parque del Plata

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

ENSEÑANZA

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

Instituto de Inglés Emilia García C. 094 949 694

Instituto Neruda T. 4372 1771, R. Interb. km. 45.800, Calle Laborido esq. 50

Juan Salvador Gaviota Shangrilá, T. 2682 2587

Ntra Señora del Rosario T. 4372 2923, 4372 0796, Est. Atlántida, R. 11 Km. 165

ESCRIBANOS

Fanny García T. 4375 3098, Parque del Plata, Calle 9 y B

Gonzalo Quintana 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 MODELOS

Creceer C. 094 578 994

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

Martínez Salgado Calle 9 y Z2,

Parque del Plata, C. 094 521 204

FÁBRICAS de PASTAS

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

Santa Paula T. 4373 9674, La Floresta, Calle 33 y Muttoni

FARMACIAS

Costa del Sol T. 4378 2077, San Luis, Honduras esq. 19 de Abril

Estación Atlántida T. 4372 5188

Este T. 4317 2027, Migues,

Varela y Gregorio Migues

Farmacia Las Toscas Av. Ferreira y Central, T. 4371 5367

Jaureguiberry Av. Artigas esq.

Aperea, T. 4378 9955

Lucrecia T. 4447 4952, José P. Varela esq. Fabini, Solís de 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

FLORERÍAS

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

GROW SHOPS

OMG Growshop Calle 1 entre 11 y 18, Local 14, Edificio Portofino, Atlántida

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, rexatlantida.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

Informática 23 50m e/ 1 y 2, P. del Plata, informatica23.com Cel. 098108604

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

Lavadero Central Central y 10, Las Toscas, T. 4371 7138, C. 096 980 615

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

MADERAS

La Pocha San Luis, Tel. 4378 2215

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

MERCERÍAS

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

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

MUTUALISTAS

Asociación Española Atlántida T. 1920 4900

Médica Uruguaya Filial Atlántida T. 4372 1471

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

By Valeri Ruta 11 y Circunvalación, Atlántida, T. 4372 3652, C. 099 027 810

Jime Nogueira Estilistas C entre 14 y 15, P. del Plata, T. 4375 5643 y C. 099 007 245

Marisol Peinados Ruta Interbalnearia Km. 49 entre 7 y 8, Parque del Plata

Mónica Peinados T. 4372 3360

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, marcelocas

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

REPARACIÓN TV

Reparación Tv Calle 50m entre 1 y 2, Parque del Plata, C. 098 108 604

REPOSTERÍA

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

RESIDENCIALES

Coral Dr. Albo entre Ferreira y Geraños, Est. Atlántida, C. 095 504 017
Las Calandrias
T. 4372 0018, C. 095 959 585

RESTAURANTES

Carlitos Mario Ferreira y Calle 9, Parque del Plata, T. 4375 5419
Don Vito T. 4372 7458, Calle 11 y 22, Atlántida
Índigo Rambla y Rep. de Chile, Atlántida, T. 4372 2702
La Birra C. de Montevideo y 11, Atlántida
La Vuelta Mario Ferreira entre Central y G, Las Toscas
Las Carabelas Ruta Interbalnearia Km 59.800, T. 4378 2141
Lo de Amparo Rep. de Chile y Roger Balet, Atlántida, T. 4372 5764
Rincón el Águila Ruta Interbalnearia km. 44, Villa Argentina

RESORTS

Pueblo Suizo T. 4378 7197, C. 094 379 950, R. Interbalnearia Km. 77,500, Jaureguiberry

ROTISERÍAS

Alkala Ruta 11 km. 165, Atlántida, T. 4372 1189, C. 099 876 443
Lo de Amparo Rep. de Chile y Roger Balet, Atlántida, T. 4372 5764
Lo de Maria Z. de San Martin e/ Sombra del Toro y Sarandí, Salinas, T. 4376 3243
Rotisería Atlántida Av. Artigas entre 22 y 20, Atlántida
RYSA Rico y Sano Calle 11 y 26, Atlántida, T. 4371 5585, C. 092 662 672

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

TAXIS

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

TIENDAS

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 Anita Tel. 093 770435, Ruta 11 Km 165, Estación Atlántida
Lo de Miriam Calle 22 y T1, Parque del Plata Norte, T. 4375 5434
Lolita Atlántida C. de Montevideo y Peatonal, T. 4372 2397
Rosita Calle 9 y B, Parque del Plata, T. 4375 6000
Utopia Mario Ferreira entre D y E, Las Toscas

TRANSPORTES

Pimar Ltda T. 4372 1513, Atlántida, Circunvalación e/ 7 y 9
Walter Hernández T. 4372 5036

VETERINARIAS

El Relincho Ruta 11 km 165,500 City Golf, T. 4372 6797
SAV Av. Artigas entre 24 y 26, Atlántida, T. 4372 0803

VIGILANCIA / ALARMAS

Centinela Seguridad Atlántida, T. 4372 5290, T. 2908 6890
Pablo Pereyra Instalación de Alarmas y cámaras, C. 099 954 544
Scópice T. 4372 7771, 4373 7911, Atlántida, La Floresta
Segura Observa Atlántida, T. 4372 7550
SEVP T. 4376 6351, Marindia suc. Atlántida, Inter. Km. 48,800

VIVEROS

Atlántida Ruta 11 km. 163, Estación Atlántida, T. 4372 0917
Ecoflora T. 4372 5480, Las Toscas, 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 dias 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 Google play

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 —