

AÑO 14
NÚMERO 156

CENTRO



SETIEMBRE
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

SEPTIEMBRE 2022

Tenemos que destacar los resultados del excelente trabajo en las encuestas del Observatorio Económico de Canelones en nuestro centro obtuvimos un porcentaje de respuestas muy alto, que habla del compromiso del equipo y de nuestros socios con la institución.

Que los socios nos vengán acompañando de esta manera tanto en este proyecto como en las actividades de Capacitaciones y el ciclo de Charlas nos da un fuerte empuje para seguir trabajando en este camino.

Agradecemos todo ese apoyo y seguiremos trabajando en nuevos proyectos que están por venir.



CAMILO UHALDE

Presidente CCIFA

En este número



NEGOCIANDO PARA GANAR

Página 6



CAPACITACIÓN EN VENTAS

Página 16



TOMA DE DECISIONES

Página 12



📍 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)

Julio/2022 256.26

Variación 0,77

Salario Mínimo Nacional (SMN)

Enero 2022 \$ 19.364

Base de prestaciones y contribuciones

Enero 2022 \$ 5.164

Ajuste por inflación

Julio 2022 - IPC 9.56 %

Variación IPC 36m Jul 2022 29.46 %

Unidad indexada (UI)

26/08/2022 \$ 5,4977

Desempleo

Junio 2022 8,40 %

Unidad reajutable (UR)

Agosto 2022 \$ 1.446.76

Unidad reajutable de alquileres

Julio 2022 \$ 1.445,65

¿SABÍAS QUE...?

→ El monto a pagar al Banco de Seguros del Estado por concepto de Accidentes Laborales sale del monto de sueldos que se informa en la nómina del BPS, sino envías en tiempo y forma la información al BPS, el BSE no puede emitir la factura, pudiendo ocasionar la pérdida de la cobertura por accidentes laborales del personal.

→ La factura de BSE vence el quinto día (corrido) del mes siguiente (todos los meses), sino se abona a la fecha de vencimiento, la póliza cae, quedando sin cobertura el personal, para regularizarla, se debe ir a las oficinas del BSE pagar y reactivar la cobertura.

→ Se podrá solicitar a DGI el beneficio de buen pagador por única vez en el año siempre cuando la empresa en los 12 meses anteriores al incumplimiento haya efectuado en tiempo y forma sus obligaciones formales con al DGI. Las obligaciones tributarias deben abonarse dentro del mes de vencimiento.

→ Los trabajadores de la actividad privada y los trabajadores independientes de industria y comercio y rurales (monotributistas, patrones de unipersonales hasta 5 empleados, cónyuges colaboradores) tienen derecho a una contribución económica ante el BPS por: lentes, prótesis, ortesis.

→ La actividad de jardinería no vinculada a un proceso agropecuario está comprendida dentro del ámbito de afiliación de Industria y Comercio, por lo que se rige por el régimen general de aportación.





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



Charla
29 set
19.30 hs.

Negociando para ganar

Charla abierta sobre el método win win de negociación
y su aplicación en las condiciones de la actividad
empresarial y social en la Costa de Oro

Expone Marcelo Barzelli

CONSULTOR INTERNACIONAL, ASESOR DE EMPRESAS Y ORGANISMOS PÚBLICOS URUGUAYOS Y LATINOAMERICANOS

Consultas
info@ccifa.com.uy
Tel. 4372 2375



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

URUGUAY: NO TAN CHIQUITO... ¿PERO TAL VEZ DESIERTO?

Por **Wilson Mesa**



Muchas veces se alude al pequeño tamaño de nuestro país y se repite la manida frase del “paisito” que, aunque sea dicha cariñosamente siempre suena un poco despectiva.

Esa sensación de que vivimos en un país muy chico en cuanto a superficie se debe a que estamos rodeados de dos gigantes, como lo son Brasil y Argentina.

Brasil, es un país continente que tiene 8.514.877 km² de superficie. Y Argentina 2.766.890 de km².

En cambio, Uruguay tiene una superficie de 176.220 km², sin contar la parte marítima.

Ya de por sí eso nos hace pensar que somos “chiquitos” en territorio y si agregamos que, en realidad, de América del Sur solamente superamos a Surinam, entonces la sensación se agudiza.

O sea que “en el barrio” tenemos esa entidad de ser “un pequeño país de América con forma de corazón”, como alguna vez escribió Gabriela Mistral.

CUESTIÓN DE PERSPECTIVA

Sin embargo, todo es cuestión de con qué países nos comparamos en cuanto a superficie. Y es importante tener muy en cuenta que hablamos de superficie territorial (espacio disponible). Ya que, si agregamos la variable población, las ecuaciones cambian y no precisamente a favor nuestro.

Porque Uruguay es un país con muy baja densidad poblacional, siendo su territorio totalmente habitable. Pero eso ya es otro tema, aunque no menos importante.

Cuando hacemos la comparación del país con otros, ya no de América sino del mundo, nos encontramos con sorpresas muy interesantes, como verán a continuación:

Se puede ver –analizando números– que el nuestro no es un país tan chiquito como se repite continuamente.

De 198 países del mundo, hay 87 más grandes que Uruguay, pero hay 110 que son más pequeños.

Otra forma de dimensionar el tamaño del país es comparándolo con cinco (5) países de Europa que entran juntos de forma casi exacta en el mapa del Uruguay: SUIZA, HOLANDA, BÉLGICA, DINAMARCA y LUXEMBURGO.



Comparativo con Dinamarca - Bélgica - Holanda - Luxemburgo

Aquel mapa que nos presentaban en la Escuela y que no comprendíamos mucho el por qué y para qué nos lo mostraban, con el paso del tiempo se olvidaba y quedaba perdido por ahí.

SUIZA - Superficie: 41.290 km² y población: 8.740.000 hab.

HOLANDA - Superficie: 41.540 km² y población: 17.600.000 hab.

BÉLGICA - Superficie: 30.530 km² y población: 11.631.000 hab.

DINAMARCA - Superficie: 42.920 km² y población: 5:880.000 hab.

LUXEMBURGO - 2.590 km² y población 645.400 hab.

URUGUAY - Superficie: 176.220 km², Población: 3:485.152 hab.

Observemos que, en cuanto a la población, cualquiera de ellos nos supera, salvo Luxemburgo, y juntos suman más de 44 millones de habitantes.

No quiero dejar de mencionar otro ejemplo muy impactante:

INGLATERRA, la cuna de Shakespeare, que forma parte de las Islas Británicas y limita con Escocia y Gales.

Su capital es Londres. Pues bien, Inglaterra tiene menos superficie que Uruguay, 130.395 km² y una población de 56 millones de habitantes. (Londres solamente tiene casi 9 millones) ¡Qué tal!

ALGUNOS MITOS QUE CAEN

Pero si seguimos comparando territorios de países con el nuestro nos encontramos con sorpresas tales como que:

MONTEVIDEO - Con 530 km², es el más pequeño de los 19 departamentos del Uruguay y, aun así, es más grande que 5 países juntos, (3 de Europa y 2 de Oceanía): el Principado montañoso de ANDORRA; el Principado de MÓNACO; el VATICANO la capital del cristianismo, y las islas del Pacífico, NAURU y TUVALU.

Montevideo: 530 km² / Andorra - 468 km² / Mónaco - 2 km² / Vaticano - 0,44 km² / Tuvalu - 26 km² / Nauru - 21 km².

Esto es sólo un ejemplo, porque estos países podrían ser intercambiados por otros, ya que hay otros 12 o 13 países más pequeños que el departamento de Montevideo.

FLORIDA, LAVALLEJA, SAN JOSÉ y CANELONES - Suman 29.961 km². Esto es más que la superficie total de ARMENIA, de 29.743 km², que cuenta con una población similar a Uruguay. Y puede sumarse también el territorio de ISLAS MARSHALL (181 km²).

CERRO LARGO y TREINTA Y TRES - Suman 23.178 km², equivalente a la suma del territorio de países como EL SALVADOR (21.041 km²), BAHREIN (760 km²), SINGAPUR (729 km²) y SANTA LUCÍA, (isla del Caribe de 616 km²).

En población sólo El Salvador tiene 6.700.000 hab., y Singapur 5.700.000 hab. TACUAREMBÓ (el departamento más grande) - Con 15.438 km² puede contener varios países, por ejemplo: MALTA, CABO VERDE y JAMAICA juntos, que totalizan 15.340 km². El paraíso caribeño (Jamaica) es el más grande de los 3 con 10.991 km² y casi 3 millones de habitantes.

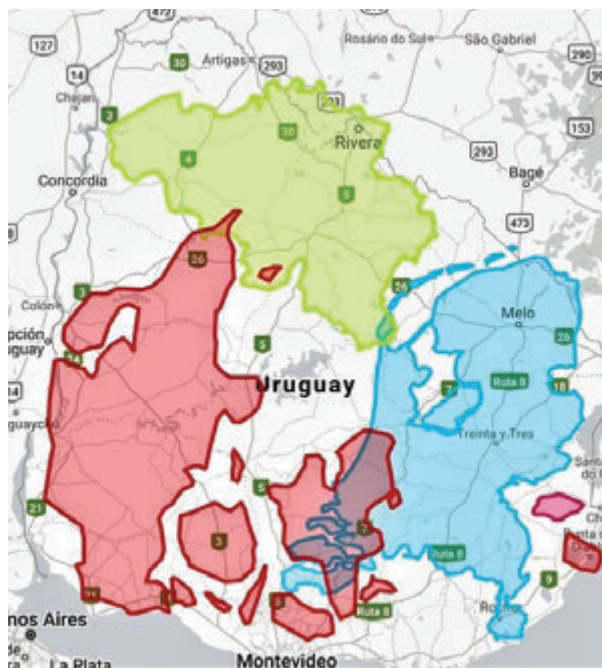
SALTO - Con 14.163 km² es el segundo departamento más grande de Uruguay, tan grande que caben las 700 islas, cayos e islotes de BAHAMAS (13.880 km²) y como aún sobra espacio, se puede agregar también al Principado de LIECHTENSTEIN con sus 160 km².

ARTIGAS y RIVERA - Los dos departamentos del norte suman 21.298 km² de extensión, más que el Estado de ISRAEL (20.700 km²) y BARBADOS (430 km²) juntos. Ser pequeño y árido no le impide a Israel tener más de 9 millones de habitantes.

PAYSANDÚ - Tiene 13.922 km² de extensión, mayor que la suma de la República de MONTENEGRO que tiene 13.812 km², 650.000 habitantes y 300 km de costa sobre el Mar Adriático; y la República de SAN MARINO, de solo 61 km² y 34.000 hab.

RÍO NEGRO - Con sus 9.282 km², es apenas más grande que la República de CHIPRE, en el mar Mediterráneo, que tiene 9.251 km² y 960.000 habitantes, sin contar los miles de turistas que llegan cada año atraídos por sus fabulosas playas.

MALDONADO - Es uno de los departamentos más pequeños del Uruguay, con 4.793 km²; pero es más grande que la



📷 Dinamarca (rosado) - Holanda (celeste) - Bélgica (verde)



📷 Comparativo con Inglaterra y Bélgica

suma de países como LUXEMBURGO (2.590 km²) el de los mejores salarios de Europa y el paraíso africano de MAURICIO (2.040 km²).

SORIANO - Con sus 9.008 km², es casi tan grande como PUERTO RICO, de 9.104 km² y que tiene una población de 3:700.000 habitantes,

COLONIA - Tiene una superficie de 6.106 km², similar a PALESTINA con 6.020 km². Con la pequeña diferencia que en Colonia viven 123.200 personas, y en el Estado Palestino son casi 5.000.000 de habitantes.

FLORES - Tiene 5.144 km² de tamaño, muy similar a TRINIDAD Y TOBAGO....Sólo en tamaño, porque tiene 5.130 km² y 1.400.000 hab. Mientras que Flores tiene 25.000

hab. Casualmente la capital de Flores también se llama Trinidad.

ROCHA – En el Chuy, por ejemplo, hay muchos comerciantes de origen palestino y libanés, y justamente el LÍBANO con sus 10.450 km² y sus 6.700.000 habitantes, entraría entero dentro de Rocha que tiene 10.551 km² de extensión y 25.422 hab.

DURAZNO - Tiene una extensión de 11.643 km² (57.000 hab.) y es más grande que QATAR, el país árabe que será sede de la próxima Copa del Mundo de Fútbol, este año. QATAR tiene sus ricos y a la vez desérticos 11.490 km² y una población de 2.930.000 habitantes.

CONCLUSIÓN

En primer lugar, pido disculpas a los lectores por la cantidad de números planteados en la crónica. Pero en este caso eran necesarios para no hablar en el aire.

En las comparaciones por Departamento podemos apreciar que entran al menos 28 países dentro de Uruguay y sus poblaciones suman 52 millones de habitantes. La población de Uruguay se concentra en las ciudades y centros poblados. Y se aprecia claramente un despoblamiento de la campaña –lo que viene sucediendo desde hace décadas- fenómeno multicausal que no analizaremos aquí, pero que tiene un efecto muy visible, por ejemplo, en la cantidad de escuelas rurales que se cierran año a año por la falta de alumnos. O sea, en la campaña no hay parejas con hijos y eso trae la inexistencia de niños y jóvenes como alumnos de los centros de estudio.

Por eso -y algunas cosas más- en el título utilizo la palabra “desierto” en forma cuestionadora.

El Uruguay es un país que pierde población, porque los nacimientos han pasado a ser menos que los fallecimientos. Se calcula -en forma proyectiva- que podemos llegar a ser un millón menos para el año 2.100, si no se encaran medidas concretas para un problema que es estructural y no coyuntural.

Mientras tanto, dejemos de decir que somos un país “chiquito”, ya que queda comprobado que no es así.



Comparativo con Bélgica, Holanda, Suiza y Dinamarca



Uruguay: división política



Uruguay - Inglaterra

Fuentes: Países y Economías - Banco Mundial - Datos / <https://datos.bancomundial.org/> / Javier Laprebendere, comparación por departamentos (en tweeter) / Naciones Unidas- reporte de población 2021 / Wikipedia.



LA IMPORTANCIA DE LA INFORMACIÓN PARA LA TOMA DE DECISIONES

Por: Mauricio Martínez

Sabido es por todos; que meses atrás hemos conformado con la CEC (Cámara Empresarial Canaria) a la que el CCIFA pertenece junto a otros Centros Comerciales del Departamento, un proyecto de desarrollo que ha contado con el apoyo y participación de la Cámara Nacional de Comercio y la OIT, que es la creación de un Observatorio Económico del Departamento. En función de ello todos nuestros socios han recibido una encuesta elaborada por Equipos Consultores con el fin de conocer las necesidades de cada zona del Departamento; nuestros asociados han recibido preguntas específicas que atañan a nuestra zona, desde lo Económico, Laboral, Social y Demográfico y pronto tendremos devolución analítica de las mismas.

Con enorme placer, y por qué no sorpresa; hemos tenido unas aproximadamente doscientas respuestas, lo que significa más de un 60% de nuestros socios superando ampliamente las expectativas, motivo que nos hace como Directiva agradecer su atención y compromiso para nuestro Centro y nuestra zona.

“Aproximadamente doscientas; aproximado un 60 %” de nuestra masa social se involucró en esta actividad. Pero por que un aproximado; qué tal si les contamos mejor que fueron doscientas treinta y seis y eso significa el 64% de todos ustedes. La información, la medición y su análisis son hoy claves en toda actividad

y eso es lo que tendremos cuando estos resultados sean analizados por Equipos Consultores.

Tendremos una información disgregada de cada área, sabremos como se comporta la economía, la sociedad, que cambios demográficos hemos tenido, dejaremos de evaluar nuestra actividad basada en percepciones para pasar a tener datos que nos permitan evaluar con criterios nuestras diversas actividades.

No será por lo que nos dice el Gastrónomo, el Inmobiliario, el Hotelero, el Pequeño y Mediano Comerciante como les fue en la temporada, o como logramos pasar la pandemia.

Sabremos realmente sobre donde estamos parados, sabremos los cambios que venimos experimentando; para que cada uno de nosotros con sus realidades heterogéneas comience a trazar un plan de negocios que nos permita desarrollarnos, crecer individualmente y como sociedad. Seremos como lo hemos sido; el motor de nuestras zonas, el motor de nuestros trabajos y el dueño de nuestros destinos, dejaremos de mirar de donde sopla el viento para comenzar a tener información veraz.

¿Cual es tu ventaja competitiva frente a tus colegas? ¿En qué te diferencias?, ¿Cuáles son las nuevas demandas de los clientes? ¿Como piensan nuestros colaboradores?

¿Como harás crecer tu negocio / emprendimiento?..... son preguntas que todos los días nos hacemos, pero por suerte no somos los primeros ni

mucho menos los últimos.

EL creador de la Estrategia Empresarial, Catedrático de la Universidad de Harvard; Economista Michael Porter, creador de cientos de libros, donde prevalecen sus ideas relacionadas al “El entorno de los negocios”; “Estrategia competitiva” “Ventaja competitiva”, “Como ser competitivo”, entre otros no han sido el resumen de la experiencia, la academia, sino que ha sido el tener indicadores, datos, reales, cuantificables.

Existen cientos de grandes mujeres y hombres de negocios que han sabido transformarse, adaptarse al cambio, superar tempestades y ser exitosos, no solo exitosos empresarios sino exitosas PERSONAS que es para lo que trabajamos y vivimos, exitosos no de éxito, sino de sentirnos plenos con uno mismo, de sentir que cada mañana despertamos y emprendemos con más entusiasmo.

Es un tema que apasiona y tiene miles de formas de encararse y más aun de grandes referentes.

Hoy desde el CCIFA dimos un pasito más junto a todos ustedes, comenzamos a saber, saber con certeza cual será nuestro punto de partida para que el éxito nos brinde felicidad, motivo más que suficiente, necesario y diría único para seguir desarrollándonos en nuestras actividades y como sociedad.

Nuevamente gracias por acompañarnos y un fraterno saludo cada uno de ustedes.

“

En cualquier momento de decisión, lo mejor que puedes hacer es lo correcto, la mejor cosa siguiente es lo incorrecto y lo peor que puedes hacer es nada

- Theodore Roosevelt

“

Sólo podemos tomar decisiones acertadas si sabemos cómo analizar e interpretar los datos.

- Avinash Kaushik

CARTELERA INFORMATIVA

BPS - Asistencia al Contribuyente

Se informan algunas novedades con respecto a la emisión y el pago de las facturas de obligaciones de BPS.

Código QR

Se incorpora en las facturas un código QR que permite abonarla sin necesidad de completar otros datos. Este código solo figura en las facturas que pueden ser pagadas a través del servicio Pagar facturas por número de referencia, por lo que quedan excluidas las facturas con importe 0 y las que son enviadas por correo postal.

Facturas de determinaciones tributarias

También se pueden emitir y descargar en línea las facturas correspondientes a deudas derivadas de una fiscalización (determinaciones tributarias. Por mas información comunícate con nuestra oficina.

Empleadores de Trabajo Doméstico y empresas sin dependientes (adheridas a cobranza descentralizada)

Se recuerda que los aportes mensuales pueden ser abonados en las redes de cobranza externa, tales como Abitab o Redpagos; con la factura impresa, la referencia de cobro o el número de empresa. No obstante, cuando el pago se efectúa pasada la fecha de vencimiento, es necesario proporcionar el número de empresa. En este caso, la factura incluirá las multas y recargos que correspondan.



Vencimientos SETIEMBRE 2022

BSE	5
BPS Con Personal Dígito 0 al 4	15
BPS Con Personal Dígito 5 al 9	16
IPE (Iva Mínimo)	20
BPS Sin personal y Domésticos	21
DGI - CEDE	22
DGI - CODECO y S. Personales	26
FONASA Serv. Personales	26

BPS - EXONERACIÓN APORTES PATRONALES

Por Decreto 254/022 del 08/08/2022, se exonera de aportes jubilatorios patronales a la Seguridad Social, a las agencias de viaje y las empresas dedicadas al transporte terrestre de grupos turísticos y excursiones. El mismo establece que dicha exoneración sea desde el 01/01/2022 hasta 31/12/2022

Constancia de historia laboral nominada

La historia laboral nominada es un detalle de los servicios y remuneraciones registradas en BPS a partir del 1/4/1996. Puede descargarse desde el portal de los servicios en línea o solicitarse de forma presencial, de no contar con usuario registrado.

A quién corresponde

Personas con actividades registradas en BPS desde el 1/4/1996.

Requisitos

En línea: Para acceder y descargar la constancia necesita contar con Usuario personal BPS.

Presencial: Podrá presentarse el titular con cédula de identidad vigente y en buen estado o su apoderado -registrado en BPS- con cédula de identidad y original o fotocopia de cédula de identidad del titular. En caso de constancias laborales de personas fallecidas, los solicitantes deberán ser herederos. A los efectos probatorios, deberán presentar un certificado notarial donde el escribano actuante establezca quiénes son las personas con vocación hereditaria (donde se incluya al solicitante) ya sea por conocimiento personal o por la documentación que tuvo a la vista.

Modalidad y lugar donde se realiza el trámite

En línea: A través del servicio Mis aportes e Historia Laboral, ingresando con su usuario personal BPS. Esta constancia está autenticada con código QR por lo que no es necesario que concurra a BPS para sellarla.

NUEVO VALOR COSTO PROMEDIO EQUIVALENTE (CPE)

Se informa que se estableció el nuevo valor del costo promedio equivalente (CPE) en \$3.796 a partir de julio de 2022 (decreto 250/022, de 29/7/2022).

Valores históricos CPE

Vigencia	Valor
jul-22	\$ 3.796,00
ene-22	\$ 3.563,00
jul-21	\$ 3.540,00
ene-21	\$ 3.442,00

Pago del saldo IRPF/IASS 2021

Los contribuyentes del IRPF y del IASS, podrán efectuar el pago del saldo del ejercicio correspondiente al 31 de diciembre de 2021 en 5 cuotas iguales de acuerdo al siguiente cuadro de vencimientos:

1era. cuota	30 de agosto de 2022
2da. cuota	30 de setiembre de 2022
3era. cuota	31 de octubre de 2022
4ta. cuota	30 de noviembre de 2022
5ta. cuota	30 de diciembre de 2022

AGENCIAS DE VIAJES Y EMPRESAS DE TRANSPORTE TERRESTRE DE TURISTAS Y EXCURSIONES

Exoneración de aportes patronales Se informa que, de acuerdo a lo establecido por la ley 20.040, de 6 de junio de 2022, y el decreto 254/022, de 8 de agosto de 2022, se exonera de los aportes jubilatorios patronales a la seguridad social a las empresas dedicadas a las actividades de agencia de viajes y transporte terrestre de grupos turísticos y excursiones. Esta exoneración comprende las obligaciones del período 1 de enero de 2022 al 31 de diciembre de 2022.

1. Empresas con actividad única de agencia de viajes

En estos casos, no se requiere gestión alguna por parte de los contribuyentes. La exoneración fue registrada de oficio y el crédito correspondiente al período comprendido entre enero y julio de 2022 podrá ser utilizado para el pago de las obligaciones que venzan a partir de setiembre.

2. Empresas con giro de agencia de viajes que, además, desarrollan otra actividad y empresas de transporte terrestre de turistas y excursiones

Estas empresas deben solicitar la exoneración de aportes. Para ello, tienen que enviar el formulario Declaración jurada de exoneración de aportes patronales: agencias de viajes y transporte terrestre de grupos turísticos y excursiones completo, por medio del servicio Iniciar solicitudes de trámites de ATYR, en el que deben seleccionar la opción Solicitud de exoneraciones especiales.

Utilización del crédito

En el caso de las empresas sin dependientes adheridas al sistema de cobranza descentralizada, el crédito se aplicará en forma automática a las facturas. Si cubre el monto total a pagar, no será necesaria la intervención del agente recaudador.

Las demás empresas deberán autogestionar la factura de aportes desde el servicio Emitir facturas, declaración jurada de no pago y pagar aportes, seleccionando la opción Uso crédito.



INEFOP

FUNDASOL

#Capacitación
empresarial

VENTAS

Duración: 12 hs.



**Del 15 al 27
setiembre**



**Martes y Jueves
de 19:00 a 22:00 hs.**

OBJETIVOS:

- Incorporar una concepción profesional sobre la venta y atención al cliente desde un enfoque centrado en el cliente.
- Incorporar herramientas para contribuir al cumplimiento de los objetivos de la empresa, a través del conocimiento y satisfacción de las necesidades reales de los clientes.
- Incorporar técnicas aplicables en el proceso de la venta y la atención al cliente.

Consultas o Inscripciones:
Centro Comercial, Industrial y Fomento de Atlántida



Firma de Acuerdo de Colaboración IMC-CEC

En la Ciudad de Las Piedras, las autoridades de la Cámara Empresarial Canaria y de la Intendencia Municipal de Canelones firmaron un importante acuerdo de colaboración para desarrollar y mantener un portal de empleo para el departamento de Canelones: El Portal Laboral Canario (PLC), el cual estará a disposición de los Empleados y Empleadores de todo el departamento de forma gratuita. El objetivo principal del Portal Laboral es proporcionar a las empresas de una herramienta fácil de utilizar, gratuita e impulsada por las cámaras y centros comerciales para conseguir mano de obra, generar nuevos puestos de trabajo y mejorar la empleabilidad, siempre teniendo un énfasis en la generación LOCAL de empleo. Lo que beneficia a todas las partes involucradas.



Fixture Mundial 2022

En la Edición de Octubre de la revista CENTRO, tendremos un Fixture del Mundial 2022, con las caricaturas de los jugadores realizadas por Checho. Si quieres que tu marca este en ella, debes comunicarte con nuestra oficina antes del 15 de Setiembre, son espacios limitados.



Becas en la UDE

Felicidades a las 5 empresas que obtuvieron a través de nuestra Institución, una beca del 70% para cursar el Postgrado Ejecutivo Experto en Habilidades Gerenciales. Agradecemos a la Universidad de la Empresa UDE, que nos brinda esta oportunidad, para los asociados. Es de interés Institucional acompañar a nuestros socios asociados en sus capacitaciones y trabajamos para obtener beneficios que los ayuden en sus formaciones. Consideramos que la información y la capacitación son puntales que los ayudan a crecer tanto en el nivel empresarial como en el personal. Les deseamos éxito a los participantes de este postgrado.

Los espacios verdes son fundamentales para mejorar la salud mental de las personas



Dr. Carlos Uboldi
carlosuboldi@gmail.com

A todos nos ha pasado que cada vez que tenemos un espacio de tiempo libre, tratamos de salir a buscar la naturaleza, ya sea mar, campo, sierras, espacios libres, etc. y notamos que nos hace bien mentalmente, aunque volvamos cansados físicamente. De acuerdo a la opinión de los psicólogos, la presencia de espacios verdes, y alejados de ruidos, para pasear y desconectarse de la rutina, ofrece numerosos beneficios a nivel psicológico y físico".

Atlántida y toda la Costa de Oro tienen esta enorme ventaja, que muchas veces no valoramos. Los entornos naturales ayudan a rebajar los niveles de cortisol, la llamada hormona del estrés, importante tanto para el bienestar emocional como para el bienestar físico, debido a que el aumento de esta hormona eleva la presión arterial y el nivel de azúcar, influyendo en la memoria y la concentración. Pasear por lugares que hagan sentir que estamos en contacto con la naturaleza aumentan nuestro bienestar físico y mental. Todos sabemos que el sedentarismo es negativo para la salud. Si salimos a caminar asiduamente y en un entorno verde y natural, es más beneficioso. Si aspiramos los aromas que nos brindan las plantas, oír el canto de los pájaros, el sonido del mar, etc., estamos colaborando con nuestra salud física, mental y espiritual. Los entornos donde abunda la vegetación, favorecen además, el desarrollo cognitivo de los niños, ya que el contacto con la naturaleza disminuye el riesgo de padecer problemas emocionales, estimula su curiosidad y creatividad y les aleja del sedenta-



rismo, influyendo positivamente en su rendimiento académico. Por todo ello, la Organización Mundial de la Salud recomienda que los ciudadanos dispongan de espacios verdes de al menos media hectárea a una distancia de no más de 300 metros de sus domicilios. Es una excelente aspiración, que no en todas las ciudades existe.

Es muy importante para ello, la labor de los municipios de contar con espacios verdes suficientes, reponer árboles caídos, así como estimular la plantación de árboles a sus pobladores y realizar jornadas con los ciudadanos.

También las empresas, con el deseo de velar por el bienestar de sus empleados, deberían construir espacios de desconexión en los que los trabajadores puedan relajarse en un entorno que favorezca la productividad.

La desconexión laboral es esencial para garantizar tanto la productividad como la creatividad. Tomarse descansos y hacerlo en ambientes agradables que produzcan bienestar

contribuye a aumentar la motivación del trabajador y, por tanto, repercutirá positivamente en su labor en la empresa. Numerosos estudios señalan que estar rodeado de zonas verdes y pasear al aire libre reduce considerablemente los niveles de estrés. Y si, además, es acompañado de relajación, yoga o mindfulness, mucho mejor.

Entre los beneficios que aportan los espacios verdes, no solo se encuentran los relacionados con la salud de las personas, sino también los medioambientales, ya que ayudan a absorber CO₂ y disminuir la contaminación, reducir el efecto del calor en las ciudades, etc.

CALENDARIO DE **CAPACITACIÓN**



MARKETING DIGITAL

Inicio: 14/06 - Fin: 05/07
Martes de 19 a 22 hs.

LIDERAZGO Y CONSTRUCCIÓN DE EQUIPOS

Inicio: 21/07 - Fin: 01/08
Lunes y Jueves de 19 a 22 hs.



ADMINISTRACIÓN FINANCIERA Y COSTOS

Inicio: 15/08 - Fin: 08/09
Lunes y Jueves de 19 a 22 hs.

VENTAS

Inicio: 15/09 - Fin: 27/09
Martes y Jueves de 19 a 22 hs.



ATENCIÓN AL CLIENTE

Inicio: 04/10 - Fin: 13/10
Martes y Jueves de 20 a 22 hs.



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



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
Ferretería

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
 Paraíso del mundo

Calle 9 y Mario Ferreira
 Envios a domicilio
 Tel: 43755419




CERRAJERÍA ATLANTIDA

Urgencias
099332400
43720291
 Calle 11 casi 18



Santapaula.uy



www.santapaula.com.uy

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

Baipa
 Atlántida **Sanadería y Confitería**



CALLE ARTIGAS y 26 - Tel. 437 22016 - ATLÁNTIDA


FARMACIA
Las Toscas
 de CARLOS RODRIGUEZ
 PERFUMERÍA / REGALERÍA
 TOMA DE PRESIÓN
 EXAMEN GLICEMIA
 Envíos sin cargo
4371 5367
099619151
 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
 CONGELADOS & BEBIDAS
 Ruta 11 km 164,500 / Tel: 4372 7334 / 095 271 905 / Est. Atlántida
 ventas@marsellaehijos.com.uy / www.marsellaehijos.com.uy
 Instagram: @marsellaehijos

EL ABUELO
 EXCLUSIVIDADES De DANIEL GONZALEZ

CALLE 11 y 22 - ATLANTIDA
TEL.: 437 23710


Calidad y confianza
Demostrados en 20 años de experiencia.

 Esperamos su contacto
 4372 5290 - 094 879 283 - 094 244 305
 centinela.com.uy 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 VENTAS 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. Interbalnearia 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



 **Está cantado**
QUE LA **GARANTÍA**
DE **ALQUILER**
ES CON ANDA

**LA GARANTÍA
MÁS ACEPTADA**



- ✓ Trámite ágil y simple.
- ✓ Se descuenta de manera automática de tu sueldo.
- ✓ Vos y tu familia acceden a los servicios de ANDA.

ANDA es supervisada por el Banco Central del Uruguay.
Producto sujeto a aprobación crediticia.
Más info en anda.com.uy.




ACCEDÉ A NUESTRO
SALÓN SOCIAL
A PRECIO PREFERENCIAL PARA SOCIOS

FARMACOSTA

PERFUMERÍA - COSMÉTICA
REGALERÍA - PAÑALERA
INSUMOS ORTOPÉDICOS

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

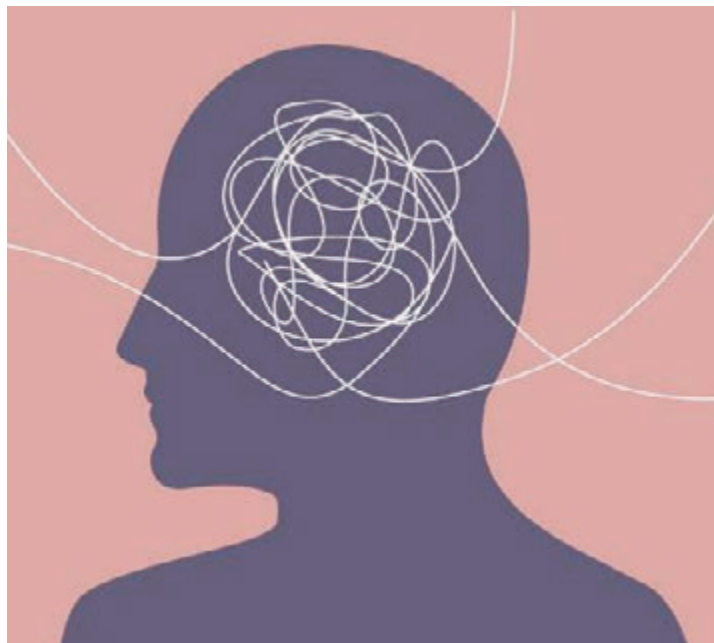
 ENVÍOS A DOMICILIO ☎ **4375 3180**

25 de Agosto esq. Gran Bretaña
COSTA AZUL



LA SALUD MENTAL COMO PROBLEMA FILOSÓFICO

Por **Mabel Bemposta**



El término locura es moderno, ya que fue a partir del Siglo XVIII, el famoso siglo de las luces o de la iluminación, que se empezó a manejar el discurso de “la razón de la sin razón”, es decir, todo aquel comportamiento considerado inadecuado, inaceptable, se caracterizó como el comportamiento de un “loco”. De esta manera los locos irían desplazando a los demás excluidos, como leprosos, empleadas de señores feudales que quedaban embarazadas, entre otros.

En 1961, Michael Foucault, escribe la obra “Historia de la locura”, que recomiendo, no tiene desperdicio. Traigo el tema para conversar porque la salud mental, en nuestros días pos pandémicos, debería estar en el centro de la discusión con el fin de encontrar soluciones ante un problema que es más peligroso que un virus o una bacteria.

En esta primera entrega pretendo elaborar una introducción para ir desarrollándolo con respeto y desde mi humilde comprensión. No soy profesional de la salud, pero soy un ser humano como

cualquier otro y por ende me interesa todo aquello que nos atraviesa. Cuanto más nos informemos, cuanto más lo conversemos, más será nuestra comprensión de nosotros y de los demás. Estoy segura que a muchos de ustedes, queridos lectores que me soportan, les toca de cerca, ya que son muchas las personas que están recurriendo a la psiquiatría en busca de alivio ante diferentes dolencias de nuestro sistema nervioso.

Siguiendo con la reflexión les cuento leyendo a Foucault, entendí que las palabras son “matrices normativas”, es decir, una palabra y su significado, crean normas y hasta instituciones y así, los seres humanos quedamos sujetos por normas y “verdades” construidas socialmente. La palabra “locura” creó instituciones como los hospitales psiquiátricos y también creó la disciplina llamada psiquiatría, la que es como disciplina, muy joven. Hasta rasí, además tendríamos que seguir discutiendo sobre la línea que divide lo normal de lo anormal. Foucault plantea que a lo largo de la historia el sentido de la locura fue variando. En la antigüedad se creía que el cuerpo era poseído por demonios; en el Renacimiento la posesión demoníaca era del alma, de ahí los exorcismos; en el Siglo XVIII, era la pérdida de las facultades, quedando incapacitado; en el Siglo XIX, surge el enajenado, es decir, se lo considera perdido y se lo encierra. Espero haberlos motivado para conversar de un tema tan interesante y que nos, como ya dije, atraviesa a todos. Hasta la próxima entrega y para acompañar esta columna elegí una excelente película que la encontrarán en Recomendamos.

Feliz Vida.



Mariposas en el Jardín

Esta vez los invitamos a llenar de vida nuestros jardines, patios y balcones acercándonos al sensacional mundo de las mariposas, insectos que están siendo afectados por el uso indiscriminado de agrotóxicos y por el diseño de jardines poco atractivos para ellas. Un jardín funcional para el ambiente es un lugar donde distintos seres vivos pueden encontrar refugio, alimento y un sitio para reproducirse; a su vez nosotros nos beneficiamos apreciando la belleza del ciclo de la vida.

Para que las mariposas se acerquen es necesario tener dos tipos de plantas: nutricias para adultos y hospederas para las orugas. Estos insectos tienen metamorfosis completa, pasando por las etapas de huevo, larva, crisálida y adulto. Muchas veces las personas combaten orugas creyendo que van a acabar con las plantas, sin embargo muchos nos deleitamos observándolas e incluimos suficientes vegetales para que puedan alimentarse. Hay que tener en cuenta que gran parte de estos insectos se vincula directamente con una planta o familia de plantas y no pueden consumir otras. Lamentablemente muchas de ellas como el llantén son eliminadas por considerarse "malas hierbas". Algunas hospederas aparecen en el siguiente cuadro:

Plantas hospederas	Mariposas
Mburucuyá <i>Passiflora coerulea</i>	Espejito <i>Agraulis vanillae</i> , etc.
Mil hombres <i>Aristolochia</i> sp.	Borde de Oro <i>Battus polydamas</i>
Rama Negra <i>Senna</i> sp.	Limoncito <i>Eurema deva</i> , entre otras.
Algodonillo <i>Asclepias</i> sp.	Monarca del sur <i>Danaus erippus</i>

En cuanto a las plantas para atraer adultos podemos mencionar lantana, margaritas, zinnias, cedrón de monte, duranta, etc. La mariposera (*Austroeupatorium inulifolium*) es de gran interés por ser hospedera y por servir de alimento a muchos adultos que se alimentan de su néctar.



📷 Pavo real - Junonia genoveva



📷 Limoncito - Eurema deva



📷 Diablito - Pyrrhopyge charybdis



📷 Acharia sp.

**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

¿Cuándo te dicen Atlántida Jardín, en qué piensas?



ATLÁNTIDA JARDÍN 2022 IX EDICIÓN

22 Y 23 DE OCTUBRE
Con nuestros niños el 21 de octubre

Algunas personas lo asocian a nombres parecidos de comercios de la zona, otros a la propia historia de los jardines en Atlántida, los que conocen un poquito más del tema, lo asocian a una exposición que se hace en octubre en la ciudad de Atlántida, desde hace varios años.

¿Pero qué es en realidad? Lo que se ve y se vive desde hace nueve años, la muestra de jardines, huertas y actividades asociadas a estas prácticas.

Es el sueño de un puñado de locos, que cada vez tiene más simpatizantes; es proyecto de un estilo de vida saludable, cuidando el medio, sin químicos que dañen, clasificando residuos, potenciando la naturaleza, conexión con el cuerpo físico, el energético, el espiritual, mover actividad física, medicina preventiva, los animales, las plantas, el agua, la arena, los barrancos, la cultura, cuidar lo que ya hicieron nuestros ancestros, el respeto por todo lo que nos rodea y co-crear nuestro entorno y actividades con calidez y calidad. Estos sueños, se van haciendo realidad lentamente, sembrando huellas cada año y cada día, guiados a tener una Atlántida floreciente pujante, que si todos queremos podemos construirla juntos. Sueños de trabajo, educación, turismo, entre tantos otros.

En este sueño de una “Atlántida Jardín” en ese “Atlántida un lugar para vivir y visitar”, falta aún mucho por andar y hacer. Esta historia, la construcción de este lugar en el mundo, comenzó antes del 1911 y siguió con el compromiso de varios grupos humanos, a lo largo de estos casi ciento once años, se ha buscado unirnos todos por un fin en común y se vivió claramente con el centenario donde fue un renacer, un vernos, un reencuentro, de vecinos e Instituciones, intencionando y haciendo, muchos anónimos en pequeñas grandes cosas, como recoger un papel, o

sonreír, otros escribiendo libros, otros levantándose cada día para ir a trabajar, a estudiar o a pasear, algunos han ido partiendo a otros horizontes y a otros planos, otros vienen llegando y otros están naciendo.

Con el nombre de “Atlántida Jardín”, llevamos nueve años, sembrando huellas.

Cada año, invitamos a todas las Instituciones públicas y privadas de la zona a meterse en esta construcción y ser parte de ella, con los centros educativos que son el hoy y el mañana, mostrar lo que somos y hacemos, también lo que queremos.

Los expositores, tienen la posibilidad de mostrar sus actividades y productos, para que los sigamos visitando todo el año en sus emprendimientos. Y así entre todos tejemos esta red, si cada año contagiamos una persona más, vale la pena la apuesta.

Te invitamos a que este año, te involucres con una “Atlántida Jardín”, entre lugareños y visitantes, desde tu casa, tu vidriera, tu balcón, tu jardín, tu vereda, tu huerta, la plaza de enfrente, sea cual sea el espacio que tu tengas, planta, pinta, cuida, tu puedes.

Visítanos y disfruta de lo que algunos hacen o planean hacer, llévate productos e ideas.

Flora Nativa

PARA CONOCER, VALORAR, CUIDAR NUESTRO PATRIMONIO NATURAL Y ASEGURAR SU PERMANENCIA EN EL FUTURO.

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

Herbáceas Nativas

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

Por Grupo Myrsine
Mireya Bracco



La belleza de lo nativo.

Si usamos flora nativa en nuestros espacios públicos y jardines contribuimos a su conservación. El Sistema Nacional de Áreas Protegidas (SNAP) elaboró dos listas que funcionan como guía para paisajistas, biólogos, viveristas. Una de ellas enumera las especies de plantas prioritarias para la conservación. Es que si cualquiera de estas se pierde –ya sea por el avance urbano, el pastoreo, el pisoteo de la gente–, desaparecerá para siempre del planeta. Son las llamadas especies endémicas.



“LUPINO PRIMAVERA”

Lupinus multiflorus

Herbácea nativa, perenne, endémica, su conservación es importante, por ello debemos incorporarla en nuestros jardines, en canteros, macetas, rocallas y también en la costa, donde se desarrollará naturalmente, sin grandes cuidados. Un dato a tener en cuenta es que los lupinos fijan el nitrógeno en el suelo, contribuyendo así también como fertilizante natural.

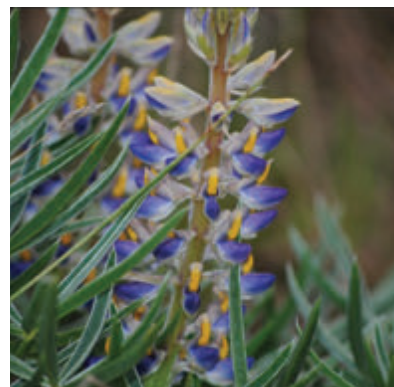
Planta herbácea de mediano porte, de 25 a 50 cm de altura. Familia: Fabaceae

Herbácea perenne que crece naturalmente en suelos arenosos y arenoso-pedregoso. En sitios soleados y expuestos. Prospera muy bien en jardines costeros y en las sierras.

Sus Hojas, digitadas con 3-10 folíolos lanceolados. Son de color verde grisáceo. Su follaje casi desaparece luego que maduran sus frutos. Comienza a rebrotar en otoño.

Flores. Su floración es en primavera, siendo muy llamativa y abundante. Sus flores rodean la punta del tallo en forma de racimos terminales, con flores azul-violáceas y amarillas. Forman largas y vistosas inflorescencias.

Su fruto es una legumbre que contiene semillas



con forma de esfera achatada, (chaucha con semillas) que maduran en verano, en este periodo su follaje se marchita.

Habitat Llegan a tapizar las dunas y conviven con otras especies como el senecio crassiflorus formando manchas de hermosas combinaciones. En la sierra crecen en pequeños grupos de 2 o 3 plantas.

Distribución: la encontramos en Argentina y sur de Brasil. En Uruguay, en Canelones, Cerro Largo, Colonia, Florida, Lavalleja, Maldonado, Montevideo, Paysandú Río Negro, Soriano y San José.

Usos: Ornamental

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 fin de primavera.

Transplante de plantines con 4 o 5 hojas a su lugar definitivo, dejando 30 cm de distancia entre plantas.

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!!

Humor



La Caricatura

ENZO "EL PRÍNCIPE" FRANCESCOLO

NACIÓ EL 12 DE NOVIEMBRE DE 1961, Y FUE CAMPEÓN DE LA COPA AMÉRICA SUB 20 EN 1981, Y EN LA SELECCIÓN MAYOR FUE CAMPEÓN DE AMÉRICA EN EL 83, 87 Y 95!!! REFERENTE DE CRACKS, JUGÓ 3 MUNDIALES, UNO JUVENIL Y DOS MAYORES. UN FENÓMENO!!

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
FRUGATI
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**



RED TEC
Soluciones Informáticas
10% DESCUENTO
Software Facturación Electrónica

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

FESTEJAR ESTAR VIVO

TECNIMAN URUGUAY



Por **Andrés De Mello**

ESTE MES LES TRAEMOS UNA ENTREVISTA IMPRESIONANTE, TÉRMINO QUE UTILIZO PORQUE FUE EL EFECTO QUE PROVOCA, ES DECIR, QUE LUEGO DE LEERLA QUEDA UNA IMPRESIÓN EN EL ALMA QUE VA MÁS ALLÁ DE LO EXPLICABLE. EL SR. RAFAEL RUGNITZ, RESPONSABLE DE LA EMPRESA TECNIMAN, NOS LLEVA A UN VIAJE MUY ESPECIAL A TRAVÉS DE ESTA ENTREVISTA. FRENTE A LA PREGUNTA: ¿CUÁL FUE TU PROYECTO MÁS DIFÍCIL? NOS CONTESTÓ: CONSTRUIRME COMO SER HUMANO. SIN MÁS PALABRAS QUE AGREGAR, ADELANTE CON LA MISMA.



A: ¿Cuándo abre sus puertas Tecniman Uruguay?

RR: Las actividades se inician en el año 2010 y la primera etapa de la empresa continúa hasta el 2015. Visualizando una coyuntura favorable para el rubro forestación realizamos una serie de negocios que dejaron en “stand by” las actividades del mantenimiento industrial con especialidad en PRFV (plástico reforzado con fibra de vidrio). En el año 2018, previo estudio del mercado y posicionamiento de la marca “Tecniman Uruguay” reiniciamos las actividades hasta el día de hoy.

A: ¿Cómo y cuándo eliges dedicarte a este rubro?

RR: En el mundo, a partir del año 2000 aproximadamente la innovación tecnológica en PRFV venía sustituyendo con éxito otros materiales convencionales para determinados usos (hierro, acero, hormigón, PVC y similares, etc.). EE.UU. y Europa vanguardizaron el proceso que pronto llegó en la región a Brasil y Argentina. En la región hoy, como en el mundo, con este material se producen tanques, reactores, capacidades, caños, perfiles de ruta y cabeceras de puentes, columnas de alumbrado, equipamiento para espacios públicos, carrocerías blindadas, etc. La versatilidad de este material permite un óptimo desempeño en medios altamente agresivos y sometidos a altas temperaturas e impactos. En Uruguay dos empresas nacionales inician la producción de tanques y capacidades en general en este material. Estuvimos vinculados a ambas desde el inicio. Acordamos con ellas el inicio de nuestra empresa ya que desafectar la cadena de producción para realizar mantenimiento en campo no era lo suficientemente rentable para ellos. Con el tiempo incorporamos el mantenimiento integral y montaje de plantas industriales, satisfaciendo con éxito la totalidad de los requerimientos en plantas industriales para nuestros prestigiosos clientes.

A: ¿Por qué el nombre?

RR: “Hombre-técnico” en inglés, ya que es el idioma comercial del mundo y nuestra empresa tiene una importante conexión con empresas internacionales. “Uruguay” porque está en los planes abrir subsidiarias en la región.

A: ¿Cómo te formaste en el rubro y dónde?

RR: REICHHOLD. Proveedor mundial de la industria de compuestos y revestimientos Con 19 sitios de fabricación (17 operados por Reichhold) y 5 centros tecnológicos en 12 países, Reichhold es uno de los proveedores más grandes del mundo de resinas de poliéster insaturadas para compuestos y un proveedor líder de resinas de revestimiento para una amplia variedad de mercados y aplicaciones. Ara Ashland (Araçari-guama Brasil) y DIMENA (Uruguay) Congresos, seminarios y ferias internacionales de ingeniería como FEIPLARCOMPOSITES & FEI-PUR Eventos que conglomeran para Latinoamérica las últimas novedades en procesos técnicos y aplicaciones, así como nuevos productos compuestos que revolucionan las prestaciones de mercado en todos los rubros industriales. Desde punteras para calzado de seguridad, a material de arquitectura, pasando por blindajes y E.P.P.s, hasta accesorios automotores, aeroespaciales, logísticos, náuticos, para energías limpias, etc. El contacto técnico de asesoramiento permanente en campo, además, es brindado por los fabricantes de resinas en forma permanente a través de sus Departamentos de Ingeniería, quienes desarrollan cálculos e instruyen en los procesos de aplicación en diferentes casos, para garantizar la excelencia en los resultados. Cualquiera de estas empresas internacionales dispone del servicio de asesoramiento integral para la resolución de cualquier aspecto técnico pertinente en el desarrollo de nuestras actividades en campo. En el inicio de nuestras actividades realizamos con ellos varios congresos y talleres para los Deptos. Técnicos de OSE y empresas privadas, con el



objetivo de instruir en las ventajas comparativas de esta tecnología. De esta manera iniciamos un camino de opciones para la industria química, alimentaria, maderera, metalúrgica, constructiva, organismos estatales, cadenas de grandes superficies, shopping centers, Gobiernos Departamentales y Gobierno Nacional. En nuestra página web pueden constatar los clientes más importantes de Tecniman Uruguay. www.tecniman-uruguay uy

A: ¿A qué te dedicabas antes?

RR: Formado en Marketing en Uruguay (UCU) y en Clusters Empresariales (Universidad de Harvard), integraba el staff en dos Consultoras en Uruguay analizando y diseñando proyectos de inversión productivos.

A: ¿Te sirvieron esas experiencias? ¿En qué lo aplicas hoy?

RR: Toda experiencia (gratificadora o frustrante) nos debe dejar con la intención de mejorar individualmente y colectivamente. Si bien la competencia es necesaria, también debemos aprender que la humanidad avanza más con la colaboración que con la “competencia agresiva y aniquiladora del otro”. Resiliencia, empatía, construir vínculos francos (persona-

les y comerciales), esfuerzo y “cabeza abierta” a los cambios son la clave. Incorporar en nuestras empresas la “Responsabilidad Social Empresarial” y la sustentabilidad del impacto de la actividad humana, no solo es un compromiso ético, sino la clave para cualquier negocio que implique la vinculación con éste nuestro presente económico. La humanidad ya no se “fuma” ciertas cosas.

Volviendo al tema de los vínculos francos en lo comercial:

- a. No vendas un Volkswagen del 56 como si fuera un Rolls Royce último modelo.
 - b. Tiende a la excelencia en cada paso de tu proceso productivo.
- Lo que he sido, lo que soy y lo que he aprendido lo aplico cada día cuando me digo “buen día” en el espejo del baño cuando amanezco.

A: ¿Cuándo y por qué decides independizarte?

RR: Nadie, trabajando en una relación de dependencia en lo privado o como funcionario público, tiene garantizado que se va a jubilar de eso. Estamos en un momento de la historia en que la inestabilidad laboral, en función del vertiginoso avance tecnológico demanda estar “aggiornado” en los avances

y oportunidades. Durante muchos años desarrolle el trabajo, en relación de dependencia (consultoras, gerencias comerciales en empresas nacionales o en el extranjero), con emprendimientos comerciales personales. Un evento importante en lo personal, relacionado con la salud, hizo que por un período de tiempo estuviera desvinculado del mundo. Reinsertarme, “reciclarme”, con el “know-how” que la vida me había proporcionado generosamente, hizo que volviera con una perspectiva propia.

A: ¿Cómo fueron los inicios y cuáles son las ventajas y desventajas de ser tu propio jefe?

RR: Maravillosos. Correr el destino de tus propias decisiones. Ubicarte para tomarlas analizando el contexto, la coyuntura y las perspectivas. Correr el riesgo de tomarlas y tener SIEMPRE un plan “B” y por las dudas otro. No ser tu propio jefe. O ser un jefe democrático. Nadie es tan sabio que no tenga nada que aprender, ni tan ignorante que no tenga algo que enseñar. Siempre trabajar en equipo y escuchar. En este mundo hoy no hay ventajas y desventajas de ser tu propio “jefe”. La incertidumbre del mercado, variables en las que no podemos incidir desde Uruguay hacen que el riesgo sea similar en cualquiera de las opciones. Es mejor no tener reproches para que la culpa sea de otro.

A: ¿Cómo es trabajar con el Estado?

RR: Tedioso. Además, el sistema de pago del estado (que paga a los 60 días) hace que el propio estado pague más caro, sobre todo en un escenario con variables tan volátiles como ahora. El sistema de adjudicación por llamado es teóricamente muy bueno y ofrece garantías para todos los oferentes siempre que se cumplan las normas del TOCAF. Pero, “hecha la ley, hecha la trampa” y me ha tocado vivirlo. No quiero explayarme porque pretendo seguir presentándome en las licitaciones y llamados.

A: ¿Cuál fue tu proyecto más difícil?

RR: Construirme como ser humano.

A: ¿Recuerdas tu primer proyecto y cómo lo viviste?

RR: Mi primer proyecto independiente en lo productivo fue la cría de cerdos en una chacra en Cerrillos que era de un amigo. Todo anduvo bien hasta que el precio en la región estaba en U\$S 1 el Kg. en la región. Teníamos la fuente de glúcidos gratis solo con levantar el barrido de algunas panaderías industriales, sus costes eran despreciables. Así, y todo al año y medio teníamos unos costos que se acercaban al precio de mercado del cerdo con 300 Kg. y la rentabilidad por kilo era U\$S 0,3/Kg, así que nos dedicamos a otra cosa. Lo viví con el entusiasmo de esos años en que yo era joven y el planeta tierra estaba caliente todavía. Tengo mis años, pero contrato hasta los 100 operativo.

A: ¿Cómo es trabajar en todo el país?

RR: Hago “turismo aventura” y el personal también. Conocemos lugares espectaculares en el interior profundo, gente maravillosa. Trabajamos de lunes a viernes en general. Los fines de semana algún trabajador abandona la “base” y vuelve el lunes temprano. Otros permanecen y establecemos una relación de camaradería. Otros consiguen novias en los pueblos. Llevo la guitarra, nos turnamos para cocinar de los que participan de la comida colectiva o, el que desea, con los viáticos resuelve otra cosa. El asado del sábado



corre por cuenta de la empresa. Nos vamos a pescar el domingo si cuadra. Jugamos al truco y hacemos las rondas de fogón en que hablamos de nuestras vidas, con todo lo que implica. Cuando el trabajo requiere alojamientos que en territorio no están disponibles viajamos con una casa rodante y jugamos a “caracolito”. Siempre el equipo primero. Más importante que la calificación, para este trabajo, es la capacidad de convivir. El aprendizaje del oficio lo proporciona la empresa con respecto al PRFV. En todas las tareas que involucran otras especialidades en montaje y mantenimiento industrial nuestro equipo de Ingenieros y Técnicos vinculados, así como el personal idóneo nos han proporcionado excelencia garantida en nuestro desempeño. No solo es lo técnico, sino y lo fundamental, es la estricta observancia de la seguridad e higiene laboral, así como también las capacidades para la convivencia por períodos a veces prolongados.

A: ¿Cuáles son los servicios que ofrece hoy TECNIMAN?

RR: Fundamentalmente la totalidad de los trabajos necesarios para la instalación y mantenimiento de plantas e infraestructuras industriales. Con respecto al PRFV (plástico reforzado con fibra de vidrio) nuestra propuesta implica: Mantenimiento de instalaciones y componentes en PRFV. Esto comprende no solo plantas



industriales sino también:

- Reparación de embarcaciones.
- Reparación, mantenimiento e instalación de piscinas, no solo en lo estructural, sino también en todos los aspectos técnicos de sus luminarias, filtros, hidráulica, etc.
- Importación de componentes de PRFV en pultrucción: de columnas de alumbrado, pasarelas, escaleras, perfiles de ruta, etc.

A: ¿Por qué eliges esta zona para vivir?

RR: Resido en una zona rural próxima a Atlántida y no es la primera vez que elijo vivir en la tranquilidad, pero al alcance de la cultura y ciertos servicios. Esta opción me ofrece todo. No escucho ruido de vehículos transitando ni vecinos que escuchen otra música y escucho casi todo. Del reggaetón no me hablen. No lo soporto. (es la edad) Socializo cuando lo elijo. En el tiempo que lleva fumarme un cigarrillo estoy en Atlántida y allí encuentro casi todo lo que necesito. Tengo algunas adicciones. No se espanten. Una es la lectura. Lo hago en silencio o elijo la música que la acompaña y solo intervienen los grillos, las ranas o el canto de algún pájaro cuando me sorprende el amanecer. Otras son el teatro, el cine, conciertos, exposiciones de pintura, esculturas y “otras yerbas”. Cuando se me antoja y el trabajo me lo permite estoy (haciendo un paseíto) en Montevideo. Todo esto sin despreciar ir a bailar que también me encanta acompañado

mejor (risas). Disfruto del espacio en paz, en mi taller, que auto-creo, para hacer cosas con madera y/o hierro. Voy a empezar con la cerámica en cualquier momento.

A: ¿Qué es lo mejor y lo peor de no trabajar en un lugar fijo?

RR: Lo mejor: Como dije. Hago turismo aventura. Lo peor: El olor a “pata” de las medias de Gustavo cuando se olvida de dejarlas afuera de la casa rodante (risas). Más del tiempo que me gustaría trabajo en un lugar fijo, lo cual implica:

- a. El escritorio.
- b. La computadora.
- c. Elaborar los presupuestos y el análisis de las alternativas para nuestros clientes en consulta con nuestros Profesionales, Técnicos y Proveedores. Esto implica la permanente comunicación con CCIFA que son unas “capas” y “capos” en como resuelven cualquier tema relacionado a sentirse acompañado y respaldado en la gestión.

A: ¿Proyectos y novedades?

RR: Importantes empresas multinacionales vinculadas a la industria cárnica y maderera nos han convocado para la instalación y mantenimiento de sus plantas industriales, contratos que comenzaremos a ejecutar en el mes de setiembre. En alianza con importantes firmas nacionales e internacionales Tecniman Uruguay iniciará en breve el mantenimiento de

Parques Eólicos de energía eléctrica renovable. No realizaremos el mantenimiento electro-mecánico que lo harán estas prestigiosas empresas. Toda la estructura de los molinos de generación eléctrica (torre, aspas, etc.) son de PRFV. Esto implica no solo haber calificado para el trabajo en campo en el mantenimiento de estructuras y componentes en PRFV en lo estrictamente técnico, sino, además haber calificado para estas empresas en todos los temas conexos:

- a. Cumplimiento más allá de la normativa vigente de todo lo que implica la seguridad e higiene laboral. (la vida está primero). Cero (“0”) siniestralidad en toda la trayectoria de la empresa.
- b. Excelencia técnica y compromiso con trabajos siempre realizados con garantía escrita.

A: ¿Pasatiempos para salir de la rutina?

RR: Festejar estar vivo. Contribuir con la gran obra y pasar desapercibido para la inmensa mayoría. Pescar. Implica adentrarse en lo profundo para rescatar algo que nos alimente a todos. Que tengan un excelente día y culminen genial la jornada. Mejor bailando (risas).

A: Muchísimas gracias, igualmente para ti.

Guiamos al turista hacia tu negocio

ATRAE A POTENCIALES CLIENTES PUBLICITANDO AQUÍ



Atlántida

Travel Guide

FOMENTAMOS Y POSICIONAMOS
NUESTRAS EMPRESAS LOCALES



Por Mabel Bemposta



RECOMENDAMOS

"Hay dos clases de locura, la que nos asusta y la que amamos."

"HOMBRE MIRANDO AL SUDESTE", película argentina de 1987, guionada y dirigida por Eliseo Subiela. La acción ocurre en un hospital psiquiátrico donde un hombre asegura haber venido del espacio exterior para estudiar e investigar la estupidez humana.

Hasta la próxima entrega.
Feliz 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
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
Parque del Plata, C. 099 371 360
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

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

Gluten Free Cocina Sabini Inter. K 41,8,
Fortín de Santa Rosa, C. 098 643 181

La Locura Calle 24 esquina Y,
Parque del Plata Norte

La Pausa

Calle H entre 3 y 4, Parque del Plata
La Turquita Poetas Uruguayos esquina
Delmira Agustini, Villa Argentina
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

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 Lournaga y Canelones, Pando,
C. 095 066 906

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

BAROMÉTRICA

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

ARTÍCULOS DESCARTABLES

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

CALEFACCIÓN

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

CAMIONES

HPintado Camiones T. 4372 5392, 4372
7446, Atlántida

CARNICERÍAS

Beef House 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
Martino's Servicio Integral de Catering
C. 099 967 400
Toque Orgánico T. 4372 3448



CONSTRUCCIÓN

Ademar Correa C. 096 399 577, Pinamar
Ariel Gonzalez Atlántida, C. 099 370 240
Fernando Calleros
 Pinares de Atlántida, C. 097 017 493
Geremias Amarillo C. 091 377 431
Hormigón Oriental R. Interbalnearia km. 48,100, Las Toscas. C. 098 599 697
Juan Raúl Olivera Calle 23 esq. 25, City Golf, Cel. 095 694 698
Quinchados Santos C. 099 331 073
Techos HG C. 095 633 732

CAMPING, CABAÑAS, PISCINAS

Centro de Vacaciones de CEA
 T. 4372 4171 Avda. pinares, Atlántida

CRÉDITOS

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

DISEÑO GRÁFICO

DaDa Desing Studio C. 099 142 348
Diego Nogueira C. 099 336 427

DISTRIBUIDORAS

Almacenes Mediato
 Las Vegas, T. 4373 5203
Carrazo C. 099 280 308
Cigarrillos Ana Paola Castillo, C. 095 566 502
Cigarrillos Roberto Garibotti, C. 098 959 710
Marsella e Hijos T. 4372 7334
 Ruta 11 Km 164,500
Productos de la Colmena
 C. 098 196 804, ecopicultores.com
Rola Ltda. Ruta 11 km. 162,800, Est. Atlántida, T. 4372 1317, 4372 8779, rolasl@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. Interbalnearia Km. 46,600, Atlántida, T. 4372 0550

EMERGENCIAS

Sapp Emergencia Móvil T. 1910, informes al 22921575 int. 2
Su Emergencia T. 1921

EMPRESAS FÚNEBRES

Empresa Atlántida T. 2292 0427, 4399 2070, 4372 0122, Pando, San Jacinto y Atlántida. Ruta 11 km 165
Empresa Interbalnearia T. 4372 4231, Atlántida, Inter. Km. 46,500 esq. 52

ENSEÑANZA

Instituto Neruda T. 4372 1771, R. Interb. km. 45,800, Calle Laborido esq. 50
Juan Salvador Gaviota Shangrilá, T. 2682 2587
Ntra Señora del Rosario T. 4372 2923, 4372 0796, Est. Atlántida, R. 11 Km. 165

ESCRIBANOS

Fanny García T. 4375 3098, Parque del Plata, Calle 9 y B
Gonzalo Quintana Diag. 11 y J. P. Varela, P. del Plata, C. 099 759 476
Lorena Álvarez Umpiérrez
 T. 4372 5776, Atlántida, Calle 51 esq. 52
María Acosta C. 095 156 608

ESTACIONES DE SERVICIO

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

EXCAVACIONES

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

EVENTOS

Leonardo Rissotto Interbalnearia Km. 40,200, Marindia, C. 095 066 161

FÁBRICAS DE PASTAS

Lo de María Z. de San Martín e/ Sombra del Toro y Sarandí, Salinas, T. 4376 3243
Santa Paula Atlántida Roger Balet e/ Av. Artigas y 3, Atlántida, T. 4372 8456
Santa Paula La Floresta T. 4373 9674, La Floresta, Calle 33 y Muttoni
Santa Paula Montevideo Av. Brasil y Ellauri, T. 2708 6000

FARMACIAS

Costa del Sol T. 4378 2077, San Luis, Honduras esq. 19 de Abril
Estación Atlántida T. 4372 5188
Este T. 4317 2027, Migues, Varela y Gregorio Migues
Farmacosta 25 de Agosto y Gran Bretaña, Costa Azul, T. 4375 3180
Farmacia Las Toscas Av. Ferreira y Central, T. 4371 5367
Jaureguiberry Av. Artigas esq. Aperea, T. 4378 9955
Lucrecia T. 4447 4952, José P. Varela esq. Fabini, Solís de Mataojo, Lavalleja

FERRETERÍAS

AMI 30 entre 26 e Independencia, Bello Horizonte, T. 4373 7566
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 Montevideo e/ 1 y Rambla, 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

Parque Natural calle 9 casi Ruta Interbal-
nearia, Parque del Plata, C. 099 211 488

Pilar Simon Bolivar y Caruso, San Luis,
C. 093 703 867

HOTELES

Argentina T. 4372 2414,
4372 1728, Atlántida, Calle 11 y 24

Paradise T. 4372 1573, Atlántida,
Rambla y Calle 10

IMPRENTAS

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 Galeria Portofino local 13, Atlánti-
da, 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

Laríau 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

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 Altílo Calle 11 entre 22 y 24.
Atlántida. Tel. 4372 4066

MOTOS

Coco Motos T. 4375 6285, T. 4375 4944,
C. 092 977 645, Interbalnearia e/ 9 y 10

Punto Repuestos Calle 11 y Circunvalación,
Atlántida, T. 4372 6034, C. 099 213 321, www.
puntorepuestos.com.uy

SekuBikes Ruta Interbalnearia entre
6 y 7 Parque del Plata, C. 098 934 916

MUEBLES / BAZAR

La Turca Poetas Uruguayos esq. Delmira
Agustini, Villa Argentina, C. 099 771 251

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

Mueblería y Tapicería San Luis
Caruso y Honduras s/n C. 095 850 180

MUTUALISTAS

Asociación Española Atlántida
T. 1920 4900

Médica Uruguaya Filial Atlántida
T. 4372 1471

ODONTÓLOGOS

Alexandro Estefan T. 4372 4426

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

Migues esquina Varela, Migues

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

Mipay Calle 2 esquina Z3, Parque del Plata
Norte, T. 4375 6391, C. 091 383 772

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 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

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 Guisolfo
San Luis, C. 095 627 491

SUPERGAS

Acodike T. 4375 4040, C. 098 065 914
Supergas Atlántida 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

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 Itapebi e/ Amancay y 25, Marindia, C. 095 851 910, 097 058 552
Walter Hernández T. 4372 5036

VETERINARIAS

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

VIGILANCIA / ALARMAS

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

VIVEROS

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

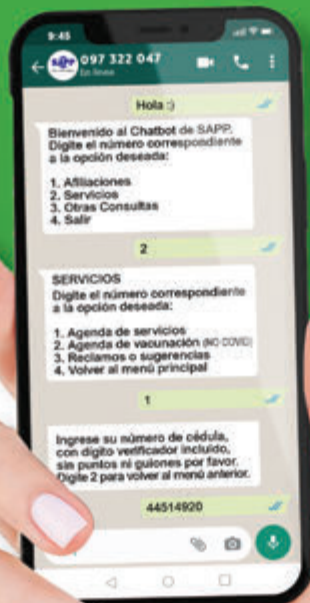
A través de **nuestra línea de WhatsApp** puedes realizar los siguientes trámites:

✓ **Afiliaciones**

✓ **Servicios:**

Agenda: Medicina General, Pediatría, Especialistas y Vacunación.

✓ **Otras consultas**



NOS CONOCEMOS

www.sapp.com.uy

W PALABRA

VINO

PARA HACERSE RESPETAR

IMPORTA Y DISTRIBUYE:

"TA"

LOGÍSTICA Y DISTRIBUCIÓN

