

AÑO 14
NÚMERO 152

CENTRO



MAYO
2022



CONSEJO EDITOR

Comisión Directiva:

CAMILO UHALDE

MAURICIO MARTINEZ

Redactor Responsable:

ALICIA PÉREZ

Colaboradores:

WILSON MESA

MABEL BEMPOSTA

ANDRÉS DE MELLO

COA

MIREYA BRACCO

LAURA NAVARRO

CARLOS UBOLDI

Diseño:

DIEGO NOGUEIRA

Impresión:

Gráfica Mosca, Guayabo 1672

Depósito legal: 371.366

MISIÓN

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



EDITORIAL

MAYO 2022

En este mes de abril tuvimos una grata sorpresa en CCI-FA, recibimos al 40° Festival Internacional de Cinematografía, nuestro salón se convirtió en sala de Cine abierta a todo el público por unos días. Esta fue una gran gestión de parte de las personas que trabajaron para que este festival se realice por primera vez en el Departamento de Canelones, nos muestra que ese también es el camino que debemos recorrer en nuestro Centro, ya que la Cultura une, nos hace más fuerte y estas son también finalidades de nuestra institución.

Debemos crecer apostando en Cultura, en Educación y nuestra institución lo hace desde hace muchos años, con sus capacitaciones, talleres, charlas motivacionales y encuentros que apuntan a un progreso intelectual, moral y medio ambiental. Es importante la participación activa, ya que esta debe ser una construcción humana, un camino de aprendizaje que lo preferimos realizar acompañados, para el cual tenemos nuestra casa de puertas abiertas para recibir distintas visiones apuntando a mejorar tanto individual como colectivamente.



CAMILO UHALDE
Presidente CCIFA

En este número



LIDERAR CON VALENTÍA

Página 6



DESAFIAR

Página 31



OBSERVATORIO ECONÓMICO

Página 30



📍 Calle 11 e Interbalnearia, Barrio Jardín, Atlántida

☎ 4372 2375 - 4372 2531

✉ info@ccifa.com.uy

🌐 ccifa.com.uy



AUTORIDADES CCIFA

Titulares

CAMILO UHALDE / Librería Martín Fierro

MARIANA VIEIRA / Atlántida Joyas

MAURICIO MARTÍNEZ / Inmobiliaria Maná

MICHAEL CASTAÑO / Red Tec

JUAN CARLOS MASTROIANI / Laser Tv

ARIEL CURRAS / The empire

JIMENA NOGUEIRA / JN Estilistas

Suplentes

JOAQUÍN DE LEÓN / Mercería El Altillo

LETICIA GIANCE / Barraca El Cine

IKE FERNÁNDEZ / Óptica Atlántida

NÉSTOR MARSELLA / Marsella e Hijos

PEDRO ARMENDARIZ / Dist. Armendariz

LEONEL SOUTTO / Super Rodi

LEANDRO MELO / Electricidad Melo

Comisión Fiscal

ROGELIO CARBÓ / Rotisería Cuchilla Alta

RUTH BEVILACQUA / Paradise

SUSANA LÓPEZ / Farmacia Las Toscas

Suplentes

GUSTAVO LANZA / Abitab Calle 11

ALEJANDRO BOLOGNA / Farmacia Bologna

NICOLÁS ANDRADA / Cerrajería Atlántida



NÚMEROS AL DÍA

Índice de precios al consumo (IPC)

Marzo/2022	250.42
Variación	1,11

Salario Mínimo Nacional (SMN)

Enero 2022	\$ 19.364
------------	-----------

Base de prestaciones y contribuciones

Enero 2022	\$ 5.164
------------	----------

Ajuste por inflación

Marzo 2022 - IPC	9.38 %
Variación IPC 36m Mar 2022	29.36 %

Unidad indexada (UI)

21/04/2022	\$ 5,3582
------------	-----------

Desempleo

Febrero 2022	7,30 %
--------------	--------

Unidad reajutable (UR)

Abril 2022	\$ 1.431.52
------------	-------------

Unidad reajutable de alquileres

Febrero 2022	\$ 1.390,25
--------------	-------------

¿SABÍAS QUE...?

➔ A partir de mayo pueden realizar el cambio de prestador de salud las cotizaciones de BPS que su dígito verificador de cédula termine en 5.

➔ Las bases de datos del personal deben estar actualizada, como ser dirección, teléfono de contacto, situación del personal actualizada a los efectos de deducciones de IRPF y aportes a Fonasa, para evitar diferencias de aportes y/o notificaciones que se deban realizar.

➔ Aquellas empresas que fueron notificadas de DGI que no se les concedió la prórroga para la factura electrónica y no han realizado la postulación y posterior conexión del sistema a la DGI, quedan en falta ante la misma, quedando expuestas las empresas a sanciones.

➔ La actividad de Jardinería no vinculada a una actividad agropecuaria queda comprendida para BPS dentro de Industria y Comercio.





JUNTOS

TODO ES MAS SIMPLE

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



BENEFICIOS GENERALES

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



ADEMAS

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



FAMILIA

TE ATIENDE, TE CUIDA, TE ACOMPAÑA

INFORMES Y AFILIACIONES
0800 1853 - 1920 1234



**ASOCIACION
ESPAÑOLA**



1920-1234
www.asesp.com.uy

Ejecutivo de venta:
Alejandra Chirico. Cel.: 095 468 278
achirico@asesp.com.uy

Liderar es Conmover (ME)

Compartiremos con el Ps Alejandro De Barbieri un encuentro para pensar y reflexionar.

Liderar hoy es acompañar, estar cerca, humanizar vínculos y pacificar los lugares de trabajo. Coaching Existencial basado en Viktor E Frankl

- Sentido del Trabajo: ¿para qué trabajamos?
- Ser autor de mi vida: ¿Libre o Fusibles ?
- Características del adulto frágil: se victimiza, se ofende, pone excusas, se refugia en la manada, no se hace cargo...
- El deber sin amor nos hace malhumorados
- Personas con muchos recursos, no recursos humanos...
- Liderazgo afectivo y efectivo: ¿Liderar o mandar?
- Nadie sigue a un triste: actitud optimista en el trabajo
- Trabajo en equipo vs individualismo
- Gestión de emociones y su influencia en los vínculos: Crecer en Empatía
- Alexitimia y empatía: comunicación y conexión
- Virtudes del buen Líder: audacia, prudencia y humildad.
- Duchado y motivado se sale de casa. Trabajar la Automotivación
- Vivir con Inteligencia Espiritual: perdonar, agradecer y vivir con propósito.
- La importancia de la ACTITUD
- La salud se mide en proyectos

CUPOS LIMITADOS

LIDERAR CON VALENTÍA

Claves para vivir y trabajar con sentido



ALEJANDRO DE BARBIERI

Psicólogo clínico, conferencista.
Autor de los libros Educar sin culpa,
La vida en tus manos, Economía y felicidad

VIERNES 3 DE JUNIO I 19 HORAS
INFO 099 928 204 I info@ccifa.com.uy



SALÓN DE EVENTOS CENTRO COMERCIAL
INDUSTRIAL FOMENTO DE ATLÁNTIDA

ASOCIACION ESPAÑOLA



POLICLINICA ATLANTIDA



ESPECIALIDADES

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



OTROS SERVICIOS

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

Coordinación de:

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

Coordinación a domicilio de:

- Curaciones - Inyectables - Nebulizaciones - Oxígeno.



**ASOCIACION
ESPAÑOLA**

Policlínica Atlántida
Rambla Costanera
y Gral. Artigas



1920-4900
www.asesp.com.uy

CRÓNICAS DE ATLÁNTIDA

EL PUEBLITO DE LA ESTACIÓN



Por **Wilson Mesa**



Tengo la convicción de que Atlántida creció y se desarrolló en gran parte debido a la existencia de la estación del ferrocarril. En el año 1895, cuando en toda esta zona solamente había arenales y bañados, se extendió la llamada Línea del Este, tendida por la compañía “Uruguay Great Eastern Railway”. Desde entonces existió una “Parada” ferroviaria, que después sería la Estación Las Toscas (actual Estación Atlántida).

El nombre “Las Toscas” se originó porque al vado existente en el arroyo Solís Chico se le llamaba “Paso de Las Toscas” y, por extensión, toda la zona circundante se nombraba igual. En ese lugar se construyó el puente de hierro para el ferrocarril que todavía existe, aunque ahora está fuera de servicio.

También en esa época existía un camino muy rudimentario que se desviaba hacia la costa desprendido del “Camino a Maldonado” (la actual Ruta 8); a este desvío se le llamaba “Camino de la Playa”, el cual posteriormente se convirtió en la Ruta 11.

Por ese camino venían muchas familias de Pando, desde 1880 en adelante, a disfrutar de los “campamentos de baños en la playa de Santa Rosa”, ya descritos en crónicas anteriores.

A partir de la aparición del ferrocarril la historia de estas tierras daría un giro fundamental, porque desde el año 1908 en adelante algunas familias muy acaudaladas de Montevideo -entre las que se encontraba la del Ing. Juan Pedro Fabini- comenzaron a venir en ferrocarril hasta la Estación “Las Toscas”, y desde allí se trasladaban a la costa para establecer sus campamentos de playa, tal como lo habían hecho desde mucho tiempo antes las familias pandenses.

Juan Enrique Fabini, le contaba a Rosario Infantozzi, lo siguiente: <<... Aunque no lo parezca, yo fui alguna vez un chiquilín de cinco años, el penúltimo de una familia de cinco hermanos. En aquella época mi padre, (Juan Pedro Fabini), descubrió para nosotros un lugar que era único en el mundo. Una enorme ensenada de aguas calmas rodeada por una ancha faja de arenas doradas encerradas entre la espuma blanquísima de las rompientes y una colosal barrera de barrancas...>>.



La Estación de Ferrocarril en la actualidad (reciclada) - Foto A.G.B. 2022



Frente de la Estación de Ferrocarril (reciclada) - Foto A.G.B. 2022

<< Cuando llegué aquí, por primera vez, a acampar con mi familia no había nada más que eso, arena y agua, y algunos ranchos de pescadores. Para llegar al lugar donde solíamos acampar veníamos de Montevideo en tren y desde la estación hasta la costa, nos trepábamos a un break y atravesábamos palmo a palmo el campo arenoso plantado de árboles nuevos (por este dato se deduce que el relato se sitúa después del año 1908), seguidos por el carro tirado por bueyes que llevaba nuestras carpas y todos los demás cachivaches necesarios para acampar por unos días. Cuando llovía la travesía era bastante penosa porque se formaba mucho barro y las ruedas se enterraban en él. ¡Hasta volcamos una vez!...>>. (Infantozzi, pág. 50 - 51).

MARIO FERREIRA Y LUIS GALIMBERTI

Estas dos personas tuvieron mucho que ver en el nacimiento del “Pueblito de la Estación”, (así se le llamó desde el comienzo).

En el año 1911, Juan Ramón Hernández vende, separadamente, a Mario Ferreira y a Luis Galimberti, unas tierras linderas con las que ya tenía “La Territorial Uruguaya”, compañía fundadora del Bañero Atlántida. Galimberti compró 108 hectáreas y Ferreira bastante más, (a 20 centésimos el metro cuadrado).

Ambos eran empresarios exitosos en Montevideo. La idea primaria era forestar ese territorio virgen, para después extraer la madera con fines comerciales. MARIO FERREIRA – Fracciona, en el año 1913, las tierras contiguas a la Estación y comienza a vender los solares en cuotas muy accesibles para aquellas familias que quisieran establecerse. Ese año podría considerarse como el de fundación del “Pueblito de la Estación”, 1913.

Cada terreno tenía un área de 1.500 metros cuadrados, extensión que tuvo su razón de ser para contemplar que cada familia pudiese contar con aves de corral,



📷 Calle histórica de la Estación en la actualidad. Foto: A.G.B. 2022



📷 Puente del ferrocarril en el "Paso de Las Toscas". Foto A.G.B. 2011



📷 "Villa Olga" en el año 2011 (actual Colegio Pablo Neruda), Calle "José León Laborido". Foto: A.G.B.

una vaca lechera, una huerta y el jardín. Se atendía a una autosuficiencia familiar necesaria en aquellos tiempos. Durante muchos años Mario Ferreira alternó su residencia entre Montevideo y la chacra de La Estación. La casa original ya no existe. Algunos restos pueden verse dentro del predio -ahora conocido como “Los Ranchos”, en el actual Barrio Español, donde todavía se mantienen en pie las araucarias brasileñas y las palmeras de Canarias.

LUIS GALIMBERTI - Contrató al italiano Domingo Laborido (que vino desde San José con su familia) para trabajar en la plantación de árboles. También plantaron viñas, frutales y hortalizas. Ese fue el comienzo de “Pinares de Atlántida”. Su propiedad era una franja que abarcaba desde la Estación de ferrocarril hasta la playa. En medio de esas tierras se levantó “Villa Olga”, una casona de tres plantas (tipo “Azotea”) que estaba en el lugar que hoy ocupa el nuevo local del “Colegio Pablo Neruda”, el

cual ha procurado mantener parte de la construcción original. La casona se llamaba así en honor a Olga, la única hija de Galimberti con su esposa, Honorina Scandroglio.

En dicha vivienda pasaron a vivir en el año 1936, José León Laborido y su esposa Lucía Cabrera, con sus seis hijos: Josefina, Humberto, Elena, Esther, Olga y Dora. A esta familia se la recuerda como los grandes plantadores de árboles de toda la zona de "Pinares"; y la calle donde vivían lleva el nombre de "José León Laborido".

Hay que recordar también que en una propiedad de Galimberti, -al lado de la panadería de Picardo- funcionó la Escuela N° 75 (de 1934 a 1959). Esta Escuela se había fundado en la casa de Atanasio Hernández en "La Chinchilla" en el año 1923; hasta que finalmente se mudó al local actual de la calle "Los Hibiscos".

LOS PRIMEROS COMERCIOS

Los primeros proveedores de alimentos frescos (pan, leche, carne, huevos, verduras y frutas) para los turistas del verano, surgieron alrededor de la Estación de ferrocarril. Y también nacieron algunos modestos comercios. El primero fue la provisión de Miguel Machín. Y más tarde se establecieron otros, cuyos propietarios provenían de los más diversos orígenes rurales y urbanos: Santiago Romero; Anselmo López; Diego Fuentes (bar y peluquería); Floro Andrada; Pío Ferro; Bautista Pegoraro (almacén de ramos generales); Andrés Picardo (panadería); Marcos Schultz; Belisario Pérez (tahona). Algunas de esas primeras casas donde había comercios aún están en pie y habitadas.

LA PANADERÍA DE PICARDO

Frente a la estación del ferrocarril estaba la panadería de Andrés Picardo. Nos contaba en una entrevista Ángel Ferrares, el "Chelo", que allí había una especie de noria, movida por una mula, que servía para amasar y hacer el pan. Cuando Picardo murió, la esposa y las hijas (no tenía hijos varones) quedaron al frente del negocio.

También nos contaba Walter Sánchez, el "Gallego", -en otra entrevista-, que Andrés Picardo repartía en una "Jardinera" tirada por un caballo y vendía en todo el Balneario. Pero también tenía otros repartidores que iban hasta Parque del Plata y "La Palmita". Fue por mucho tiempo el único panadero en la zona. Hasta que un día, un hijo de Atanasio Hernández llamado Amado Hernández, y su esposa América Quaglia, compraron un terreno que él (Walter Sánchez)

les buscó, e hizo los primeros planos del local para instalarse con panadería. Así nació BAIPA, comercio que se inauguró en el año 1956. A partir de entonces Andrés Picardo tuvo un fuerte competidor en la zona.

LA ESTACIÓN TENÍA MÁS HABITANTES QUE EL BALNEARIO

Alrededor de 1918, los pobladores permanentes del Balneario eran casi inexistentes; pero en el "Pueblito de la Estación" vivían muchas familias cuyos integrantes eran casi todos los trabajadores que constituían la mano de obra en el Balneario que se iba desarrollando (empleados en la construcción, en hoteles, en restaurantes, en servicios y comercios varios).

Cuentan que eran clásicas "las bicicleteadas" en grupo por el tramo de Ruta 11, que unía a La Estación con el Balneario, en la hora de entrada y salida de los trabajos. Los dos "centros" se complementaron mutuamente desde los inicios.

En el auge del Balneario -entre 1937 y 1960- la Estación de ferrocarril tuvo un intenso movimiento, porque llegaban muchos turistas que venían al puerto de Montevideo, después subían al tren que los traía hasta aquí, y se encontraban con ómnibus, y autos, que los iban



Local de "La Panadería de Picardo". Al lado estaba la Escuela 75. Foto A.G.B. 2011



Local donde estuvo la Escuela 75 (1934 a 1959). Foto A.G.B. 2011

a esperar a La Estación para trasladarlos con su equipaje a los distintos hoteles (el Atlántida, el Mercedes, el Rex, el Planeta y el Golf Palace). Pero también por el ferrocarril se mandaban a Montevideo las cargas de trigo, y otros cereales, que se cosechaban abundantemente en la campaña cercana.

Cuando la Ley 13.609, del 7 de setiembre de 1967, elevó a Atlántida a la categoría de Ciudad, fue el primer balneario de Canelones que alcanzó ese rango. Por esa época, en 1968, se calculaba que había una población estable de 1.559 habitantes en la zona de Atlántida y 1.652 en el "Pueblito de La Estación".

En este último los habitantes ocupados en el comercio y la industria, abarcaban un 44% del total; los que cumplían tareas en servicios públicos un 32%; en la construcción y afines el 15%; en la industria hotelera el 5%; y en servicios domésticos el 4%.

ALGUNOS HECHOS IMPORTANTES EN LA HISTORIA DE "LA ESTACIÓN"

1911 - Juan Ramón Hernández vende terrenos linderos con los de "La Territorial" a Mario Ferreira y a Luis Galimberti.

1913 - Se fraccionan los más cercanos al ferrocarril y se venden solares.

1952 - Se decide la construcción de la Ruta Interbalnearia, que se hace por tramos y de una sola vía.

1956 - Se funda el Club Atlético Progreso, en Estación Atlántida. (Peluquería de Miguel Hernández).

1958 - 60 - Se construye la Iglesia "CRISTO OBRERO", obra del Ing. Eladio Dieste, solventada enteramente por el matrimonio Giúdice-Urioste.

1966 - 24 de febrero - Una gran tormenta que tira muchos árboles, rompe parte de "Villa Olga", la casa de tres pisos, en "Pinares de Atlántida", queda con solamente dos plantas. Ahí residía la familia Laborido-Cabrera desde 1936.

1988 - El 2 de enero de 1988 circulan por última vez los trenes de pasajeros en Uruguay. Aquí quedan 900 km de vías férreas sin utilizar, así como los puentes y las estaciones por las que pasaba el tren del este; entre ellas, Sosa Días, Atlántida, Parque del Plata, La Floresta, etc.



Local donde estaba el comercio de Bautista Pegoraro. Foto A.G.B. 2022



"Trébol" de Atlántida

CONCLUSIÓN

Es difícil ubicarse en aquel momento histórico; pero para hacernos una idea recordemos que la Ruta Interbalnearia no pasó por aquí hasta los años 1953-54; y para ello hubo que construir puentes sobre los arroyos Pando, Tropa Vieja, Solís Chico y Solís Grande. El "Trébol" de la entrada a Atlántida recién se terminó en el año 1973.

Imaginemos el paisaje de esta zona sin esas y otras obras... El cambio y el progreso han sido muy grandes en algunos aspectos. En otros no tanto. Pero es bueno recordar cómo ha ido conformándose la historia de nuestra zona y -sobre todo- aquilatar la importancia que tuvo el ferrocarril en la misma.

FUENTES: Gutiérrez Laplace, Juan M. - Libro "Atlántida, un sueño que surgió desde las olas". Bonsignore, Federico - Libro "Atlántida, Historia, Imágenes y Personalidades a cien años de su creación". Infantozzi, Rosario - Libro "Cuentos de Viento y de mar - Historias de Atlántida". González Bo, Arinda - Libro "Atlántida Centenaria, Guía Turística, Histórica y Cultural". Entrevistas a antiguos habitantes de la zona, realizadas en 2011, con Olga Piriz Reyes y Arinda González Bo. IMÁGENES: Fotografías de Arinda González Bo y una de Internet.

Herbáceas Nativas

Con valor ornamental para utilizar en nuestros jardines, plazas, espacios públicos.

Por Grupo Myrsine
Mireya Bracco



Jardines con plantas nativas... jardines con aves y mariposas. Las plantas nativas permiten crear ecosistemas urbanos, ecológicos, mejorar la educación ambiental y usarlos como herramientas para lograrlo.

MAL ME QUIERES, MARGARITA DORADA, MARGARITA RASTRERA

Aspilia montevidensis (Spreng.) Kuntze

Familia: Asteraceae, que se caracteriza por presentar las flores dispuestas en una inflorescencia compuesta, se halla rodeada de una o más filas de brácteas, más conocida por todos como familia de las margaritas.

Herbácea perenne. Actúa como cubresuelo, es una hierba decumbente que tiene los tallos rastrojos y su crecimiento es horizontal, pegado al suelo, pero sin enraizar en él, en el sector apical es ascendente.

Hojas simples, opuestas, angostamente elípticas, margen aserrado.

Flores amarillas doradas.

Fruto: aquenio, oblongo, densamente pubescente, con pelos suaves y finos que dejan ver su superficie.

Florece desde primavera hasta fines de otoño.

Habitat: Crece espontáneamente entre gramíneas y rocas, en suelo arenoso, lugares próximos al mar, dunas, pastizales, matorrales, palmares y borde de bosques en galería. Tolerancia la sequía y el viento.

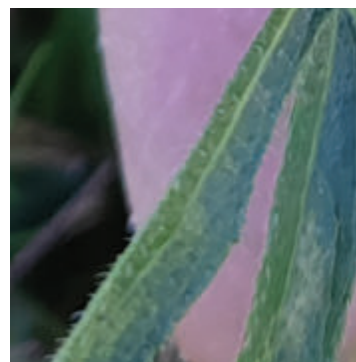
Se la puede cultivar en maceteros, rocallas, techos verdes, jardinerías.

El suelo más adecuado es el permeable, con una ubicación soleada.

Cultivada en jardines su mata se desarrolla más alta y redondeada.



Multiplicación por semillas sembradas en forma superficial, en sustrato húmedo, liviano. Riego con lluvia fina. Bajo protección su siembra puede hacerse durante todo el año. A suelo directo desde otoño hasta principio de verano. Usos: Ornamental. Medicinal (empleada popularmente como cicatrizante). Melífera. Se distribuye en Argentina, Sur de Brasil, Paraguay, Chile y Uruguay.



CARTELERA INFORMATIVA

TELETRABAJO – DECRETO REGLAMENTARIO DEL 17-03-2022

El 17/03/2022 se aprobó la reglamentación de la Ley 19978 del Teletrabajo. Consideraciones de la reglamentación:

Contrato de Trabajo:

- El teletrabajo debe ser pactado por escrito y en forma voluntaria.
- Establecer el lugar donde se desarrollará la actividad de teletrabajo, se podrá acordar también con el trabajador dicha elección.
- En caso de teletrabajo híbrido (parcial o total) se acordará con el trabajador la forma de prestación.
- Se fijarán, descansos, desconexiones, tanto semanal como diaria, así como registro de asistencia en aquellos casos que se acuerden dejando constancia por escrito en el contrato.
- Se debe incluir también la forma de proveer las herramientas, equipos.

Jornada Laboral

- Se acordará entre empresa y trabajador la distribución de la jornada de trabajo, según las necesidades de la empresa y la mejor forma que se adapte al tipo de servicio y actividades que se brinden.
- No hay límite diario, pero si semanal, por lo tanto todo lo que exceda la jornada laboral semana se abonaran con el recargo correspondiente según como corresponda abonarlo.
- Debe existir una desconexión mínima 8 horas continuas entre jornada y jornada, no pudiendo ser sancionado el trabajador al ejercer dicho derecho.

Seguridad e Higiene

- El cuerpo inspectivo de MTSS podrá solicitar al empleador sobre los riesgos identificados y las medidas preventivas adoptadas, así como fiscalizar los lugares donde se desarrolla el teletrabajo.
- A falta de consentimiento por parte del trabajador por negarse a dicha fiscalización, el MTSS podrá solicitar autorización judicial.
- En caso de constatare irregularidades respecto a normativa en seguridad e higiene, la Inspección de Trabajo tendrá la potestad de suspender el teletrabajo hasta que se restablezcan las mismas, sin perjuicio de las sanciones que puedan surgir.

Ley 20028 del 06/04/2022 EXONERACIÓN IVA POR 30 DÍAS

A partir del 07/04/2022 y por 30 días, quedo exonerado de IVA:

- Pan blanco común y Galleta de campaña
- Pastas y Fideos

Cabe recalcar que esta exoneración corresponde a las enajenaciones correspondientes a la etapa minorista.

Vencimientos

Inmuebles urbanos, suburbanos y rurales sin explotación agropecuaria

Cuota	Vencimiento 2022
Primera	3/1 hasta 31/5
Segunda	1/7 hasta 31/8
Tercera	12/9 hasta 31/10

Inmuebles rurales con explotación agropecuaria

Cuota	Vencimiento 2022
Primera	31/5
Segunda	31/8
Tercera	31/10

La presentación de la declaración jurada correspondiente al ejercicio 2022, podrá efectuarse hasta el 30 de abril de 2022.



Vencimientos MAYO 2022

BSE	5
BPS Con Personal Dígito 0 al 4	17
BPS Con Personal Dígito 5 al 9	18
IPE (Iva Mínimo)	20
BPS Sin personal y Domésticos	23
DGI - CEDE	23
DGI - CODECO y S. Personales	25
FONASA Serv. Personales	25

MTSS - NOTIFICACIONES Y COMUNICACIONES ELECTRÓNICAS

Domicilio Electrónico, ¿Qué es?

Es el lugar dónde se recibirán y almacenarán las notificaciones y comunicaciones electrónicas que el Estado envíe. En concreto, es un sitio web al que se accede con usuario y contraseña. Podrá ingresar el titular y los lectores que este designe.

¿Quiénes deben constituir Domicilio Electrónico ante el MTSS?

Todo empleador del sector público o privado que tenga registrado o registre trabajadores en régimen de dependencia, con excepción del servicio doméstico (Decreto N° 343/2017). De acuerdo a lo establecido en este decreto, la constitución de Domicilio Electrónico se hará en los plazos y condiciones que establezca el MTSS.

La obligatoriedad se implementa de forma gradual:

- En caso de intimación por cualquier oficina del MTSS, se deberá iniciar el trámite en línea en un plazo de 10 días hábiles contados a partir del día siguiente a la notificación del acto de intimación y, una vez iniciado el trámite, se deberá presentar la documentación en un plazo máximo de 30 días corridos;
- En caso de no haber intimación, el plazo será de 180 días hábiles para iniciar el trámite, a partir del cual deberán presentar la documentación en un plazo máximo de 30 días corridos.
- La obligatoriedad va dirigida: Titulares de empresa unipersonal o con más de cinco empleados.

Solicitud de Carné de manipulación de alimentos

Carné obligatorio por resolución N°08/01034, para todas aquellas personas involucradas en las actividades vinculadas a la producción, industrialización, comercialización y manipulación de alimentos.

COSTO: 0.50 UR

REQUISITOS PARA INSCRIPCIÓN:

Nombre y Apellido / Cédula de Identidad / Teléfono de contacto / Correo electrónico

PROCEDIMIENTO DE INSCRIPCIÓN

- Completar formulario en: www.imcanelones.gub.uy
- Adjuntar foto carné color y fotocopia de cédula en los formatos indicados.
- Se recibirá correo de confirmación con un código para realizar el pago.
- El pago puede realizarse en Abitab o Red Pagos
- El código permanece vigente durante 10 días corridos.
- Pasados los 10 días se deberá solicitar un nuevo código.
- Realizado el pago se recibirá un usuario y contraseña vía mail, para acceder a la plataforma desde la que se realizará la prueba
- Terminada la prueba se sabrá en el momento el resultado
- Aprobada la misma se podrá levantar el CMA en la dependencia seleccionada en el formulario de inscripción

POR MAS INFORMACIÓN

Canelones - Dirección de Contralor. Unidad de Seguridad Alimentaria.
Tel -1828- Interno - 1585

Cambio de prestador de salud

Se podrá realizar el cambio de prestador de salud (mutualistas, ASSE y seguros integrales) dentro del período de movilidad regulada, cuando hubo una afiliación de oficio a partir de un cambio en el contexto o actividad de la persona o siempre que existan razones justificadas para ello como lo son cambios de domicilio, situaciones originadas en problemas asistenciales u otras contempladas en la reglamentación vigente.

Período de apertura de movilidad regulada

Podrán cambiarse quienes cuenten con al menos dos años de antigüedad en el mismo prestador de salud al 31 de diciembre del año anterior. También las personas que, hasta esa fecha, hayan sido incluidas de oficio en ASSE. Es condición tener cobertura de salud al momento de realizar el cambio. Para solicitarlo, deberán concurrir al nuevo prestador de salud elegido con cédula de identidad vigente y en buen estado, en el mes en que corresponda, según el dígito verificador de la cédula de identidad.

Mes	Dígito verificador
Marzo	3
Abril	4
Mayo	5
Junio	6
Julio	7
Agosto	8
Setiembre	9
Octubre	0
Noviembre	1
Diciembre	2



Cámara de Comercio y
Servicios del Uruguay

GRANDE la uno idola
GENIA diosa DIVA

¡MA!

♡ 15 DE MAYO ♡

Día de la Madre



Somos ANDA, llegó a Atlántida.

ANDA lanzó programa para acercar sus servicios y actividades a toda la comunidad.

Con la intención de transmitir el espíritu de fraternidad y solidaridad social que la caracterizan, la Asociación Nacional de Afiliados lanzó el programa Somos ANDA, promoviendo visitas itinerantes que tienen como objetivo fortalecer y potenciar los vínculos en cada una de las localidades en donde la institución está presente.

Activaciones comerciales con descuentos y promociones para socios y usuarios de la tarjeta Anda, desayunos de trabajo con Agentes inmobiliarias de la zona y reuniones con diferentes cámaras, con el objetivo de escuchar sus necesidades e inquietudes, presencia del Consejo Administrativo de ANDA en la localidad, acciones de Responsabilidad Social Empresarial, intercambios con colaboradores, encuentros con socios, acciones de promoción turística, entre otras, son algunas de las acciones de ANDA en este programa.

A través de Somos ANDA, la institución reafirma una vez más el compromiso con sus afiliados sus familias y la comunidad. La propuesta inicia en la ciudad de Atlántida, y durante todo el mes de mayo, afiliados de la localidad podrán acceder a los beneficios y actividades que se llevarán a cabo.

Además, el programa proyecta nuevos destinos, en el mes de junio estará presente en Juan Lacaze y durante julio será el turno de San José para luego dar paso a otras localidades del país.

ANDA, organización presente en todo el país desde hace 88 años ofreciendo servicios como préstamos, tarjetas de crédito, garantía de alquiler, servicio médico y odontológico, turismo, pago de pasividades, cuenta actualmente con más de 270.000 afiliados, extendiendo sus beneficios a más de 600.000 personas en sus 49 sucursales, incluyendo 40 policlínicos odontológicos distribuidos en todo el territorio nacional.



Semana Mundial por el Parto Respetado 2022 / 16 al 22 de Mayo

El Nacimiento es Sagrado, No mas Violencia

Por: Gilda Vera López - Partera

Desde hace 18 años a nivel mundial, se trabaja una semana de mayo por la Humanización del Parto y Nacimiento, llevando adelante diferentes lemas con la necesidad de visibilizar los problemas que se tienen en todo el proceso de la gestación, y aunar esfuerzo para que este hecho natural sea positivo y disfrutable para la mujer embarazada cuando ha decidido ser madre.

Este año 2022, el tema es lo Sagrado que es el parto y pedir que no haya mas violencia. Si pensamos un poco sabemos que todos los seres humanos nacemos de una mujer, que la naturaleza la ha dotado de un cuerpo que puede embarazarse y parir y que además tiene todo planificado para que el parto sea vaginal, lo que fue durante siglos la forma de nacer.

Pero claro había un porcentaje pequeño que no podía nacer por parto vaginal y desde allí se partió para empezar a intervenir en este proceso natural, hasta tratar de convencer que las mujeres modernas no pueden tener un parto normal y la tecnología empezó a crear aparatos, que en su gran mayoría solo hicieron del parto una patología.

Hubieron cosas positivas como la Ecografía (ECO) que nos permitió saber en las primeras semanas, la ubicación de la placenta, el desarrollo del feto, pero esto también se disparó, ya que de esas dos o tres ECO que se necesitan de control, se pasó hacer una ECO por mes lo que no es necesario, ni positivo.

Se empezó a ayudar un proceso que no puede ser ayudado porque la naturaleza lo tiene todo previsto y estas ayudas, como por ejemplo, rotura prematura de membranas(RPM), determinar que el trabajo de parto tiene que ser a las 40 semana, desconociendo que los seres humanos pueden madurar entre las 37 y 42 semanas de gestación y que son ell@s l@s que iniciarán el trabajo de parto cuando estén maduros y que una inducción de hormona sintética no tendrá el efecto que se espera, desencadenar el traba-

jo de parto, porque la naturaleza es tan sabia que si el feto no esta maduro, la inducción fracasa.

Los resultados han sido muy malos, ya que ese porcentajes que no podían nacer por via baja apenas era el 10%, hoy se ha superado el 50% de nacimientos por cesáreas que es la forma de nacimiento mas común en la mayoría de nuestros países de América.

Todo esto se ha transformado en violencia hacia las mujeres, a las que poco a poco le han quitado el protagonismo de su parto, de disfrutar en un entorno de tranquilidad y con sus seres queridos, la llegada de un nuevo ser humano a la familia y es un espacio de sus vidas que muchas veces recuerdan con miedo, frustración y dolor. Desde la RELACAHUPAN apostamos a una mujer empoderada que reciba en su embarazo un buen control, pero también una calificada información de lo que significa este proceso natural en su cuerpo, que pueda dialogar de igual a igual con el equipo que la está asistiendo, para que sean respetados sus derechos a decidir, como, cuando y con quien parir, algo que la academia nos niega desde hace mucho tiempo, por eso este año decimos “ RESPETEMOS LO SAGRADO QUE TIENE EL NACIMIENTO, NO MAS VIOLENCIA”



6 de Abril: Día Mundial de la Actividad Física



Dr. Carlos Uboldi
carlosuboldi@gmail.com

Desde el 2002 por iniciativa de la OMS, el 6 de abril se celebra el Día Mundial de la Actividad Física. Para la OMS, la actividad física significa todos los movimientos que forman parte de la vida diaria, incluyendo el trabajo, la recreación, el ejercicio y las actividades deportivas.

Un nivel adecuado de actividad física regular en los adultos tiene amplios beneficios: reduce el riesgo de hipertensión, cardiopatía coronaria, ACV, diabetes, cáncer de mama y colon, depresión y caídas; al tiempo que mejora la salud ósea y funcional y es un determinante clave del gasto energético, lo que lo hace fundamental para el equilibrio calórico y el control del peso. El cuerpo humano está diseñado para moverse. Necesita realizar actividad física de forma regular para funcionar de manera óptima y evitar enfermar. La actividad física, la salud y la calidad de vida están íntimamente conectadas. Según la OMS, el sedentarismo es uno de los principales factores de riesgo de mortalidad por enfermedades no transmisibles. Las personas con un nivel insuficiente de actividad física tienen un riesgo de muerte entre un 20% y un 30% mayor en comparación

con las personas activas. El riesgo de mortalidad disminuye hasta un 30% con solo dedicar 30 minutos al día a hacer ejercicio.

Las personas físicamente activas de forma regular obtienen beneficios que redundan directamente en su estado de salud.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), un 6% de las muertes anuales son causadas por el sedentarismo, que constituye el cuarto factor de riesgo de mortalidad global, por detrás de la hipertensión, el consumo de tabaco y los niveles elevados de azúcar en sangre. El riesgo de mortalidad disminuye hasta un 30% con solo dedicar 30 minutos al día a realizar ejercicio físico. Un estilo de vida sedentario es un factor de riesgo para el desarrollo de muchas enfermedades crónicas, entre las que se incluyen la diabetes mellitus tipo 2, obesidad, osteoporosis, hipertensión arterial, cáncer de mama, de colon y patología cardiovascular. Llevar una vida activa supone, además de los beneficios físicos, beneficios sociales y psicológicos.

Hay una conexión directa entre la actividad física y la esperanza de vida, de modo que las poblaciones más activas

tienden a vivir más y mejor.

La realización de ejercicio físico en la infancia y la juventud produce un aumento de la densidad mineral ósea. En las personas de edad más avanzada disminuye el riesgo de caídas y ayuda a prevenir o retrasar las enfermedades crónicas asociadas con el envejecimiento. Aumenta la capacidad para vivir de forma independiente y con calidad. La actividad física y la salud van de la mano, por lo que realizar ejercicio no solo tiene beneficios a nivel físico, sino también mental. Tanto que su práctica aumenta los niveles de serotonina (neurotransmisor disminuido en la depresión), refuerza los vínculos sociales, así como la autoestima y el estado de ánimo.

Para obtener los beneficios que aporta la actividad física, la OMS recomienda:

- Niños y jóvenes entre 5 y 17 años: 60' por día de juegos recreativos o deportes.
 - Adultos entre 18 y 64 años: 150' por semana de actividad aeróbica de moderada intensidad: caminata vigorosa, bicicleta, baile, etc.
 - Mayores de 65 años: 3 días por semana actividad aeróbica caminata, baile, etc.
- "Muévase para vivir".



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



SEVPURUGUAY.COM.UY

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



Telefax, (00598) 4372 2414 - 4372 1728

info@hotelargentina.com.uy

www.hotelargentina.com.uy

Calle 11 y 24 - Atlántida

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. 43782050/2540 - 093950927
barracasekiser@gmail.com

PARQUE DEL PLATA
Ruta Interbalnearia km. 49.500
Tel. 43755048/4344 - 093059937

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

Valle Valdense
Lácteos de Colonia

The Empire SRL

Perú s/n s15 m6
Shangrila, Canelones

Cel:
099122280
099938738



desde 1998

0800-8227
AFILIACIONES

Para cuidar y acompañar a quienes más quieres...



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

ENVIOS SIN CARGO al TEL. 437 39676 - 437 36160



LAVALLEJA y ORIBE - LA FLORESTA



OPTICA ATLANTIDA

AUDIOGRAMAS
 INCORPORAMOS AUDIFONOS DIGITALES

REXTON

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

CALLE 22 Y 11 | ATLÁNTIDA | 43723515

Ferropark
Ferreteria

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

TEL
43752515

Av. Ferreira entre 8 y 9
Parque del Plata

BAR - pizzería
parrillada

Restaurante Carlitos

Parque del Plata
 Paraiso del mundo

Calle 9 y Mario Ferreira
 Envios a domicilio
 Tel: 43755419




CERRAJERÍA ATLANTIDA

Urgencias
099332400
43720291
 Calle 11 casi 18

SANTA PAULA

DE LA FLORESTA

Tel. 437 39674
 Calle 33 y Muttoni
 La Floresta

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



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
099619151
 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

CERRAJERÍA
Gabriel Delisa

094 242 978
Av. Circunvalación y 11
ATLÁNTIDA



MARSELLA E HIJOS LTDA
 PRODUCTOS CONGELADOS

 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

CALLE 11 y 22 - ATLANTIDA
TEL.: 437 23710


CENTINELA
 SEGURIDAD

Natur
 HIGIENE AMBIENTAL
Empresa 100% Uruguaya
en todo el territorio nacional.
094 440 464
 www.centinela.com.uy / www.natur.com.uy


LALUCHA IV
 FERRETERIA S.R.L.
 SANITARIA
 ELECTRICIDAD
 HERRAMIENTAS
 TORNILLERÍA
 PINTURA
ENVÍOS
SIN CARGO
 ROGER BALET Y AVDA. ARTIGAS
 ATLÁNTIDA . 4372 3603

TRANSPORTE

EL TIBURÓN
 TAXIS - SALUD - TURISMO - REMISES
4372 4040 / 096 72 4040
 taxiseltiburon@hotmail.com

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

AI PIQUE

Casa de Pesca
INFORMES / CARNADAS / ARTÍCULOS DE PESCA
 Tel: 4372 1990 - Cel: 094 309 935
 Las Toscas: Calle A entre Calle 10 y Ruta Interbalnearia
 AI PIQUE casa de pesca ai_pique.casa.de.pesca



SAV
SOCIEDAD DE ASISTENCIA VETERINARIA

Tel: 4372 0803
Urgencias: 099 370 704

Av. Artigas entre 26 y 24
Atlántida

PANADERIA



La Perla

437 83934

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



moreno
ESTUDIO INMOBILIARIO
DESDE 1970



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



COCO MOTOS
DISTRIBUIDOR Y SERVICIO OFICIAL

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



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



FARMACIA
BOLOGNA

4375 2068
ENVÍOS A DOMICILIO

Av. Argentina e/ G y H
PARQUE DEL PLATA



ALKALA

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

Tel. 4372 1189
Cel. 099 876 443



Barraca LA VÍA

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

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



BasTour
TRANSPORTE DE PASAJEROS

093 304 720 / 095 894 830
bastour34@gmail.com
Atlántida, Canelones, Uruguay



VOLQUETAS

437 23990
437 24718

Calle 1 entre Ferreira y Rambla
LAS TOSCAS



Vivero
Atlántida

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

ALEPA

EXCAVACIONES
NIVELADOS
MOVIMIENTOS DE TIERRA
AFINES

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

**HORTIFRUTICOLA
HUERTA VIVA**



**ENTREGAS
A DOMICILIO**

SIN CARGO

M. FERREIRA e/ D y E

Tel. 437 26721
Cel. 095 151 361

**SERVICIOS
MANRIQUE**



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

cel: 099983 113

R. 11 Km. 165.800

(Frente al Country Club de Atlántida)

**Autoservice
"Lo de Lilo"**



Envíos

4378 4871

Calle 2 y 8 - Santa Lucía del Este



LASER T.V.
COMPRAS Y REPARACIONES CON SU PROPIO SERVICIO



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

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

Facturación Electrónica
Soluciones WIFI.
Soporte Técnico Empresarial
Reparación de PC y Notebook.
Cámaras de Vigilancia
Centrales Telefónicas IP.



RED TEC
Soluciones informáticas



Galería Portofino Local 13, Atlántida / Tel: 43716456

099372649



**Agente oficial
y exclusivo**

**Más de 40 años
de experiencia**

BSE
AGENCIA ATLÁNTIDA

En Uruguay nadie te da
más seguridad.

437 22783
092 150 460

Calle 22 entre Artigas y calle 3



Su permanente compañía de seguridad
ATLÁNTIDA FRENTE A TIENDA INGLESA



4372 7771 / 4373 7911
www.scopiceseguridad.com



Lunes 14h en Atlántida FM 89.9

HPINTADO CAMIONES

TEL.: 437 25392 - 437 27446
ATLANTIDA

ARIES 096 111 214
Servicio Integral
de Mantenimiento
loliferrere@gmail.com
robertobesares54@gmail.com

Quinteros
TALLER
CHAPA Y PINTURA



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

Melo
RENT A CAR
MT N° 271



Tel. 4372 4455
088 024 455

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

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



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

**SUAREZ
& PRESA**

**GOMERIA
ENGRASE
LAVADO**

Cel. 096 414 252

Interbalnearia y
Av. Argentina. Pque. del Plata

SERVICIO FUNEBRE - PREVISORA
Empresa
interbalnearia

*no deje que otras
decidan por ud.*

Por experiencia, respeto
seriedad y honestidad
consúltenos

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

Ruta Interbalnearia KM. 46.500
T. 437 24231

**PANADERIA
y CONFITERIA**
Dani



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

R. Interballnearia km. 49,200

Tel. 4375 3033
PARQUE DEL PLATA

**HELADERIA
ATLANTIDA**



Calle 1 y Ciudad de Montevideo
ATLANTIDA

RYS
Rico y Sano

COMIDA VEGETARIANA
ALIMENTACION SALUDABLE

Calle 11 esq. Calle 26, Atlántida
☎ 092662672 - 43715585

RYSARICOYSANO.COM  RYSA RICO Y SANO




ACCEDÉ A NUESTRO

SALÓN SOCIAL

A PRECIO PREFERENCIAL PARA SOCIOS



LA SABIDURÍA DEL TAO

Por **Mabel Bemposta**



ANÁLISIS

El resentimiento es una emoción muy común cuando vivimos desde el ego, desde ese “yo soy especial” y si no me das la razón vamos a terminal muy mal. Siempre existió, hoy lo podemos ver a diario en las redes sociales, donde el odio, la frustración y el resentimiento que nos provoca cualquier decepción, desilusión, etc., nos lleva a desparramar ira a troche y moche. El resentimiento no procede de la conducta de la o las personas con quien tenemos la disputa, sino que este ya está ahí, dentro nuestro, carcomiéndonos y la mayoría de las veces por motivos que no los tenemos en el consciente. Lao-Tsé dice en este verso que “Alguien tiene que arriesgarse a responder al insulto con bondad, o la hostilidad nunca dejará paso a la buena voluntad.” Les cuento una anécdota. Hace un tiempo compartí en las redes un video donde un grupo de músicos tocaba “Himno a la alegría” de Beethoven en una hermosa plaza de Viena, sorprendiendo al público que pasaba por ahí. Uno de mis contactos me insultó de arriba abajo, por ejemplo: “...no puedo creer que seas tan tarada de creer que estos videos son reales..., pensé que tenías más cerebro...”, etc. No voy a reproducir todo. En otra época de mi vida no sé cómo hubiese reaccionado pero gracias al Tao, que hace años que vengo interiorizando, puse en práctica su sabiduría y en vez de se reactiva apliqué responder con bondad. Su reacción fue contestarme pero ya mucho más suave, y así seguimos hasta que en un momento me mandó un gran abrazo y, aunque a ustedes, queridos lectores, les cueste creer, compartió el video.

Por otro lado, este hermoso antepenúltimo verso, sí, ya nos acercamos al final del camino de la armonía, nos habla de dar sin esperar nada a cambio, porque si esperamos algo a cambio no estamos dando, estamos invirtiendo y eso no es dar.

Para terminar con este análisis del Verso LXXIX, les dejo la práctica que recomienda el Dr. Dyer:

“Recita en silencio las siguientes palabras de la Oración de San Francisco: “Allá donde hay insultos, déjame llevar perdón”. Sé un “donante de perdón”- Sustituye el odio por amor, lleva luz a la oscuridad y perdón al insulto. Lee diariamente estas palabras, que te ayudarán a superar las exigencias de tu ego, y conoce “la plenitud de la vida”

Hasta la próxima entrega.
Feliz Vida.

VERSO LXXIX

Después de una amarga disputa, queda cierto resentimiento.

¿Qué se puede hacer ante esto?

*Estar contento con lo que uno tiene
a la postre es siempre lo mejor.*

*Alguien tiene que arriesgarse a responder al insulto
con bondad,
o la hostilidad nunca dejará paso a la buena
voluntad.*

Así, el sabio siempre da sin esperar gratitud.

*Quien posee una virtud verdadera
siempre busca la manera de dar.*

*Quien carece de una virtud verdadera
siempre busca la manera de obtener.*

*Al que da le llega la plenitud de la vida;
al interesado, solo una mano vacía.*



Carpintero nuca roja

Colaptes melanochloros

Esta ave es una de las diez especies de carpinteros que podemos ver en nuestro país. Habitualmente nos referimos a ellos como "pájaros", pero no pertenecen al orden Passeriforme, por lo tanto no lo son.

El carpintero nuca roja es amarillento con manchas negras en el vientre y en el pecho, el dorso es barrado. Tiene boina negra y nuca roja. El macho y la hembra se diferencian en que el primero tiene banda malar roja y la hembra tiene banda negra. Este carpintero es el más común en la Costa de Oro. Habitualmente lo oímos vocalizar desde la copa de los árboles.

Recorre troncos buscando larvas e insectos que son la base de su alimentación. Su lengua es larga y retráctil, la puede sacar dejando una parte enrollada en el cráneo. Posee una adaptación especial para dar golpes en la madera (tamborileo) sin lesionarse. Muchas veces busca hormigas en el suelo.

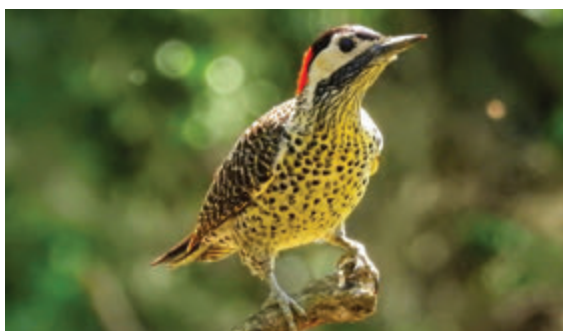
Como todos los carpinteros tiene patas cortas con dos dedos hacia atrás para adherirse a la corteza y las plumas de la cola son rígidas, característica que le permite mantenerse en posición vertical para trepar.

Habita campos, montes, palmares, parques y barrios arbolados. Lo podemos ver solo o formando pequeños grupos.

Se reproduce en primavera, en huecos de árboles y postes de madera. Pone alrededor de 4 huevos blancos que incuba durante 15 días.



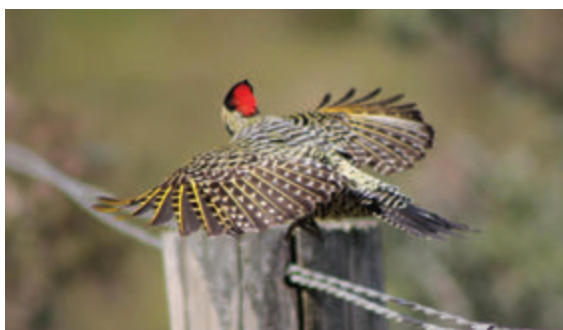
📷 Silvana Mallo



📷 Gabriel Martínez - carpintero hembra



📷 Verónica Arburúas - carpintero macho



📷 Gustavo Fernández Pin

Fuentes consultadas: Carpintero nuca roja (s.f.). Recuperado de https://www.mnhn.gub.uy/guia_aves/aves_carpinteronucaroja.htm / Rocha, G. (2021): Guía completa para conocer Aves del Uruguay 3ªed. Banda Oriental: Montevideo.

**SIEMPRE JUNTOS
SIEMPRE CON VOS**



todo lo necesario en un mismo lugar.

CALLE 9 entre Calle C y Calle B
Parque del Plata

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

Comienza a Caminar el Observatorio Económico



La Cámara Empresarial Canaria, comenzó con los trabajos para la conformación del observatorio económico. Mantuvimos reunión en la Cámara de Pando, con la Cámara Nacional de Comercio, y Equipos Consultores, que es quien nos guiará en esta primera etapa. También recibimos en nuestra sede, una vez más, a los centros comerciales de Canelones, quienes conforman la CEC, uniendo los lazos y trabajando fuertemente en el camino hacia el Observatorio. Estamos muy entusiasmados con obtener información, que nos ayude a repensarnos y lograr una mejora continua en nuestras pymes. Sabiendo la importancia de tener información fidedigna y que refleje la realidad de todo el departamento y de cada zona en particular.

**DÍA DEL NIÑO
DOMINGO
14 DE AGOSTO**

**DÍA DEL PADRE
DOMINGO
10 DE JULIO**

FECHAS COMERCIALES 2022

**DÍA DEL HIJO
DOMINGO
16 DE OCTUBRE**

**DÍA DE LA MADRE
DOMINGO
15 DE MAYO**

ANÍMATE A DESAFIAR TUS HABILIDADES Y LLEVÁ TU CONOCIMIENTO AL MÁXIMO

Diseñado con el objetivo de fomentar el espíritu emprendedor y el trabajo en equipo, las habilidades para la toma de decisiones rápidas y la formulación de estrategias de negocio

¿QUÉ VENTAJAS TIENE?



RESPONSIVE

Podrás jugar con múltiples dispositivos ya que nuestra plataforma es portable.



GAMERS

Compíte contra tus amigos. Dado que todas las decisiones de cada uno de los equipos están interrelacionadas en un mismo mercado.



DIFICULTAD

La dificultad como la complejidad del juego se adaptan a las características de los participantes.



REDES SOCIALES

Tenemos presencia en todas las redes sociales.

¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS?

FORMACIÓN TEÓRICO-PRÁCTICA

ADQUISICIÓN DE EXPERIENCIA

COMPRENSIÓN

RELACIÓN CAUSA-EFECTO

GESTIÓN DE TIEMPO



**30 DE MAYO
19:00 hs**



**Centro Comercial
e Ind. de Atlántida**

**Actividad
sin costo**



**INSCRIPCIONES
4372 23 75**

**LOS PARTICIPANTES DEBERÁN CONTAR
CON UNA LAPTOP/CELULAR**



SE VIENE EL MUNDIAL DE FÚTBOL DE CATAR!! Y PARA NOSOTROS, LOS AMANTES DE LA CASACA "CELESTE" ES UN ORGULLO PARTICIPAR DE DICHO EVENTO. DESDE ESTE NÚMERO, VAMOS A REGALARLE CARICATURAS DE GRANDES ÍDOLOS DE NUESTRA SELECCIÓN DE TODOS LOS TIEMPOS. ESPERAMOS LES GUSTEN!!



La Caricatura

RODOLFO RODRÍGUEZ, "EL PANTERA"

NACIÓ EL 20 DE ENERO DE 1956 Y FUE CAMPEÓN DEL MUNDIALITO DE CAMPEONES DE 1980 Y DE LA COPA AMÉRICA DE 1983. UN GRANDE!

Mateo X CHECHO



La caricatura, es un regalo único, original, divertido y a tu alcance!!

Consultá por la tuya, regalá una sonrisa.

☎ 096 734 151

SÁBADOS Y DOMINGOS (EN VIVO)
EN EL ÁGUILA / VILLA ARGENTINA



★ CARICATURAS ★ - CARTOONS -

Método tradicional o digital a todo color
Formato A3 (29,7 x 40 cm)

VILLA ARGENTINA
CHECHO
PRODUCTIONS
CHECHO.UY





SACÁ CUENTAS\$
SER SOCIO DEL CCIFA
ES BUENA IDEA



40% DESCUENTO



20% DESCUENTO



DESCUENTOS
EN CURSOS Y CARRERAS
UNIVERSIDAD ORT



10% DESCUENTO
SEVP SEGURIDAD



15% DESCUENTO
SCÓPICE SEGURIDAD



5% DESCUENTO
IMPRESORA CAPPI



DESCUENTOS
EN TASAS Y REQUISITOS
REPÚBLICA MICROFINANZAS

**ESCRIBANOS
Y ABOGADOS**

DESCUENTOS
EN ASESORAMIENTO



DESCUENTOS
TRÁMITES, PROYECTOS
Y ASESORÍA

Martino's
Servicio integral de catering

10% DESCUENTO
MARTINO'S CATERING



15% DESCUENTO
PARQUE DE VACACIONES
UTE Y ANTEL



**PAGÁS EL
PRECIO MAS BAJO**



DESCUENTOS
Y ÓRDENES SIN COSTO



20% DESCUENTO
COLEGIO ROSARINOS



10% DESCUENTO
LIBRERÍA MARTÍN FIERRO



10% DESCUENTO



25% DESCUENTO



10% DESCUENTO
EN REPARACIONES



5% DESCUENTO



**DESCUENTOS
ESPECIALES**



10% DESCUENTO



**TARIFAS
PREFERENCIALES**



10% DESCUENTO
Software Facturación Electrónica

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

BALMELLI MARTÍNEZ

Estudio Jurídico

Por **Andrés De Mello**



Y LA RAZÓN-GUÍA, ES LA MADRE DE LA RESPONSABLE DEL ESTUDIO JURÍDICO BALMELLI MARTÍNEZ, LA SRA. FLORENCIA MARTÍNEZ, A LA CUAL AGRADECEMOS POR SU AMABILIDAD AL ACEPTAR LA PRESENTE ENTREVISTA; ADELANTE CON LA MISMA.

*"El cliente necesita apoyo y acompañamiento, no sólo en lo legal."
"Se puede tener como compañera la fantasía, pero se debe tener como guía a la razón." Samuel Johnson*



A: ¿Cómo eliges la profesión de abogada?

FM: En principio no tenía muy claro qué era lo que quería hacer con mi vida adulta. Así es que pase por varios rubros y etapas probando distintas cosas antes de decidirme por la abogacía. Por suerte conté con el apoyo de mi familia en cualquier cosa de las que decidía hacer. Todo empezó a la hora de elegir la orientación en secundaria, no me convencía ninguna opción de las que ofrecía el liceo, porque humanístico eran muchas letras y me iba mejor con los números, pero científico no me llamaba tanto la atención, es ahí que opto por anotarme en el bachillerato de administración de la UTU, donde además sabía que tenía buena salida laboral. Durante esos

tres años daba clases de inglés en un colegio y además hice dos cursos privados de maquillaje. Cuando egresé me anoté en la licenciatura en relaciones laborales, porque dentro de la rama del Derecho era esa la que más me gustó siempre, al igual que a mi madre. Hice un año de eso pero no quedé muy convencida, ya que al egresar no era una opción muy viable trabajar de forma independiente que es lo que más me gustaba. Posteriormente a eso, me anoté a un llamado a BPS y quedé trabajando en Pando, al principio como era verano trabajaba de noche en la feria de al lado de Mc. Donald's y luego en el año lectivo seguí con algunas materias de relaciones laborales y en la noche volví a la UTU, esta vez a maquillaje. Duré un año en el trabajo de BPS, cuando se me presenta la posibilidad de dejar de ser pasante para ser contratada me di cuenta que eso no era lo que quería para mí, la rutina me tenía agotada, si bien es un ingreso seguro, un trabajo lindo, no era lo mío. Es recién ahí con 21 años que decido estudiar abogacía, algo que me permitiría dedicarme a la rama de derecho laboral que es lo que me gustaba y hacerlo de forma independiente. ¡Mamá feliz!

A: ¿Dónde estudiaste?

FM: Como te comentaba, hice bachillerato en la UTU y me pasó que cuando me quise anotar para la carrera de abogacía en la UDELAR me dijeron que no podía ingresar, que tenía que dar exámenes del liceo que me faltaban, pero no sabían cuáles eran. En el liceo pregunté, tampoco sabían y en la UTU menos, ya que cuando me anoté me habían dicho que podía ingresar a la facultad de Derecho en todas sus carreras. Para ese entonces donde nadie podía darme una respuesta certera era febrero, tenía dos opciones, perdía un año intentando averiguar y rendir esos exámenes que no tenía idea cuáles eran o iba a una universidad privada. La que me admitía con mi perfil de egresada en UTU era la Universidad de Montevideo con una prueba de ingreso, el tema es que el costo era muy elevado, pedí beca y me la concedieron. Así fue que comenzó mi camino en la abogacía.

A: ¿Cómo fue la época de estudiante?

FM: Difícil, primero que nada el tema de viajar a Montevideo todos los días era bastante cansador. En segundo lugar estaba ingresando a una Universidad privada donde los grupos son bastante chicos y cerrados, mis compañeros se conocían del liceo o compartían otras cosas en común que yo y algunos pocos desconocíamos. Además de eso yo ya era "grande" ellos tenían 18, recién salidos del liceo. A todo eso, que yo no me sentía tan cómoda, súmale que tenía que mantener un promedio de 8 para no perder la beca. Mentalmente agotador.

A: ¿Sólo estudiabas o también trabajabas?

FM: Bueno, no tenía un horario de trabajo que cumplir ni tareas fijas. A veces, cuando mi madre necesitaba la ayudaba en el estudio o hacia algunos trámites en juzgados y eso. Además también vivía con mi bisabuela, que ya estaba grande, tenía 91 cuando empecé la carrera. Si bien había gente que la cuidaba durante el día, a la noche quedaba a mi cargo, y ya más sobre el final de la carrera, un tiempo antes de fallecer se puso un poco rebelde, no quería acostarse a dormir, intentaba escaparse y esas pillerías que me dejaban sin dormir mucho y me cansaban más que un trabajo de 8 horas.

A: ¿Cuáles son las diferencias que notaste entre la carrera y lo que te hizo elegirla?

FM: Diferencias muchas, es muy difícil imaginar todos esos libros leídos aplicados a la vida real. Como te comentaba, lo que me gustaba era el derecho laboral principalmente y poder ejercerlo de forma independiente. En el transcurso conocí otras materias que también me fueron gustando y que actualmente ejerzo.

A: ¿Cómo te sentiste al recibirte?

FM: Liberada. Tener que dejar de viajar fue lo mejor (risas). En verdad, cuando di mi último examen y lo salvé lo primero que pensé fue eso. No caí mucho en que me había recibido y que implicaba eso. De todas maneras,



después de un año extrañé un poco el ser estudiante y me anoté en el CERP para hacer profesorado de derecho, pero no pude seguir mucho más, hice algunas materias de primero y segundo. Tuve que dejar porque no me daban los tiempos, ni la mente.

A: ¿Cómo fueron tus primeros años de abogada?

FM: Fue un poco abrupto el comienzo, unos meses después que juré que eso es lo que me habilitaba al ejercicio de la profesión, mi madre (que es mi guía ya que lo que te enseñan en la universidad no tiene nada que ver con el ejercicio) tuvo un ACV quedando un tiempo internada y luego fuera del ejercicio por un lapso que para mí fue una eternidad. No solo por el temor y la angustia de lo que pudiera pasar con ella, sino que además tenía que hacerme cargo del estudio, con casos y clientes que yo aún no conocía y sin poder consultar con mamá para no generarle más estrés.

A: ¿Cuáles fueron tus primeros retos?

FM: Bueno, ese comienzo fue el mayor reto de todos. Luego está el día a día habitual, el trato con los clientes ya que nadie viene a un abogado porque este en un buen momento, sino que tienen algún problema. Con todo lo que ello implica, incluida la carga emocional. Donde además también es difícil entender que en el derecho nada es blanco o negro, todo tiene distintas interpretaciones y que el resultado de un proceso no depende solo de mí, sino de varios factores.

A: ¿Hay diferencias entre la práctica diaria y la parte teórica?

FM: Mucha, considero que la universidad, aunque tengas practicas no te prepara para la vida laboral. Es como una nueva carrera de aprendizaje que nunca termina.

A: ¿Cómo es llevar adelante el legado de tu madre, que es una referente?

FM: Difícil, mamá siempre fue un referente como vos decís acá en la zona, y tratar de estar a la altura de las circunstancias es difícil. Si bien la forma de trabajo y los valores los aprendí de ella siempre queda esa duda de si lo estoy haciendo bien o no.

A: ¿Es una profesión que obliga a actualizarse constantemente?

FM: Siempre, a diario. Cada vez que surge una consulta, tengo que chequear que no exista alguna norma que haya cambiado lo que sabía hasta ese momento. Al igual que cuando se aprueba alguna ley, trato de interiorizarme en los cambios que genera a la normativa vigente hasta el momento.

A: ¿Cómo es trabajar en familia en este rubro?

FM: Lindo, la verdad que el ambiente de la abogacía podrás imaginar que no es fácil, siempre estamos enfrentándonos a conflictos, entonces tener un respaldo y que sea por parte de un familiar es lo mejor.

A: ¿Cosas a favor y en contra?

FM: Bueno, como favorable el apoyo que mencionaba, y la confianza. Si



algún día una está mal y eso genera alguna discusión sabe que el día de mañana cuando estemos más tranquilas todo va a estar bien. Contra, que es difícil separar el trabajo de la familia. Los fines de semana no queremos ni vernos, porque eso implica que siempre algo de trabajo surge y además estamos juntas de lunes a viernes. Antes pasaba también con mamá, ahora que está jubilada solo me pasa con Fiorella.

A: ¿Recuerdas tu primer caso?

FM: Bueno, más o menos. Tengo en mente uno que fue una adopción que mamá estaba haciendo hacía años y justo la última audiencia yo ya había jurado, entonces la acompañé. ¡Ay, la felicidad de esa señora! Esa es la parte más linda de la profesión. La verdad no me acuerdo si fue o no la primera, pero es la que me quedó en el recuerdo. Como yo ya venía haciendo cosas desde antes me cuesta recordar cuál fue el primero que inicie como abogada.

A: ¿Además de Derecho Laboral en qué otras áreas estás trabajando hoy?

FM: Ahora con la inmobiliaria estoy con temas de contratos de arrendamiento, desalojos y demás cosas que tengan que ver con inmuebles. Otra cosa que últimamente estoy haciendo bastante es violencia de género y temas de denuncias de abuso, esto en realidad fue porque llegaron a mí un par de personas buscando ayuda que no encontraron en otro lado, no por el lado profesional sino más humano. Esta profesión a veces nos lleva a

abstraernos de las situaciones y el cliente que está viviendo un momento así necesita apoyo y acompañamiento, no solo en el ámbito legal.

A: ¿Por qué eliges Atlántida para instalar tu estudio?

FM: Soy de acá, siempre viví en la zona y la verdad no puedo imaginarme trabajando en otro lado. Además de eso Atlántida está en crecimiento constante, cada vez más gente y también más juzgados que es donde trabajo. En lo que refiere a la inmobiliaria incluso, nuestra idea es dar a conocer la zona como un lugar para vivir todo el año. Antes uno pensaba en Atlántida y se le venía a la mente el verano, actualmente contamos con un montón de facilidades, servicios y locomoción que lo hacen un lugar hermoso para vivir, trabajar, estudiar acá mismo o en Montevideo. Es por esto que apuntamos más al tema de ventas y alquiler anual y ya no tanto a temporada.

A: ¿Cuándo y cómo anexas la inmobiliaria?

FM: Fue en julio de 2019. Lo hicimos como una posibilidad de expansión y crecimiento, teniendo a favor el conocimiento de la zona y también el lado legal, teniendo que estudiar más a fondo algunos temas.

A: ¿Por qué eliges ese rubro como anexo al estudio?

FM: La verdad está bastante relacionado con la abogacía, desde el lado de los clientes surgen muchas dudas que como abogada puedo evacuar,

cosa que tal vez no podría si solo hiciera la parte inmobiliaria. Si bien es mi hermana quien está en el día a día, atención al público y demás, sabe que cuenta conmigo para lo que sea que surja, principalmente redacción de contratos, consultas y también el tema de control de gastos e ingresos de alquileres ya que el bachillerato en administración también me dio ese conocimiento. Ella estudió secretariado ejecutivo en el Crandon, es mucho más organizada y prolija que yo, nos complementamos, ella me ayuda como secretaria en el estudio y yo la ayudo como abogada y auxiliar contable en la inmobiliaria.

A: ¿Pasatiempos para salir de la rutina?

FM: Actualmente no tengo más que intentar sobrevivir a las exigencias del trabajo y ser madre de una niña de un año, con todo lo que ello implica. Aún estoy adaptándome a esta nueva etapa y conjugar ambas cosas, afortunadamente tengo todo el apoyo de mi familia para poder lograrlo. No tengo mucho tiempo libre, pero antes cuando tenía lo usaba para leer, y si era en la playa mejor, ahora tengo que tener cuidado que la bebe no me arranque páginas y si vamos a la playa estar con 4 ojos para que no se me escape, así que imposible.

A: Muchas gracias por tu tiempo.

FM: Muchas gracias por esta oportunidad y por tenernos en cuenta, siempre leo las entrevistas de la revista y me encanta lo que hacen. Estamos notando un gran cambio en la zona y todo eso gracias a ustedes, y los comercios que están dando una nueva vida al Balneario.

NUESTRO STAFF



GERENTE

ALICIA PÉREZ ALVARIZA

ENCARGADA DE OFICINA

LAURA NAVARRO

ÁREA LABORAL Y TRÁMITES

ALBA CRUZ

CRISTINA PÉREZ

CAROLINA MÁRQUEZ

VALERIA CORREA

VIVIANA LAPLACE

ANDRÉS DE MELLO

KARINA BORGES

CAPACITACIÓN, VENTA Y TRÁMITES

VIVIANA CONTRERAS

ÁREA CONTABLE

PAOLA GARRIDO

KARINA MEDINA

GESTIÓN DE PAGOS

MICAELA NOVIS

CONTADOR

ADRIANA CHOCHO

DANIEL MUZI

MANTENIMIENTO

LETICIA PIÑA

ESTAMOS CERCA DE TI

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

RUPE

(Registro Único de Proveedores del Estado)

FIRMA DIGITAL

CUD

(Certificado Único Departamental)

EXONERACIONES RURALES ANTE IMC

IMPUESTO A PRIMARIA DE RURALES

TRÁMITES ANTE PEAJE

REGISTRO DE EMPRESAS INDUSTRIALES

CERTIFICADOS ÚNICOS ESPECIALES

INSCRIPCIONES MTOP

FACILIDADES DE PAGO BPS / DGI

CERTIFICADO PYME DEL MIEM

VENTA DE PEGAMENTOS ANTE MIEM

OBRAS DE REGULARIZACIÓN BPS Y DGI

REGISTRO ANTE DINAMA

ID IDENTIDAD DIGITAL

PERMISOS O RENOVACIONES INAU

UN PROGRAMA DE
PEPSICO

DEL ALIADO A VOS
FUNDES

**mujeres
CON
propósito**

Nuevo Ciclo 2022

Inicio de Talleres

Martes 3 de mayo

14:30 A 16:00 hs.

Gratuito

100% virtual

hola@mujeresconproposito.net

095 177 989

www.mujeresconproposito.net

Un programa de capacitación sobre emprendedorismo y empleabilidad para empoderar económicamente a las mujeres de latinoamérica.

Formá parte de una red única de formación profesional y desarrollo personal, para hacer crecer tu negocio.

IMPLEMENTADO POR:

ALIADOS:



Por **Mabel Bemposta**



RECOMENDAMOS

"Tras vuestros daños vendrá el llanto originado por un justo castigo." Dante, La divina Comedia.

"FRUTOS DEL VIENTO" (2022), película norteamericana, estrenada en la plataforma Netflix. Dirigida por Charlie McDowell y protagonizada por Jesse Plemons, Lily Collins, Jason Segel y Omar Leyva. Se trata de un hombre que violenta una casa de vacaciones vacía pero todo se complica cuando los dueños aparecen. A pesar de que la presentan como una película del género dramático y suspenso, la sentí más una comedia negra, quizás sea por mi tipo de humor.

Hasta la próxima.
Buena Vida.



ABITAB

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

ABERTURAS

Fenster Haus Ruta 70 a 500m de IB, Cuchi-
lla Alta, C. 098 046 898, fensterhaus.com.uy

ABOGADOS

Cecilia Pastorino T. 099 612 571
Florencia Martinez Balmelli
C. 098 724 209, T. 4372 4082, Atlántida
Maicol Calleros
C. 095 753 477, Atlántida
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

BasTour C. 093 304 720, 095 894 830,
bastour34@gmail.com

AGROVETERINARIAS

El Relincho Ruta 11 C. 099 343 908

ALOJAMIENTO

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

ALQUILER DE AUTOS

Auto Rent Calle 22 esquina Av. Pinares,
Atlántida, C. 093 834 788
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 Atlántida, C. 099 204 945

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. Arti-
gas, Atlántida, T. 4372 0879
Comité de Amigos Emaus "Mar y Sierras"
Av. Pinares e Interbalnearia, Pinares de
Atlántida Sur, T. 4372 1379

AUTOMOTORAS

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

AUTOSERVICES

Agrandaditos Av. Argentina entre W1 y
X, Parque del Plata Norte
Benji T. 4378 7888,
Jaureguiberry, Calle Ariel esq. Artigas
Contigo Ruta 11km. 165, City Golf,
T. 4372 0651

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 Lilo Santa Lucia del Este,
T. 4378 4871

Lo de Ramón T. 4372 8448,
Las Toscas, Central y 7

Mercadito Norte 17 entre W y X,
Parque del Plata Norte

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

La Vía Lurnaga y Canelones, Pando,
C. 095 066 906

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

BAROMÉTRICA

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

ARTÍCULOS DESCARTABLES

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

CALEFACCIÓN

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

CAMIONES

HPintado Camiones T. 4372 5392, 4372
7446, Atlántida

CARNICERÍAS

Beef House Giannatassio esq. Río de Ja-
neiro km 21.300, Lagomar, T. 2695 9214,
C. 099 404 410

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

CARPINTERÍAS

El Patter Ruta Interbalnearia Km. 79.200,
Jaureguiberry, C. 095 465 594

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
Gabriel Delisa C. 094 242 978,
Circunvalación esquina 11, Atlántida

CLUBES / DEPORTES

Club El Descubrimiento
Ruta Interbalnearia Km. 59.800
T. 4378 2141 - 4378 2143
info@eldescubrimiento.com

COETC Joanicó 3725, Montevideo,
T. 2506 4545

COMIDAS

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

Carrito Atlántida Calle 11 esq.
Interbalnearia, C. 092 498 289

El Indio Ruta 11 y Camino Viejo, City Golf,
C. 098 617 562

Martino's Servicio Integral de Catering
C. 099 967 400

Porotas Vegano y sin gluten, 1 e/ Diago-
nal Sur y 4, Atlántida, C. 097 094 863

Toque Orgánico T. 4372 3448



CONSTRUCCIÓN

Ademar Correa C. 096 399 577, Pinamar

Fernando Calleros

Pinars de Atlántida, C. 097 017 493

Geremias Amarillo C. 091 377 431

Hormigón Oriental R. Interbalearia km.

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

Juan Raúl Olivera Calle 23 esq. 25,

City Golf, Cel. 095 694 698

Quinchados Santos C. 099 331 073

Techos HG C. 095 633 732

CAMPING, CABAÑAS, PISCINAS

Centro de Vacaciones de CEA

T. 4372 4171 Avda. pinars, Atlántida

CRÉDITOS

República Microfinanzas Av. Libertador

1672, Montevideo, T. 2901 6040

DISEÑO GRÁFICO

DaDa Desing Studio C. 099 142 348

Diego Nogueira C. 099 336 427

DISTRIBUIDORAS

Almacenes Mediato

Las Vegas, T. 4373 5203

Cigarrillos Ana Paola Castillo,

C. 095 566 502

Cigarrillos Roberto Garibotti,

C. 098 959 710

Marsella e Hijos T. 4372 7334

Ruta 11 Km 164,500

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

Gonzalo Negrone

C. 098 075 854, San Luis

ELECTRODOMÉSTICOS

Laser TV T. 4372 2547, Atlántida,

Calle 22 e/11 y Rep. de Chile

Mueblería Marrero R. Interbalearia Km.

46.600, Atlántida, T. 4372 0550

EMERGENCIAS

Sapp Emergencia Móvil T. 1910,

informes al 22921575 int. 2

Su Emergencia T. 1921

EMPRESAS FÚNEBRES

Empresa Atlántida T. 2292 0427, 4399

2070, 4372 0122, Pando, San Jacinto y

Atlántida. Ruta 11 km 165

Empresa Interbalearia T. 4372 4231,

Atlántida, Inter. Km. 46,500 esq. 52

ENSEÑANZA

Instituto Neruda T. 4372 1771, R. Interb.

km. 45.800, Calle Laborido esq. 50

Juan Salvador Gaviota Shangrilá,

T. 2682 2587

Ntra Señora del Rosario T. 4372 2923,

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

ESCRIBANOS

Fanny García T. 4375 3098,

Parque del Plata, Calle 9 y B

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

P. del Plata, C. 099 759 476

Lorena Álvarez Umpiérrez

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

María Acosta C. 095 156 608

ESTACIONES DE SERVICIO

Ancap Atlántida R. Interbalearia,

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

Walter Facelli C. 092 784 842

EVENTOS

Leonardo Rissotto Interbalearia Km.

40,200, Marindia, C. 095 066 161

FÁBRICAS DE PASTAS

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

Toro y Sarandí, Salinas, T. 4376 3243

Santa Paula La Floresta T. 4373 9674,

La Floresta, Calle 33 y Muttoni

Santa Paula Atlántida Roger Balet e/ Av.

Artigas y 3, Atlántida, T. 4372 8456

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 Matajojo, Lavalleja

FERRETERÍAS

AMI 30 entre 26 e Independencia, Bello

Horizonte, T. 4373 7566

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

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

Don Rocco

Av. Artigas y Calle 12, Atlántida

Hortícola El Fortín T. 4372 3757,

4372 0537, Camino El Fortín

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

Las Toscas, Ferreira e/ D y E

Huerta Viva 2 Artigas y Garibaldi, Pando,

T. 2292 1920

La Juli Las Achiras entre 7 y 8,

Estación Atlántida

Mega Almacén Av. Circunvalación entre

3 y 11, Atlántida

Pilar Simon Bolívar y Caruso, San Luis,

C. 093 703 867

HOTELES

Argentina T. 4372 2414,

4372 1728, Atlántida, Calle 11 y 24

Paradise T. 4372 1573, Atlántida,

Rambla y Calle 10

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 C. 094 323 464 y 094 892 197, 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

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
Lariau Propiedades Calle 25 esq. E, P. del Plata, T. 4375 6736, C. 094 406 676
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

La Rotonda Circunvalación y Plaza de la Madre, Atlántida
Lo de Vero Calle 30 esquina I, Parque del Plata, C. 094 627 001
Lorena Mario Ferreira y Calle 13, 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

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

MUEBLES / BAZAR

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

Emebe Gregorio
Mígues esquina Varela, Mígues
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
Mister Ponce Calle W entre 17 y 17 Bis, Parque del Plata, C. 093 603 588

PELUQUERÍAS / ESTÉTICA

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

PERIÓDICOS

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

PESCA

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

PINTOR DE LETRAS

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

PSICÓLOGOS

Ines Vazquez Bachino C. 099 559 328, La Floresta
Marianela Durán Psicóloga y Dip. Psicopedagogía C. 096 847 132
Natalia Arreche C. 099 373 153

PSICOPEDAGOGAS

Martha Paulos
Tel. 098 806 046, Atlántida



PUBLICIDAD

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

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

RESIDENCIALES

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

RESTAURANTES

22 Bar Calle 22 y 1, T. 4372 8625
Carlitos Mario Ferreira y Calle 9, Parque del Plata, T. 4375 5419
Don Vito T. 4372 7458, Calle 11 y 22, Atlántida
Índigo Rambla y Rep. de Chile, Atlántida, T. 4372 2702
La Birra C. de Montevideo y 11, Atlántida
La Fontaine Peatonal Atlántida, T. 4372 7272, C. 093 642 010
Las Carabelas Ruta Interbalnearia Km 59.800, T. 4378 2141
Qualis Ruta Interbalnearia km. 50,500, Parque del Plata
Rincón el Águila Ruta Interbalnearia km. 44, Villa Argentina

RESORTS

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

ROTISERÍAS

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

SANITARIA

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

SEGUROS

Bianco y Rosé SRL T. 4372 2783, C. 099 605 116, Atlántida, Calle 22 y Artigas
Gonzalo Quintana Diagonal 11 y J. P. Varela, Parque del Plata, C. 099 759 476
Grupo Sur Seguros C. 099 179 702, Roger Balet esq. Rep. de Chile Atlántida

SERVICIOS

Aries C. 096 334 001, C. 096 111 214
Gustavo Guisolfio
San Luis, C. 095 627 491
La Familia Limpiezas de terrenos y Jardines, C. 092 561 917

SUPERGAS

Acodike T. 4375 4040, C. 098 065 914
Supergas Atántida T. 4372 8430

SUPERMERCADOS

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. 096 724 040

TIENDAS

C y R Calzados Avda. Artigas entre 18 y 20 (Expo), C. 093 871 928
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

TRANSPORTES

Pimar Ltda T. 4372 1513, Atlántida, Circunvalación e/ 7 y 9
Transporte Atlántida Itapebí e/ Amancay y 25, Marindia, C. 095 851 910, 097 058 552
Walter Hernández T. 4372 5036

VETERINARIAS

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

VIGILANCIA / ALARMAS

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

VIVEROS

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

HAY GENTE QUE
TODAVÍA PREGUNTA
POR QUÉ COMPRAMOS
EN COMERCIOS LOCALES?

PORQUE SON
**NUESTROS
VECINOS ...**

PORQUE NOS DAN
UN TRATO MAS
**CÁLIDO Y
PERSONAL ...**

PORQUE PRODUCEN
**FUENTES DE
EMPLEO ... Y ...**

PORQUE GENERAN
**CRECIMIENTO PARA
NUESTRA
COMUNIDAD!!!**

**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



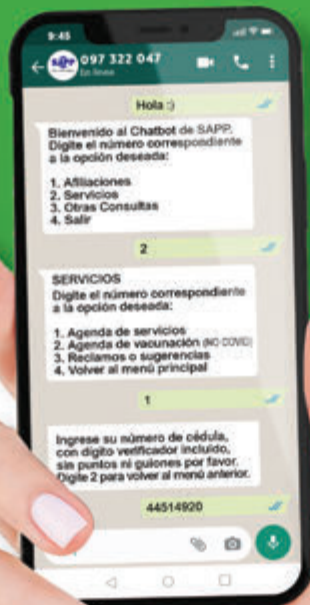
NUEVO SERVICIO

Ahora podrás **agendarte** y hacer otras consultas desde la **palma de tu mano**.

097 322 047

A través de **nuestra línea de WhatsApp** puedes realizar los siguientes trámites:

- ✓ **Afiliaciones**
- ✓ **Servicios:**
Agenda: Medicina General, Pediatría, Especialistas y Vacunación.
- ✓ **Otras consultas**



www.sapp.com.uy

"Ta"

LOGÍSTICA Y DISTRIBUCIÓN