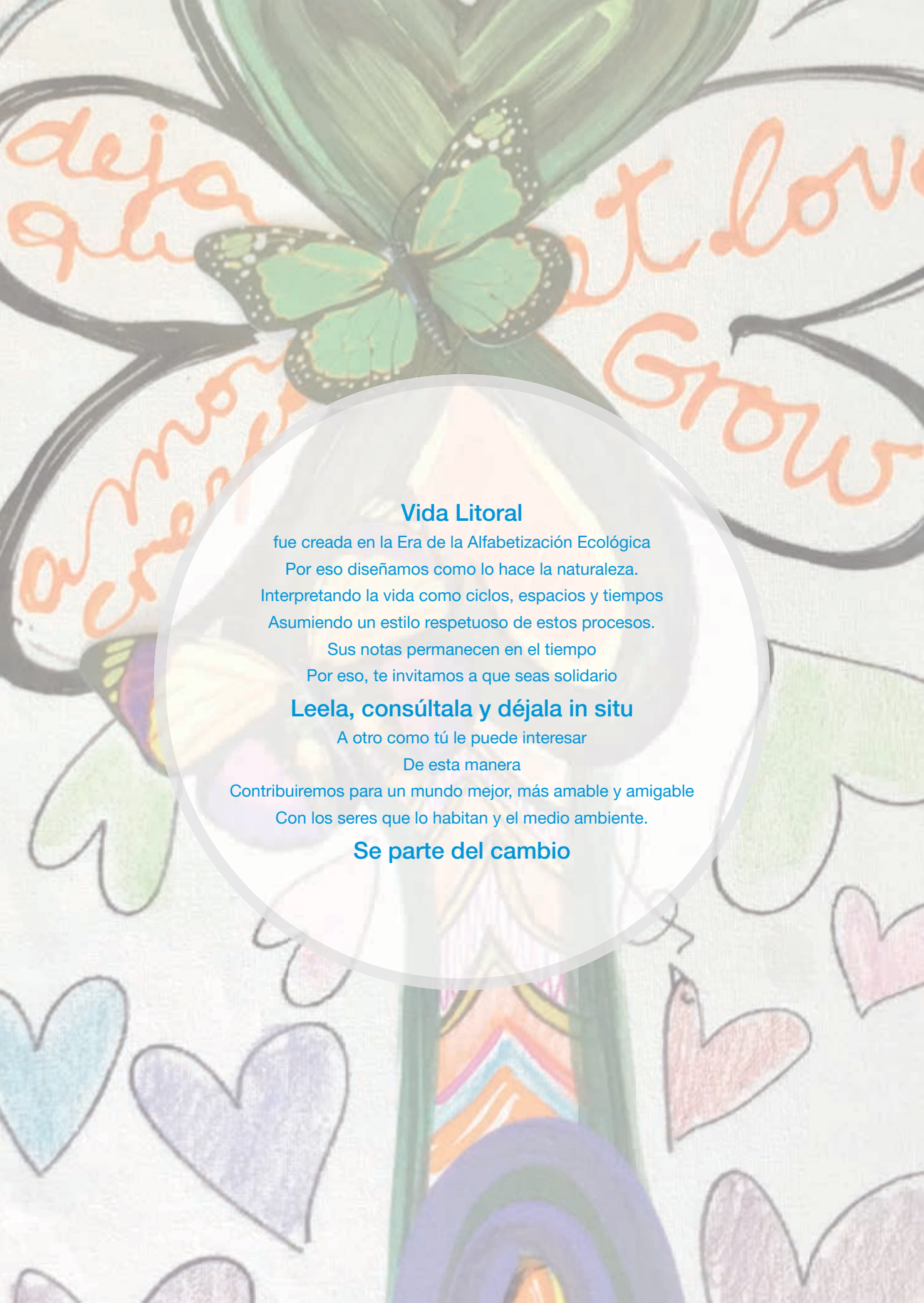


VIDA **litoral** *magazine*



ADRIAN SOSA MENDEZ
Artista Plástico



Vida Litoral

fue creada en la Era de la Alfabetización Ecológica
Por eso diseñamos como lo hace la naturaleza.
Interpretando la vida como ciclos, espacios y tiempos
Asumiendo un estilo respetuoso de estos procesos.

Sus notas permanecen en el tiempo
Por eso, te invitamos a que seas solidario

Leela, consúltala y déjala in situ

A otro como tú le puede interesar
De esta manera
Contribuiremos para un mundo mejor, más amable y amigable
Con los seres que lo habitan y el medio ambiente.

Se parte del cambio



Vení a disfrutar todo el año

Termas del Daymán, un descanso sin igual

Apartamentos para 2, 4 o 6 personas - Parque - Piscina - Estacionamiento
Club House - Parrillero - Juegos infantiles



Consultas y Reservas:

(+598) 2711 3800 | Montevideo | Hotel Radisson. Plaza Independencia 759 - Piso 8 - Of 860.

(+598) 4736 9100 | Salto | Los Molles esquina Los Espinillos.

consultas@solanasvacation.com | [/solanasvacation](https://www.facebook.com/solanasvacation)

www.solanasvacation.com.uy

¡Reservá tu estadía!

EN ESTE NÚMERO

- 06' APPS PARA VIAJAR**
Aplicaciones para turistas
- 08' URUGUAY DESPEGA**
Sistema nacional de aeropuertos internacionales
- 10' URBANISMO Y SOCIEDAD**
Nuevas maneras de diseño y planificación de ciudades
- 13' SUSANA SOSA**
Decoración | Interiorismo | Diseño
- 14' ADRIAN SOSA MENDEZ. ARTISTA PLASTICO**
Vida real. Arte contemporáneo y conceptual
- 18' IGNACIO Kliche**
Cantante, actor, periodista, modelo, animador
- 19' LA LLAVE DE TU VIDA**
Lucia Rodriguez, Terapeuta
- 20' TURISMO**
Turismo astronómico. Cielos estrellados
Experiencia vivencial con H. Alfonzo en Tacuarembó
Valle Eden, Tacuarembó
- 24' BELLEZA & SALUD**
Apiterapia. Abejas que sanan
- 26' GASTRONOMÍA**
Conocer, sentir y disfrutar el mundo del café
The lab coffee roasters
- 30' SIGNOS / ZODIACO**
- 32' AREA COMERCIAL**



Directora General: Marcela Pagani Gavirondo.
Asistente Editorial: Federico Symonds
Arte y Diseño: Zafiros.
Foto de Portada: Adrián Sosa Méndez. Artista Plástico.
Fotógrafo Maximiliano Funes. Lugar: Balneario Buenos Aires
Punta del Este Maldonado

III VIDA LITORAL Edición 53 - Octubre - Noviembre - Diciembre 2024
El equipo de redacción de VIDA LITORAL vela por la máxima calidad y coherencia de los artículos contenidos en esta publicación pero no se identifica con todas las opiniones expresadas en ellos ni con las expresadas por terceras partes.

VIDA **litoral**
magazine

III CONTÁCTESE

vidalitoralmagazine@gmail.com
Cel: (00598) 99 728233.
Tel.: (00598) 4723 2917.
Independencia 862. Paysandú. R.O. Uruguay.
Impresión: Impresora Mosca & Cía.
Depósito legal:
www.vidalitoral.com

Vida Litoral

GARANTÍA DE ALQUILER

Una garantía con un gran respaldo

BENEFICIOS PARA EL INQUILINO

- ✓ Fácil y rápida de contratar.
- ✓ Financiación al contado con 3 cuotas sin recargo o hasta 10 cuotas sin recargo con tarjetas de crédito.
- ✓ Los ingresos requeridos para contratarlo pueden provenir de hasta 4 personas.
- ✓ Cuenta con servicio de Asistencia al Hogar.

BENEFICIOS PARA EL PROPIETARIO

- ✓ No tiene costo.
- ✓ Protección ante incumplimientos de pago por parte del arrendatario.
- ✓ Cubre hasta 36 veces el monto del alquiler ante incumplimientos de cualquier índole.
- ✓ Cobertura jurídica ante incumplimientos.
- ✓ Honorarios de abogados y gastos por desalojo a cargo del BSE.

Por más información contactá a tu asesor de confianza, ingresá en bse.com.uy, o comunicate por el 1998.



En garantía de alquiler,
nadie te da más seguridad.



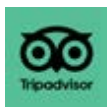
Apps imprescindibles



Airbnb. De las principales para alojamientos turísticos; tiene presencia en 65.000 ciudades de 191 países. Cuenta con toda clase de hospedaje, desde habitaciones compartidas y espacios económicos, hasta modernas casas rurales.



Booking. Muy difundida entre los turistas y uno de los portales de reservas de alojamiento más importantes a nivel mundial. Ofrece la posibilidad de leer reseñas y comparar precios para tomar la mejor decisión.



TripAdvisor. Esencial para cualquier viajero, conocida por su cantidad de opiniones y reseñas. Ofrece información detallada sobre hoteles de todo el mundo, restaurantes, atracciones y más. Permite planificar el viaje completo y tomar decisiones informadas antes de reservar o visitar el lugar.



Trivago. Meta buscador que compara los precios de hospedajes y las ofertas que proporcionan diversos sitios de reservaciones en línea. Abarcan más de 2,5 millones de hoteles y otros tipos de hospedaje en más de 190 países.



Google Maps. Servicio completo y eficaz que permite localizar direcciones, encontrar rutas, locales o puntos de interés en tiempo real, lo que permite moverse con facilidad, ver imágenes, reseñas y descubrir nuevos lugares. Cuenta con funciones de gran ayuda para cuando se está conduciendo.

Simplifican la planificación y ejecución de viajes, conectan con la cultura, naturaleza, servicios, actividades y atractivos de los destinos a explorar.

Las aplicaciones móviles se han convertido en herramientas indispensables para los viajeros. Es fundamental disponer de las más adecuadas y específicas de cada destino para optimizar el tiempo, acceder a información útil y disfrutar de una experiencia personalizada. Además, permiten conectar con otros viajeros, descubrir recomendaciones locales, moverse con facilidad y tener acceso a servicios y actividades exclusivas que enriquecerán la estadía.



para viajar

APLICACIONES PARA TURISTAS



Waze. para la navegación GPS Sirve para guiar y orientar en las rutas de menos tráfico, indica los mejores accesos hacia el destino, brinda información de tráfico, alertas de accidentes, bloqueos y estaciones de recarga de gas/combustible /eléctrica más cercanas Ofrece indicaciones paso a paso para llegar a destino, Es compatible con cantidad de dispositivos y se puede utilizar sin necesidad de usar las manos.



Kayac. Agencia turística en línea que busca paquetes de viaje, hospedajes y autos rentados. Cuenta con funciones diseñada para ordenar los planes al vacacionar



Flush tiene como cometido brindar información de los baños públicos más próximos en cada sitio donde el turista se encuentra.



eBird. Para los amantes de las aves, app para identificar y registrar observaciones de aves. Con información detallada sobre especies y ubicaciones, y enriquecer experiencias de avistamiento.



Outdooractive. Ofrece una extensa colección de rutas de senderismo, ciclismo y otras actividades al aire libre con descripciones detalladas, fotos y comentarios de usuarios.

Uruguay despega



AEROPUERTOS URUGUAY

Sistema Nacional de Aeropuertos Internacionales en proceso final de modernización. Nueva red para potenciar el desarrollo del país. Aeropuertos Uruguay forma parte del grupo Corporación América Airports, empresa global que opera en 6 países. Desde el 2003 gestiona el Aeropuerto de Carrasco y Punta del Este. En 2021 asumió el compromiso de modernizar los 6 aeropuertos ubicados en Carmelo, Paysandú, Salto, Melo, Durazno y Rivera.

¡EL CIELO DE URUGUAY CADA VEZ MÁS CONECTADO!



Aeropuerto Internacional de Paysandú

Aeropuerto Internacional de Paysandú "Brig. Gral. Tydeo Larre Borges"

Se sigue avanzando con solidez en la remodelación de las obras para que la infraestructura cumpla con los estándares internacionales. La terminal aérea incluirá lo exigido por la Avsec (Aviation Security; Seguridad Aeroportuaria). Contará con equipos de rayos X, detectores de metales y escáneres de equipaje. Habrá una estación de servicio de combustible para aviones, y reparticiones específicas para Aduanas y Migración, esenciales para el rango internacional. La terminal posee un anillo de fibra óptica con cámaras perimetrales e interiores para optimizar los controles de la Policía Aérea Nacional. La plataforma rectangular para el estacionamiento de aeronaves es de 4.000 metros cuadrados, con iluminación led para toda la pista. La construcción del camino perimetral ya está terminada y se continúa avanzando con los 6.500 metros de cercado. Se avanzó un 70% en la infraestructura de la terminal con las obras estipuladas para la incorporación de estructura metálica, cerramientos verticales y divisores para el interior. Continúa la construcción y el acceso al nuevo estacionamiento. Se estima que podrá inaugurarse en octubre.

Aeropuerto Internacional de Rivera "Pte. Gral. Oscar D. Gestido"

Inaugurado en diciembre 2023, significó un logro por la renovación en infraestructura y servicios. Declarado primer aeropuerto Binacional en América Latina y el segundo en el mundo. Las acciones de modernización impulsan la conectividad y descentralización, contribuyendo al desarrollo económico, turístico y logístico del país.

Aeropuerto Internacional de Salto "Nueva Hespérides"

Inaugurado en febrero de 2024, la nueva terminal aérea, de primer nivel, cumple con los más altos estándares internacionales en materia de seguridad operacional y servicio. Además de actualizar la infraestructura aeronáutica se incorporó nueva tecnología y equipamiento, renovando el nivel de prestaciones para pasajeros y clientes.



Aeropuerto Internacional de Carmelo



Aeropuerto Internacional de Durazno



Aeropuerto Internacional de Melo

Aeropuerto Internacional de Carmelo "Zagarzazú"

El primero en ser modernizado, inaugurado en diciembre 2022. Su funcionamiento en temporada reportó resultados históricos, con récord en el último año.

La nueva terminal aérea está altamente equipada para recibir vuelos nacionales e internacionales y cuenta con Duty Free Shop y un espacio gastronómico de Narbona. Cumple con los más exigentes estándares internacionales de seguridad operacional y servicio.

Aeropuerto Internacional de Durazno "Santa Bernardina"

Con un radar de última generación, está provisto de tecnología que permite detectar aeronaves en un radio de 250 millas náuticas y observar las condiciones meteorológicas. Se renovó el equipamiento de la torre de control con equipos de comunicación de última generación que potencian el servicio de tránsito. Continúan las obras de remodelación, será inaugurado probablemente en diciembre.



Aeropuerto Internacional de Rivera

Aeropuerto Internacional de Melo

Recientemente inaugurado (23 de setiembre) se realizó renovación y ampliación de la terminal aérea, asfaltado de pista principal, plataforma y calle de rodaje; balizamiento e instalación de iluminación LED, remodelación del espacio para la Policía Aérea Nacional, y obra civil de la nueva planta de combustible.



Aeropuerto Internacional de Salto



Urbanismo

Es esencial en las nuevas maneras de diseño y planificación de ciudades la integración y conservación de la biodiversidad, creando espacios donde la naturaleza y la vida silvestre coexistan armoniosamente con los habitantes. Esto contribuye no solo a mejorar la calidad de vida sino también a enfrentar desafíos climáticos ambientales.

Significa un cambio en la manera en que el Estado ejecuta sus políticas públicas, ocupándose no solo de las grandes obras de infraestructura, sino también de las pequeñas intervenciones que tienen un alto impacto en las personas. Es favorable e indispensable la participación directa de los ciudadanos.

Ciudades inclusivas: un lugar para todos

El urbanismo sostenible se compromete a crear ciudades inclusivas, donde cada ciudadano, independientemente de su situación, pueda prosperar. La vivienda asequible, servicios públicos mejorados y la participación ciudadana activa son los cimientos de esta visión. Conocer y reconocer los grupos locales, su historia, su relación con el territorio, sus afectos y porqué se movilizan.

Innovaciones públicas para la recuperación de vacíos urbanos y de la ciudad subutilizada.

Recuperar inmuebles abandonados:



transformar un “costo negativo” para la sociedad y la administración pública en bienes comunes activos para la ciudad. Alternativa flexible, temporal y experimental que agrega valor a espacios vacíos

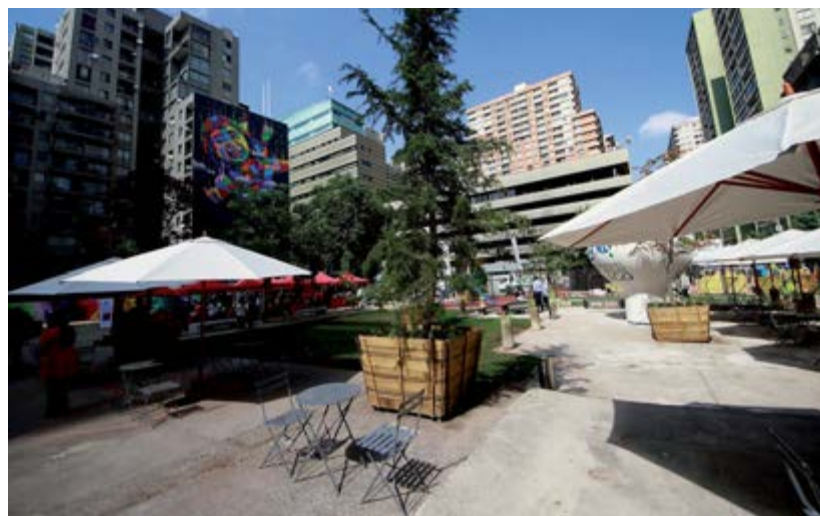
“Que sea un espacio abierto que se pueda disfrutar del sol, del aire libre, cosechar, comer algo, tener cocina comunitaria...”

Ana Paz. Jardín Cultural Dinámico

Jardines Públicos y Plazas de Bolsillo

Son áreas de uso público transitorio que transforman terrenos vacíos (baldíos, predios, esquinas), en espacios verdes de uso transitorio mediante mobiliario práctico, vegetación, arte urbano,





foodtrucks, o áreas para el descanso y esparcimiento. Se mitiga de esta forma la contaminación urbana.

Generalmente el mecanismo de gestión es público-privado. Los terrenos son de propiedad fiscal, por lo que la inversión inicial es realizada por una entidad pública y los “socios estratégicos” o responsables de la operativa que se instale (mencionadas anteriormente) deben comprometerse a mantener y cuidar el lugar debido a que no pagan arrendamiento.

Huertas Comunitarias

Producción urbana de alimentos en terrenos improductivos desarrollada por un grupo de personas con interés en la integración barrial, social y comunitaria; no requiere demasiados requisitos más que el espacio suficiente para los cultivos y acceso a agua para riego. También se pueden realizar talleres de formación de compostaje, etc. Se consume parte

de lo que se produce y/o se vende a precios económicos con el fin de generar recursos para la huerta.

Se puede asociar con **Cocina Comunitaria** de modo de utilizar la producción en un espacio gastronómico colectivo. La Gastronomía es un catalizador de Desarrollo Urbano que sostiene la esencia cultural, el patrimonio y la identidad de una población. Motor de crecimiento económico local, conector social único.

Espacios diurnos para personas donde se puedan realizar actividades libres, poder cocinar y hasta cosechar la misma comida que consumen (relacionándolo con las huertas), o elaborar conservas u otros

productos. Una forma de convivencia con una dinámica productiva y laboral. Puede pensarse con el apoyo de algún centro estatal o de personas que deseen colaborar a la interacción.

Red de Compostaje

Enclaves de recepción y procesamiento de residuos orgánicos distribuidos en la ciudad de manera de ofrecer a los habitantes la posibilidad de reciclar sus residuos, inquietud de muchas personas que no tienen la posibilidad de realizarlo en sus hogares. Una red de puntos de compostaje y reciclaje es vital para reducir la basura llevada a vertederos municipales.

y Sociedad

Urbanismo y Sociedad



Otros:

Espacios para adultos mayores
"El Banco del Tiempo"
Espacios Extra Escolares
Turismo Comunitario
Centros Culturales
Vivienda Colectiva
para la Tercera Edad.



En Uruguay, desde el 2018 en la Facultad de Arquitectura funciona LUPA, Laboratorio de Urbanismo Participativo y Afectivo. Un grupo de investigación multidisciplinario que explora entornos urbanos desde metodologías interactivas, recuperando las prácticas de cuidado y los lazos afectivos existentes en los territorios para estudiar, comprender y proponer nuevos escenarios inclusivos y ecológicos. Agradecemos los aportes para el desarrollo de esta nota de la Arquitecta Noelia Botana Magíster en Diseño Urbano, y Adriana Goñi, Antropóloga y Dra. en Urbanismo, Máster en Humanidades Ambientales y Estudios Territoriales

Por mas info LUPA
<https://www.reactoruy.com/>

Susana Sosa

“Diseño es creación, inspiración, conexión, calidez”

Comenzó trabajando en La Barra, Maldonado, en el emblemático local Trading Post, de Aaron Hojman asesorando clientes en la dinámica del diseño. Conecta así con su creatividad y el lugar magnetizado por el mar, el verde, y los colores cálidos de viviendas habitadas más en verano.

Durante y después de la pandemia mucha gente decide vivir en Punta del Este y los balnearios cercanos durante todo el año y crece la demanda del reciclaje de casas. Susana es convocada por varios clientes para el asesoramiento y decoración de sus hogares.

Ensambla varios estilos: contemporáneo, minimalista, atemporal, moderno, que son requeridos por diferentes usuarios del mercado actual.

Estimulada por una de sus mentoras Joseane Sturmer es atrapada y desarrolla el design Brasileiro inspirándose en conceptos de autor como Sergio Rodríguez, Jader de Almeida, Heloisa Crocco, Paulo Méndez. Viaja y participa de ferias (El Salón del Mueble en Milán y otras) para complementar su formación y vocación, conocer nuevas marcas y trending topics del rubro. Creadora junto a sus socios de grandes eventos como el Design Fashion Week, que reúne lo mejor del diseño, tecnología, decoración, mobiliario, gastronomía, y últimas tendencias de interiorismo en Punta del Este, coproductora de Manantiales Open La Barra, Vik Pavillon y otras instancias de la industria del design development.

De alma inquieta, con el objetivo de promover y contribuir al desarrollo del sector, actualmente participa como curadora de otro desafío: Design Week Uruguay, el 11, 12 y 13 de octubre en Colonia, Plaza de Toros. Un espacio expositivo de marcas con las últimas tendencias, exhibición de obras de profesionales, conferencias con speakers internacionales, y Networking.

Con su escucha activa y sello personal, Susana continúa en la exploración de innovaciones, y experiencias únicas e interactivas de la industria conectando arquitectura, paisajismo, interiorismo y diseño.

Contacto: +598 94 015 081



Terraza en Lomas de La Barra. Sillones de Lapacho de líneas rectas.



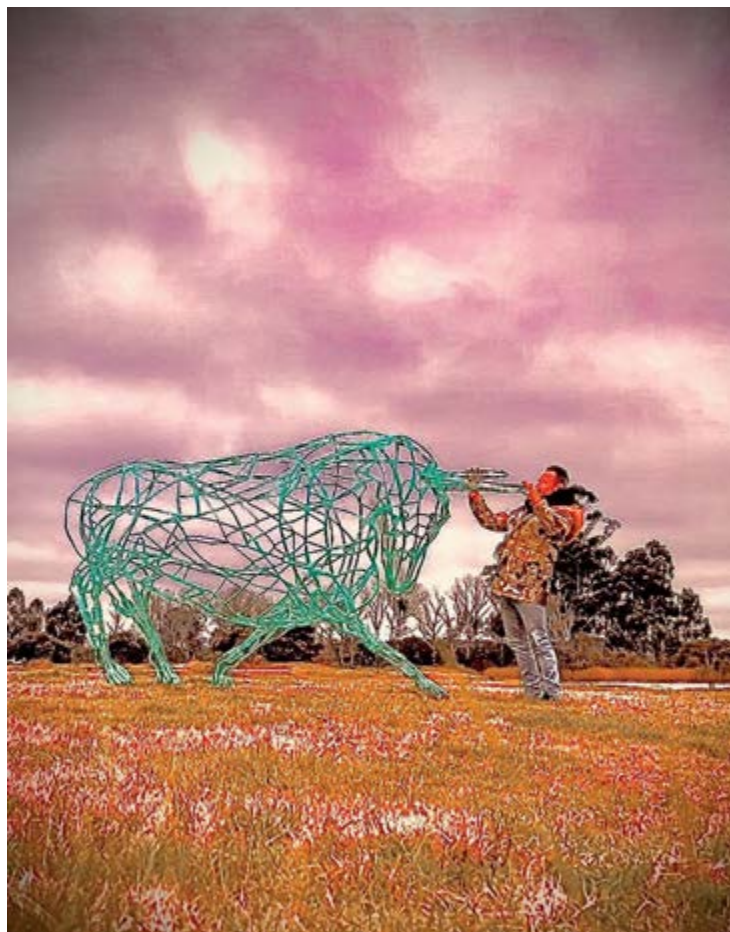


ADRIAN SOSA MENDEZ

ARTISTA PLÁSTICO

Vida real, arte contemporáneo y conceptual

Líber Adrián Sosa Méndez vivió su infancia en las costas de Maldonado y dibuja desde ese tiempo. Efectuó sus estudios superiores en la Universidad del Trabajo (UTU) y sus primeras exposiciones fueron en San Carlos (1992). Continúa su formación en diseño, pintura, acrílico, grabado, óleo y carbonilla, realizando exhibiciones en ateliers y eventos de Argentina, Brasil, Perú y otros países. En 2001 desarrolla una Muestra en Paloma Lía Gallery Chicago – USA; estuvo en Ibiza, hizo una escultura en Valencia para Black Coffee famoso D.J.; ha recibido varios premios entre otros el Primer Galardón Dia Internacional de la Mujer en Uruguay.



Adrián logra estampar la mágica belleza de animales en increíbles esculturas que realiza con alambres cuidadosamente tejidos. Este material le permite ir dibujando y formando las partes de un trabajo “transparente”, con impronta espiritual y de liviandad en creaciones de obras vivas: caballos, aves, gatos, sapos, rinocerontes, monos, peces, perros, elefantes, en pequeñas y grandes dimensiones, para distintos espacios: flotantes, sobre la tierra, en el aire, paredes, decorativas, luminarias. La obra se rellena con paja, fardos,

LIVIANIDAD TRASPARENCIA ES



vegetación seca para quemas ecológicas de festividades como San Juan. Es efímero ver una escultura prendida fuego, pero luego se puede reutilizar pintándola o plantándole enredaderas como la *Muehlenbeckia complexa* (conocida como planta de alambre), Santa Rita u otros arbustos. Técnica denominada Arte Topiario, que Adrián desarrolló intuitivamente sin saber que se practica en Inglaterra siendo así pionero en la región y precursor en el uso de poliuretano.

Con estas producciones Adrián expresa y reivindica los animales que han sido despojados por la humanidad de su habitat natural. No son sólo decorativas sino una manera de interpelar al mundo y dar su mensaje.

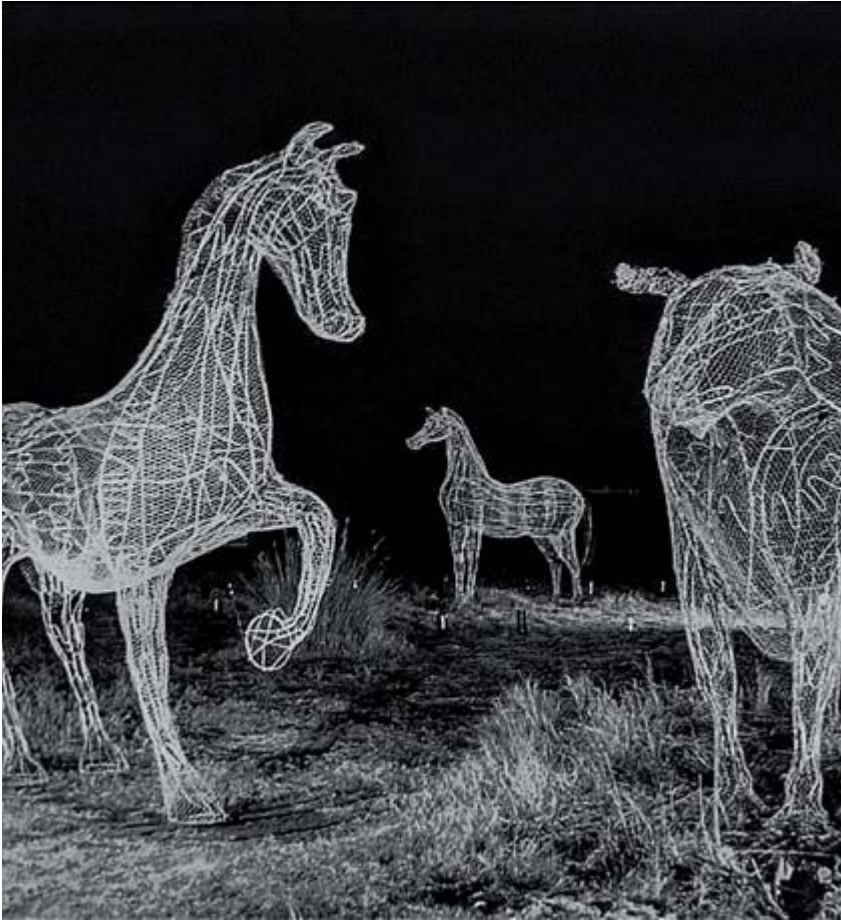
Actualmente reside en el Balneario Buenos Aires, Punta del Este, Maldonado. Cada temporada están sobre Ruta 10, 166.5 km., parada 13, calle El Alambrador. Donde desde hace 22 años tiene su atelier denominado Casa Pájaro. Adrián trabaja in situ cuando es requerido por el cliente para dejar su impronta en obras que toman vida.

Próximamente editará un libro y una película. Play list música <https://on.soundcloud.com/hKbNC7vLmXP5kx7s8>



LIVIANIDAD TRASPARENCIA ES

PIRITUALIDAD INMORTALIDAD



Contacto
@adrian_sosa_mendez



PIRITUALIDAD INMORTALIDAD

Ignacio Kliche

Cantante, actor, periodista, modelo, animador de TV, escritor, creador del portal ecológico Por el Planeta y del Movimiento Amarás

Proveniente de una familia de artistas, desde muy temprana edad demostró su inclinación por la música, el arte y la comunicación. Su sensibilidad lo destacó en las letras siendo autor de poesías y canciones.

Estudio Lic. en Relaciones Internacionales en la Universidad de la Rca Uruguay, pero fue a través de su faceta de modelo que se presenta al certamen Mister Word (2000) en Escocia ganando el título de Mister Mundo (único título mundial en Certámenes de Belleza en la historia de nuestro país). Comienza a realizar varias campañas, se dedica durante 20 años a viajar por el mundo, vivió en 6 países.

En 2011 lanza su portal ecológico Por el Planeta siendo pionero en este formato. En 2017 graba su disco Tango Desencuentro (en Chile) y realiza presentaciones y shows en España con la gira "100 años de La Cumparsita"

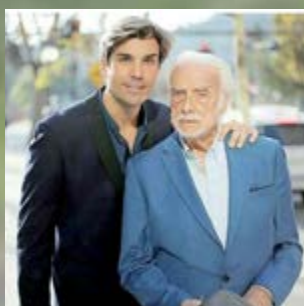
2019 realiza el 1er matinal ecológico en Chile con 400 capítulos. Publica su libro Despierta por el Planeta (se puede descargar desde www.despiertaporelplaneta.com). Viaja a Uruguay a pasar Año Nuevo con su madre y su hermano y, producto de la pandemia, no puede regresar a Madrid donde residía.

La incertidumbre hace que se replantee sus objetivos. Se va a vivir al campo, en una casa construida por sus propias manos, con las mínimas condiciones, para conectarse con la naturaleza rescatando animales, cuidando de ellos y cercano a Dios. Aborda el desarrollo de varios libros y un método de coaching para acompañar a personas solas en procesos de transformación profunda.

2024- Fallece en Chile su abuelo Walter Kliche una leyenda del teatro Latinoamericano (fue parte de la comedia nacional con China Zorrilla, Larreta y Margarita Xirgu) con amplia trayectoria como actor en Argentina y Chile. Emerge en Ignacio el volver a los escenarios, estar en contacto con el público presencial por lo que en octubre está de gira en Chile cantando y llevando el mensaje de su Movimiento Amarás, regresando en verano a Uruguay.

Movimiento Amarás. "Movimiento de liberación de seres humanos del sistema, haciéndolos autosustentables, alimentando sus cuerpos y nutriendo sus almas a través de las enseñanzas de Jesucristo".

"Cuando el mundo material desaparece, se da la oportunidad para que profundicemos en lo espiritual"



 @ignaciokliche
www.ignaciokliche.com

 @movimientoamaras
www.amarás.com

www.despiertaporelplaneta.com



“La felicidad depende de la calidad de tus pensamientos”

Marco Aurelio

La llave de tu vida

La terapeuta Lucia Rodríguez Bachini cuenta con experiencia en el campo de la transformación a nivel personal. Con su libro resume sus palabras que ayudan a alcanzar metas y provee una guía para que cada uno logre el éxito personal.

Convierte tus sueños en realidad con las herramientas y técnicas que Lucia brinda en este manual que ayuda a definir y mantener el eje en el proceso para la superación personal.

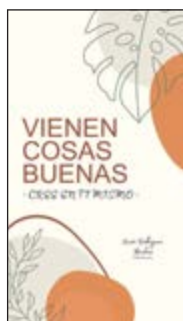
La pregunta fundamental es... ¿en el bolsillo de quien has depositado la llave de tu vida?

Con esta pregunta Lucia inicia la salida de la zona de confort, apartándose de la victimización para tomar las riendas de su vida. “La llave de tu vida”. Manual para dominar el camino hacia tus metas.

Lucia Rodríguez.

Contacto: 098 462 379

@luciarodriguezbachini



A silhouette of a person standing on a dark horizon, looking through a telescope mounted on a tripod. The background is a deep blue night sky filled with numerous stars. The person is positioned on the right side of the frame, facing left.

Turismo astronómico

ASTROTURISMO | TURISMO ESTELAR

Cielos estrellados: un patrimonio natural a cuidar.

Modalidad en auge asociado a la astronomía de nivel recreativo, cultural o científico. Toma el cielo nocturno como recurso turístico para explotar una actividad creando experiencias para el público general.

Desde la antigüedad, las culturas han contemplado y estudiado el cielo y las estrellas buscando una interpretación a la existencia. La observación atenta sirve de guía para conocer el comportamiento y ciclos de animales y plantas, cambios estacionales, fenómenos meteorológicos, navegar por el mar.

Actualmente la excesiva contaminación lumínica ha alejado esta experiencia. El 85% de la población mundial no tiene acceso a cielos estrellados. En Uruguay, levantar la vista y encontrarse con la fortuna natural del cielo os-

curo es un regalo de la naturaleza que se puede apreciar en varios puntos del país.

El turismo de estrellas, es una oportunidad de crecimiento para localidades rurales poco pobladas y vírgenes donde el cielo se plantea como recurso económico para la exploración, conocimiento y apreciación de la naturaleza.

Uruguay es un destino emergente de turismo estelar que comprende la observación diurna o nocturna, a simple vista y/o con elementos ópticos; hasta las visitas a enclaves astronómicos relevantes, museos tematizados o rutas con “guías de cielo” capacitados y con conocimientos astronómicos.

Esta primavera dedica tiempo a observar las estrellas.

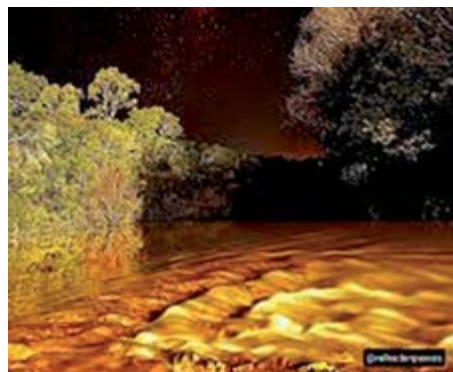
Experiencia VIVENCIAL

en Tacuarembó, Valle Edén



Contacto: 092 482 765
Face Valle Edén Paseos
@valleedenpaseos
Estación Valle Edén,
45017 Valle Edén,
Departamento de Tacuarembó
Uruguay

Descubrí y conoce sus rinconcitos ocultos y el espectacular cielo oscuro con Hugo Alfonso, Guía Autorizado y Especializado de Valle Edén Paseos, empresa familiar que brinda experiencias de Ecoturismo, Senderismo, Trekking, Astroturismo, reconocimiento de Monte nativo, plantas medicinales y otras historias.



Circuito Astroturismo + Astrofotografía con celular

Una práctica para vivir el presente, contemplando las maravillas del universo.

Salidas de Astroturismo

Identificación de planetas, galaxias, constelaciones, estrellas, creencias de civilizaciones antiguas. Aprendizaje de movimientos aparentes, distancias, mitologías, interpretación de viejas civilizaciones, la importancia para ellas...y mucho más

Actividad ideal para hacer solo, acompañado, en pareja, familia, o excursión. A ojo desnudo, con binoculares astronómicos y telescopio. Duración: 1:30 minutos.

Accesible a todo Público.

Accesorios que se utilizan durante la experiencia:

Láser de largo alcance | Binoculares astronómicos | Telescopio

Todas las fotos de éste circuito son sacadas con celular.

Actividad personalizada, fecha a elección, previa agenda



"Domestiquemos estrellas"

*Definición de Domesticar,
según el zorro del Principito:*

¿Qué significa "domesticar"? — preguntó el principito.

—Es una cosa ya olvidada —dijo el zorro—, significa "crear vínculos..."

Tú no eres para mí todavía más que un muchachito igual a otros cien mil. Pero si me domesticas, entonces serás para mí único en el mundo, y yo seré para ti único en el mundo...

"Domestiquemos estrellas juntos y así dejaran de ser solo Estrellas y diremos: Mira ahí está Sirio la estrella más brillante del cielo nocturno. Esa otra es Betelgeuse (una súper gigante Roja), aquella la Constelación de Orión (El Gigante) y Júpiter el responsable de que tengamos agua en la tierra..."

Hay un universo para conectar y domesticar.



Tacuarembó Valle Edén

Entre puentes, vías y viejos trenes es de los valles más emblemáticos del país, con paisajes serranos, quebradas, exuberante vegetación, abundante fauna autóctona y vestigios de un pasado ferroviario. Ubicado sobre la ruta 26, km 208, a 15 min de la ciudad de Tacuarembó.



Atractivos Destacados

Túnel Ferroviario de Bañado de Rocha

Único Túnel Ferroviario en Uruguay. Monumento Histórico Nacional.

En 1884 se aprobó la Ley de Trazado General de Ferrocarriles, y se establecieron 6 líneas, en un sistema radial donde todas convergían en Montevideo por la ubicación del puerto.

En dirección a Rivera, al llegar al Km 466, se encontró un cerro de piedra que impedía continuar los trabajos, por lo que se decidió la construcción de un túnel que debía ser excavado en la roca. Ubicado en una curva, el Túnel se encuentra a 19 kilómetros de la Estación. Actualmente es atravesado por trenes de por estar sobre una de las líneas operativas de AFE con mayor tráfico. Emplazado en uno de los parajes más hermosos y pintorescos ha sido utilizado para importantes y conocidas realizaciones cinematográficas.





Museo Carlos Gardel

Inaugurado en 1999, exhibe numerosos documentos sustentando la versión que en la estancia cercana Santa Blanca, nació el zorzal criollo. Localizado en una antigua pulpería donde Gardel habría actuado durante su temprana juventud como cantante.

El museo ofrece una experiencia moderna digital que permite explorar la vida y obra del más grande cantor de Tango de todos los tiempos. Además hay una colección de fotos y objetos personales como su sombrero, el piano, piezas de época, instrumentos musicales y discos originales. Una imagen de tamaño natural, acompañado de una gigantografía del documento del Registro de Nacionalidad Uruguaya, no deja dudas: Gardel nació en Tacuarembó el 11 de diciembre de 1887. Con exhibiciones que abarcan su música, películas, cartas, amigos y su trágica muerte, el museo atrae una amplia gama de visitantes interesados en conocer más sobre la historia y el legado de este icónico artista.

*Dirección: Ruta 26 Km 208, Valle Edén / Tacuarembó
Teléfonos: 099 107 303 / 4632 3520*



SALUD



APITERAPIA ABEJAS que sanan



Si bien la medicina tradicional no deja de avanzar año tras año, las terapias naturales cada vez cobran más fuerza gracias a su validación científica y demanda de las personas para sanar de forma natural, libres de fármacos y tratamientos invasivos.

La Apiterapia es una técnica milenaria, que utiliza los productos de la colmena como la miel, propóleo, polen y apitoxina, con el objetivo de recuperar y mantener la salud. En particular, el veneno de abeja o apitoxina es un tratamiento natural, seguro y efectivo para diversos tipos de enfermedades. Debido a su potente efecto antiinflamatorio y analgésico, es utilizado para tratar patologías que cursan con dolor, como la Artrosis, Reuma, Tendinitis, Contracturas Crónicas o Fibromialgia. Por su efecto inmunoregulador es ideal para procesos como la Artritis Reumatoide o Lupus, entre otras.

Cerca nuestro, en Montevideo, la Dra. Laura Inés Chiaramello, aplica a sus pacientes Apiterapia desde hace más de 12 años con excelentes resultados.

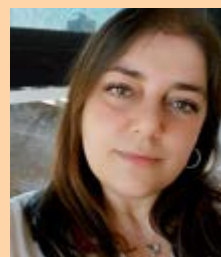
Doctora en medicina, es Diplomada en Dolor Crónico, y se especializa en el tratamiento con apitoxina para patología articular. La aplicación se realiza mediante microinyecciones

subcutáneas en puntos corporales estratégicos, que se potencian con ultrasonido y sustancias naturales como vitaminas y minerales.

Su acción además de generar un eficaz alivio del dolor, potencia la regeneración y cicatrización de los tejidos lesionados; mejorando la movilidad y disminuyendo el consumo de analgésicos.

Los resultados se obtienen en pocas semanas y la recuperación de la calidad de vida de los pacientes es realmente sorprendente.

Les invitamos a conocer y experimentar esta efectiva terapia natural, tanto para prevenir, como para tratar nuestro cuerpo, sin fármacos ni cirugías.



Dra. Laura Chiaramello
Médico apiterapeuta
Apiterapia Uruguay



*Dale a la naturaleza
la oportunidad de sanarte*

www.apiterapiauruguay.com
Teléfono/WhatsApp 099887736
Luis Lamas 3496, Montevideo
Redes sociales @terapiadeabejas
Apiterapia Bienestar Natural



El café

Conocer, sentir
y disfrutar
el mundo del café.

LEYENDA E HISTORIA

En el S. VI, los pastores de Abisinia (Etiopía, oriente de África) se sorprendieron al ver que sus cabras se mantenían despiertas toda la noche. Descubrieron que el motivo eran unos frutos que comían en la montaña. Los religiosos se hicieron de ellos y comenzaron a realizar brebajes para combatir el sueño, así podían quedarse despiertos toda la noche leyendo el Corán. Lo llamaron “kaweh”. Cuando el imperio otomano se expandió, los frutos del brebaje negro llegaron a Europa. El primer local donde se vendió el “líquido mágico” en 1663 fue en Venecia. A partir de ahí su uso se extendió por toda Europa. La primera vez que el café cruzó el océano Atlántico para instalarse definitivamente en América fue en 1723, cuando los franceses lo trajeron a Martinica. De allí descendieron todos los cafetales americanos.

LA RESIGNIFICACION DEL CAFÉ.

Fue en Europa donde se empezó a diversificar las formas de consumirlo. Se transformó en la bebida de los intelectuales. Grandes pensadores de diferentes épocas y países hacían de los “cafés” lugares de culto, donde la creación de pensamiento y conocimiento husmeaba en el ambiente junto al aroma del café. En el “Florián” de Venecia, o en el “Plazza San Marco” se solía ver a Hemingway y a Jorge Luis Borges. En el café la Paix de París, se reunían Jean Paul Sartre, Simón De Beauvoir, Baudelaire, Matisse, Modigliani, Picasso, Rimbaud y Joyce.

En el Río de la Plata la vivencia no fue muy diferente: Buenos Aires y Montevideo se convirtieron en lugares urbanos donde los intelectuales se reunían a “tertuliar” durante horas. De los cafés como de la vida surgieron nada menos que libros, amores, odios y pensamientos creativos.

Es la bebida más consumida en el mundo, después del agua. En Latinoamérica, es parte integral de la cultura y la economía de la región. Los uruguayos –grandes fanáticos del mate– aumentaron 14,6% las compras de este producto en los últimos tres años.





LA REVOLUCIÓN CAFETERA

Nuevos talentos y perfiles de sabor

Los Cafés de Montevideo en el 1900 eran "Pulperías" más adelante "Almacenes" o Tiendas de Ramos Generales. Actualmente los uruguayos han afinado el paladar: se habla más de granos, tostado, orígenes, y de buen café.

El café de especialidad, que se cultiva, seca, tuesta y prepara bajo estándares artesanales, ha generado nuevas cafeterías, términos y oficios. Aparecieron nuevos personajes en el proceso: el barista que «representa la vanguardia dentro del mundo del café», el tostador y un nuevo tipo de público, más joven, culto y conocedor del producto.

Los métodos de preparación también han influenciado revelando nuevas modalidades, prácticas, destrezas y maneras de preparación que permiten desde una elaboración convencional hasta otras más sofisticadas.



Baipa



Panadería | Confitería | Rotisería | Sandwichería
Pastas frescas | Pastelería salada | Lunchs

Baipa Atlántida

Gral. Artigas y Calle 26, Atlántida.

Tels.: 4372 2016 | 4372 0482

Todos los días a partir de las 8 hs.

Catering

Baipa Punta del Este

Av. Roosevelt y Parada 8,

Punta del Este.

Tel.: 4249 0487

Todos los días a partir de las 8 hs.

Cafetería

Email: panaderiabaipa@gmail.com
www.baipaatlantida.com

THE LAB COFFEE ROASTERS



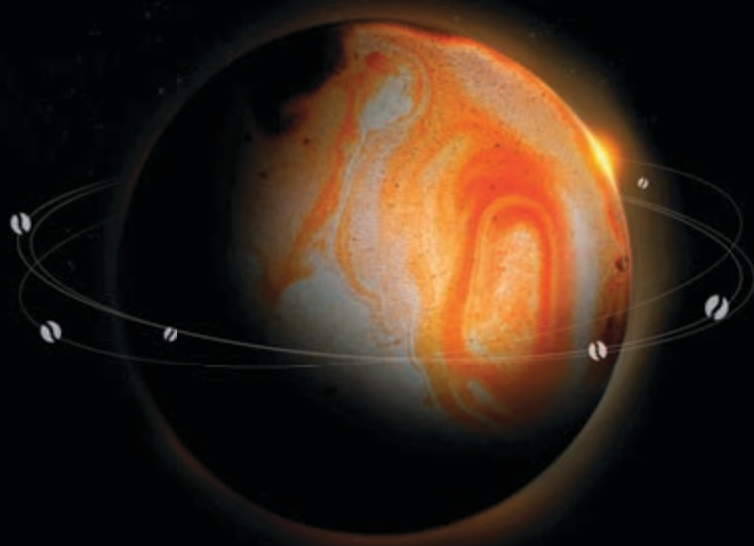
Empresa familiar creada por Raquel Ponzo y sus hijos Verónica y Sebastián Leyton con el objetivo de traer a Uruguay un nuevo segmento del Specialty Coffee.

Comercializan categorías de élite provenientes de Burundi, Etiopía, Sumatra, Ruanda, Kenia, Costa Rica, Tanzania, Colombia, Jamaica, El Salvador y Brasil. Importan granos verdes con la modalidad Direct Trade haciendo las compras directas con productores sin intermediarios, favoreciendo las buenas prácticas de gestión y políticas sociales establecidas. Firmemente instalados en Montevideo con operaciones de tostado, capacitaciones, eventos y sus propios Signature Coffee-Shops en puntos estratégicos de la ciudad, ofrecen amplia selección de cafés de especialidad y equipos de última generación que los posiciona de forma inmejorable en la cultura del místico grano, en un ambiente diseñado al nivel de las principales ciudades del mundo.

@thelabcoffeeorasters



Ó R B I T A THE LAB



SUSCRIBITE AL
UNIVERSO DEL CAFÉ



TU OPORTUNIDAD
DE NEGOCIO:

***FRANQUICIAS
THE LAB COFFEE***



Más información en franquicias.thelab.com.uy

SIGNOS / ZODIACO



ARIES

Sera el comienzo vital de lo que es la carta astrológica...

El zodiaco empieza en el grado cero de Aries.

Su símbolo es el carnero, está regido por el planeta Marte, pertenece al modo cardinal y su elemento es el fuego. Este signo rige la cabeza. Es muy impulsivo, de mucha acción y poca reflexión. Aries choca continuamente la cabeza contra la pared, actúa sin pensar, de forma inmediata. En un principio, Aries es inocente. Es un signo al que le gusta iniciar y es de un espíritu pionero por excelencia.

Frase típica: YO PRIMERO// YO SOY



CÁNCER

Cáncer necesita una casa, un hogar, familia, la patria, para ellos es importante saber a dónde pertenecen, sus orígenes.

Cáncer es maternal, necesita dar y recibir mucho calor humano y seguridad emocional; se preocupa por los suyos y sus allegados, tiene una vida interior rica pero complicada. Lee mucho, es sentimental, emocional y profundo. Les gusta cocinar; en la casa de un Cáncer, la comida estará presente.

Frases típicas: YO SIENTO, YO ALIMENTO, YO EDUCO.



TAURO

Su símbolo es el toro, planeta regente Venus, es un signo fijo y su elemento es la tierra.

En el aspecto físico Tauro rige la garganta y el cuello. Conservadores y perseverantes, actúan de manera lenta pero segura, en general su vida está bien organizada; no les gustan los cambios ni las sorpresas.

El contacto con el campo, la naturaleza, animales y plantas es vital para ellos. Les gusta la buena comida y los ambientes rústicos. Aprecian la belleza, el lujo y el arte. Necesita usar sus recursos, ser

Frases típicas: YO TENGO y YO POSEO.



LEO

Su planeta regente es el Sol

Leo necesita expresarse creativamente y ser apreciado por los demás. Quiere ser el centro de atención y escuchar aplausos, por lo que debe dar mucho de sí mismo, ser generoso y abierto a fin de obtener el amor y cariño que requiere de los demás. Es ordenado, orgulloso y no le gusta decir la verdad cuando le va mal. No acepta limitaciones de ningún tipo, quiere un máximo de espacio y libertad. Sus carreras ideales son el teatro, la actuación o un puesto directivo. Le gustan las joyas, el oro y la ropa elegante. Tiene mucha presencia física.

Frases típicas: YO QUIERO, YO DIRIJO Y YO SOY EL CREADOR DEL UNIVERSO.



GÉMINIS

Su símbolo son los mellizos; es un signo mutable, su elemento es el aire y lo rige Mercurio. Es el 3er signo del zodiaco, tiene que ver con la mente, los hermanos.

Necesitan comunicarse y aprender de sí mismos, de la vida y de los demás. Formarse y entender es muy importante para ellos, es una manera de confirmarse.

Frases típicas: YO COMUNICO, YO PIENSO, YO HABLO



VIRGO

Su símbolo es la Virgen. Analista, perfeccionista, mártir, servidor, ecologista.

Quiere saber mucho de poco, lo que significa que profundiza en algo y luego lo usa de forma productiva y eficiente, es el especialista. Tiene buena percepción de la realidad, muy observador. Quiere ser puro, perfecto y limpio y esa necesidad a veces lo convierte en hipocondríaco. Siempre está haciendo algo porque necesita sentirse útil y servir.

Frases típicas: YO ANALIZO y YO SIRVO.



LIBRA

Su símbolo es la balanza, busca armonía, crea y necesita belleza y equilibrio interior y lo busca a través de los demás. Se interesa y depende de la mirada del otro, por lo tanto la vida en pareja es muy importante y

no le gusta vivir solo. Sociable, diplomático, tiene talento y buen gusto y puede ser algo vanidoso. A veces es superficial, le gusta mirarse en el espejo.

Su frase: YO EQUILIBRO, YO AMO.



ESCORPIO

Su arquetipo es el detective, el chamán, el hechicero. Es un signo fijo, sólo cambia cuando llega a un extremo. Es el signo de la crisis. Susceptible y sensible, si alguien dice una palabra equivocada en seguida tendrá el escorpión encima.

No importa cómo pero llega a su meta, prefiere morir en vez de cambiar sus propósitos. Escorpio no perdona; Cáncer no olvida.

Es difícil desviarlo de su camino, siempre ve todo en blanco y negro.

Su frase: YO DESEO, YO TRANSFORMO.



SAGITARIO

El arquero y el centauro, un ser mitad animal y mitad humano: una parte conectada a la tierra (lo terrenal) y otra en el cielo (espiritual). Es el eterno viajero que nunca quiere llegar a la meta pues prefiere la carretera a la ciudad. Tiende a los

excesos y a la exageración de todo tipo, ya sea material o espiritual. Optimista y entusiasta, mientras más creativo sea más rápido encuentran la forma de combinar los extremos. El eterno buscador de la verdad. Necesita explorar y expandir sus horizontes y los del mundo entero. Se deprime si no tiene un futuro que le permita progresar, siempre necesita tener metas y proyectos nuevos. Si no viaja físicamente debe estudiar para ampliar su horizonte. Tiene la capacidad de animar y entusiasmar a otros, disfruta de su libertad.

Frase: YO COMPREENDO.



CAPRICORNIO

Difícilmente se levante de su caída por esos sus pasos deben ser seguros y firmes, permanecerá en la cima por su propio esfuerzo, si sube por medio de palanca, bajará rápidamente. Lo más importante es

cumplir con las leyes y normas de la sociedad para realizarse dentro de la estructura. Aspira a ser admirados por la posición que consigue con esfuerzo, rige la profesión... el Medio Cielo.

Es viejo en la juventud y joven en la vejez; es como el vino, cuanto más añejo más sabroso.

Frase: YO UTILIZO.



ACUARIO

Es el genio, el revolucionario, el exiliado, el científico y el mago.

Innovador, original, de crear cambios sociales y revolucionar la conciencia de toda la humanidad. Algo distraído, vive en la mente, pegado a las

computadoras, así se desconecta fácilmente del cuerpo físico. Vive en el futuro.

Crea revoluciones, cambia leyes y al final él queda al mando y todos tienen que obedecerlo. Humanista, muy mental, o bien idealistas que quiere lo mejor para su nación y el planeta. Suele ser extravagante, diferente de todos y con un estilo original de vida.

Frases: YO CREO, YO INVENTO



PISCIS

Su símbolo son dos peces nadando en sentido contrario. Muy difícil de definir, bohemio, poeta, soñador, visionario o víctima. Muy sensible, compasivo, caritativo y religioso, es el signo más espiritual del zodiaco:

la meditación es muy importante para que se conecta interiormente, obtener claridad y salir adelante. Cuando Piscis se encuentra en el nivel de la víctima y el caos, hay que encaminarlo al signo opuesto, que es Virgo, y conectarlo con la realidad.

FRASE: YO SIENTO, YO EMPATIZO.

Con Piscis se llega al final del ciclo del zodiaco y es por eso que este signo encierra muchas verdades, está más allá del mundo material.



CONSTRUCCIONES S.A.S

YESO | PINTURA | ALBAÑILERÍA | SANITARIA
ELÉCTRICA | HERRERÍA | ISOPANEL

MONTEVIDEO | MALDONADO | CANELONES

E-mail: elbioortiz@hotmail.com.
Contacto: 099 294 545

Av. Pedragosa Sierra casi, Bvar. Artigas. Parada 5.
perfil.com.uy. Tel: 4249 1282. Punta del Este

Maximiliano Piñeiro
Técnico

Instalaciones
Reparaciones
Mantenimiento

Heladeras, Calefones,
Aires Acondicionados,
Refrigeración y
Electricidad

Cel. 092 893 307 - Paysandú - Uruguay

Santuario Equino Villa Serrana

Un lugar donde los caballos y animales autóctonos pueden ser libres y vivir en manada y libertad hasta su último atardecer.

ACTIVIDADES

-Paseo 4x4, safari serrano -Trekking -Mountain bike paseo guiado
Para apoyar el proyecto puedes donar medicamentos, mantas, alimentos, etc.
CA 0073 001203489192 - Banco Santander. Geraldine Arán Fernandez
Por información y reservas: Libre López / Celular: 099 917 606

Santuario Equino Villa Serrana
 @la cantina del santuario
www.santuarioequinovillaserrana.com

Diseño y Moda
Tienda con Alma

Talleres de Bordado
presenciales y On line

Uruguay

Envíos a todo el país.

+598 99 394 041 - Colonia/Uruguay
 @huebypiafernandez

Facturería y pastas caseras

"Lo de Buby"
la esquina del buen gusto

Alfajores artesanales y exclusivos
Pedidos Especiales para Fiestas | Reuniones | Agasajos | Eventos

Tel.: 4723 6829 Cel. 099 871 179
Montevideo esq. Ituzaingó - Paysandú



Amiland Sas

Artículos para el hogar

*gardenlife

SIN SERVICIO

BOTAFOSO

Amiland



Hogar | Aire Libre | Jardín | Ferretería | Mobiliario Comercial



Contacto: 098 219 016
Arenal Grande 2160
Goes 11800

Tienda Online: amilandsas.com.uy
Envíos a todo el país

@amilandsas
 Amiland-sas



BioTerra

Agricultura Consciente

Planta industrial de valorización de residuos orgánicos y fabricantes de línea de sustratos, fertilizantes, insecticidas y otros productos 100% naturales. Dedicados a la producción sustentable cuidando el medio ambiente y la sociedad. Productos elaborados con cuidadosa selección de materias primas utilizando una técnica desarrollada con investigación de suelos, microorganismos y su relación con la fertilidad.



Compost | Compomite | Sustratos a medida
Insecticida orgánico | Azomite
Fibra de coco | Perlita | Turba

Consulte productos y presentaciones.
Contacto: +598 4330 2000 | [@bioterra_uy](https://www.bioterra.com.uy) | bioterra.com.uy

Bar FACAL
CLÁSICO DE MONTEVIDEO

Desde 1882 referente de la cultura urbana.



Horario extendido
Variedad de opciones en el menú



 Av. 18 de julio 1249
Contacto: 2 908 7741
📍 BarFacal


SAN JOSÉ
Previsora Fúnebre
Previsora en Cremación
LA ATENCIÓN NOS DISTINGUE

Los planes más convenientes de Paysandú



Porque organizar nuestro futuro es cuidar nuestros seres queridos.

www.cocheriasanjose.com.uy
f Cochería y Previsora Familiar San José

José Pedro Varela 749 esq 25 de Mayo. Tels.: 4722 2146 | 4722 6724 | 4722 2544
Paysandú - Uruguay - E-mail: icelsa1@adinet.com.uy

El Revoltoso de Rodrigo
todo de todo...

Para encontrar lo que buscas!!

Juguetería | Bazar | Electrónica | Bijouterie | Accesorios para celulares | Perfumería y Cosmética y mucho más.



LOCALES:
Blvar. Artigas 1442 a pasitos de la Bandera.
Abierto de Lun a Sáb de 09:00 a 20:30
Dom de 09:00 a 14:00. Paysandú.

Av. España 1543 esq. Felippone.
Abierto de Lun a Vie de 09:00 a 19:00,
Sáb de 09:00 a 13:00. Paysandú.

CONTACTO
Tel. 472 51818
Cel 📞 : 091 03 01 50



ESTABLECIMIENTO
EL GAVILÁN
Valle del Lunarejo

Viví una experiencia inolvidable!

- Hostel
- Camping
- Paseos
- Senderismo
- Trekking
- Cabalgatas
- Travesías
- Fogones

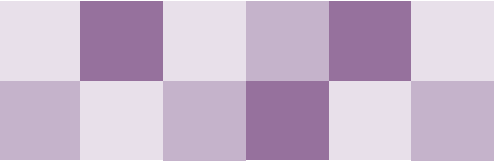
Ruta 30 km 233, Bajada de Pena, Tranqueras, Rivera, Uruguay

Contacto:
 099017207 |  @elgavilan_vdl
 Establecimiento El Gavilán Valle del Lunarejo



Variété
PASTELERÍA & CAFETERÍA

Tel: 45673890 - Cel: 099930256
 Dirección: 18 de Julio 1977 - Young. Rio Negro.
 Instagram variete_cuisine


Aspiradora inalámbrica

Tortorella

SOMOS PARTE DE TU HOGAR



Se aceptan todas las tarjetas



Colectivos de Casamientos Cumpleaños





18 de Julio y Baltasar Brum - Paysandu - Tel: (00598) 4722 4272
 Cel: 096 121 354  Tortorella Hogar  Tortorella Hogar



Reserva de Vida

Organización sin fines de lucro con el propósito de rescatar equinos del maltrato. Proyecto que involucra arte, educación y naturaleza.



Pueblo Edén | Maldonado | [Instagram](#) @reservadevida



Agradecemos a todas nuestras clientas y amigas que nos eligen cada día, que confían en nosotros y en la calidad de nuestra atención.

Elvira

PEINADOS

Cuidado profesional y estilo para tu pelo

Cerrito y Leandro Gómez / Paysandú - Uruguay
Tel: 472 23762 - Cel: 098316970



Tener un cofre de seguridad es una inversión inteligente para proteger objetos de valor y documentos importantes.

Reserve el suyo hoy mismo! [096 230142](tel:096230142)



Roosevelt Center, local 10, Parada 11 | Punta del Este, Uruguay
Tel. +598 4248 1030 | Cel. +598 96 230142
cofres@puntacofres.com



Montecaseros 640. Paysandú. Uruguay
TELÉFONOS: (00598) - 472 26100 - 472 28400
EMAIL: casinofm@adinet.com.uy, casinofm@gmail.com
www.casinofm.net | Facebook @CASINOFM96.3

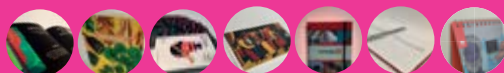
DESCARGA NUESTRA LA APLICACIÓN DESDE GOOGLE STORE



Llevamos la impresión digital a otra dimensión.

Ahora puedes imprimir en menores cantidades, pero con la misma calidad profesional.

Para ver nuestro catálogo de productos ingresa en nuestra web www.insprinta.com



[f /insprinta](#) [i insprinta](#) [2408 3049 Int. 129](tel:24083049) [Minas 1376](tel:1376) contacto@insprinta.com



Almuerzo	12 a 16 hs.
Merienda	16 a 20 hs.
Cena	20 a 00 hs.

Contacto +598 91 093 747

estelugar.pde

Lourdes esq. Scasso | Punta del Este | Maldonado

30 años
patricia campiglia
INMUEBLES

Celebramos 30 años invitando a nuestros clientes a un día de campo en Reserva de Vida

Tel.: (00598) 2622 89 62

Patriciacampiglia.com.uy

Luis A. de Herrera 1248 WTC Torre III Oficina 115
Puerto Buceo - Montevideo-Uruguay

chill out
RESTO



Abierto todos los días.

Puerto: 093 309 825 - La Barra: 093 593 452

Ruta 10 y Calle de los Silencios

Punta del Este - Maldonado - Uruguay



Viví la experiencia Gardel



Turismo y Gastronomía

Vas a querer volver

Ubicado en el corazón del norte uruguayo, un lugar donde está latente el espíritu y la magia de la época del mago.

Habitaciones elegantes diseñadas para el confort. Restaurante El Zorzal Criollo

Excelencia en creaciones locales. Menú a la carta y ejecutivo

Desayuno | Room Service | Piscina Climatizada | Jacuzzi | Wifi | Jardín Verde | Eventos corporativos

Servicio excepcional en un ambiente acogedor para disfrutar de una gran estadía.

Tel.: 0598 4633 0301 - Cel.: +598 094 508 397 - Ruta 5 km Km 387.500 - Tacuarembó - Uruguay

E mail: reservashcg@netgate.com.uy | hotelcarlosgardel.com



La mayor riqueza de una persona es su bienestar

Masajes | Nutrición | Cursos de belleza | Estética de manos y pies | Tratamientos corporales | Peluquería
Microblanding | Peeling Planes de Alimentación Saludable | Depilación Laser | Cosmiatria



Stella Arrospide
NUTRICIÓN Y ESTÉTICA

Contacto 99 722 096

Independencia 831, Paysandú

 Stellaarrospideesteticaynutricion

 Stellaarrospideesteticaynutricion

NSTORE.

Tecnología de confianza

HASTA
+20% OFF
CON  Santander

HASTA
18 CUOTAS
SIN
INTERESES

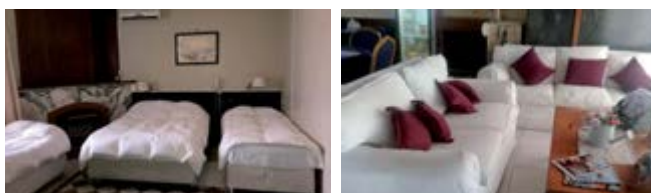


NSTORE.

🌐 [NSTORE.COM.UY](https://nstore.com.uy)

NSTORE NUEVOCENTRO. Av. Luis Alberto de Herrera 3365 ☎ La D de 10 a 22 hs ☎ 22005065 | 099891560

NSTORE PICKUP. Canelones 2001 ☎ La V de 10 a 17 ☎ 2408 0353



HABITACIONES CON SOMMIERS - TELEVISIÓN CON CABLE
AIRE ACONDICIONADO - CALEFACCIÓN - DESAYUNO CONTINENTAL



LOS MARTES Y JUEVES CENA CON COSTO ADICIONAL

Teléfono: (0598) 4722 4216
Dirección: 18 de Julio 1181 - Paysandú
E mail: hrafaela@hotmail.com



*Instalaciones diseñadas confortablemente
con espacios amplios, interiores y
exteriores, y el mejor servicio que te garantiza
una estadía inolvidable*



25 de Mayo 550 - Colón- Entre Ríos
@riodelospajaros
Tel.: 3447 42-7066 | 00549 3447 505330



DISFRUTÁ DE LAS
MEJORES CARNES
Y PESCADOS CON
EL TOQUE ESPECIAL
QUE NOS CARACTERIZA
Y DISTINGUE.
LA BUENA GASTRONOMÍA
EN COLÓN, ENTRE RÍOS.



12 de Abril y Peyret
(a 50m de la costanera)
Tel.: 3447 424037
Mail garin66@hotmail.com
@laplazacolonesto



SABORES Y AROMAS
ÚNICOS EN LA ARTESANÍA
DE LA ALTA COCINA



CON UN RÉGIMEN DE PENSIÓN COMPLETA
Y ACTIVIDADES PARA TODAS LAS EDADES.

ÚNICAS

termas de agua salada del Uruguay



¡Tenemos el plan perfecto para ti!

LONG RELAX

3 NOCHES - 15% OFF

APLICA PARA ESTADÍAS DE TRES NOCHES O MÁS

4 NOCHES - 20% OFF

APLICA PARA ESTADÍAS DE CUATRO NOCHES O MÁS

Las tarifas incluyen desayuno, almuerzo y cena. (Sin bebidas)
No aplica para fechas especiales.
Cupos limitados.
No acumulable con otras promociones.

DESCANSO TERMAL

DESDE

USD 85 DESAYUNO,
ALMUERZO
Y CENA

POR PERSONA EN BASE DOBLE

Promoción válida de domingo a viernes.
No aplica feriados, períodos vacacionales o
fechas especiales.
Cupos limitados.
No acumulable con otras promociones.



CONSULTE POR TARIFAS CORPORATIVAS ESPECIALES PARA EMPRESAS

¡RESERVA YA!
NO TE QUEDES SIN TÚ LUGAR.

ruta 90 KM. 82.300 - TERMAS DE ALMIRÓN. PAYSANDU, URUGUAY
TEL.: +598 47 42 36 20 - WP.: +598 95 201 010
RESERVAS@SALINASDELALMIRON.COM - WWW.SALINASDELALMIRON.COM

8			7	1	5			4
		5	3		6	7		
3		6	4		8	9		1
	6			5			4	
			8		7			
	5			4			9	
6		9	5		3	4		2
		4	9		2	5		
5			1	6	4			9

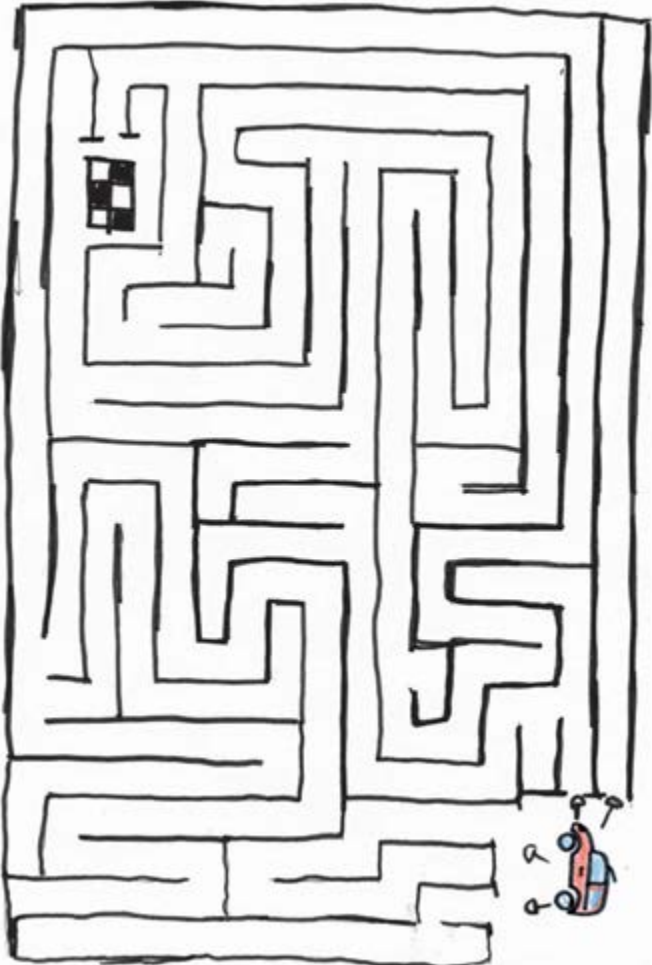
SUDOKU

Tienes que completar todas las casillas existentes, teniendo en cuenta que no pueden coincidir 2 numeros iguales en la misma fila o en la misma columna. O sea, que no puedes tener 2 numeros identicos en horizontal y/o vertical.

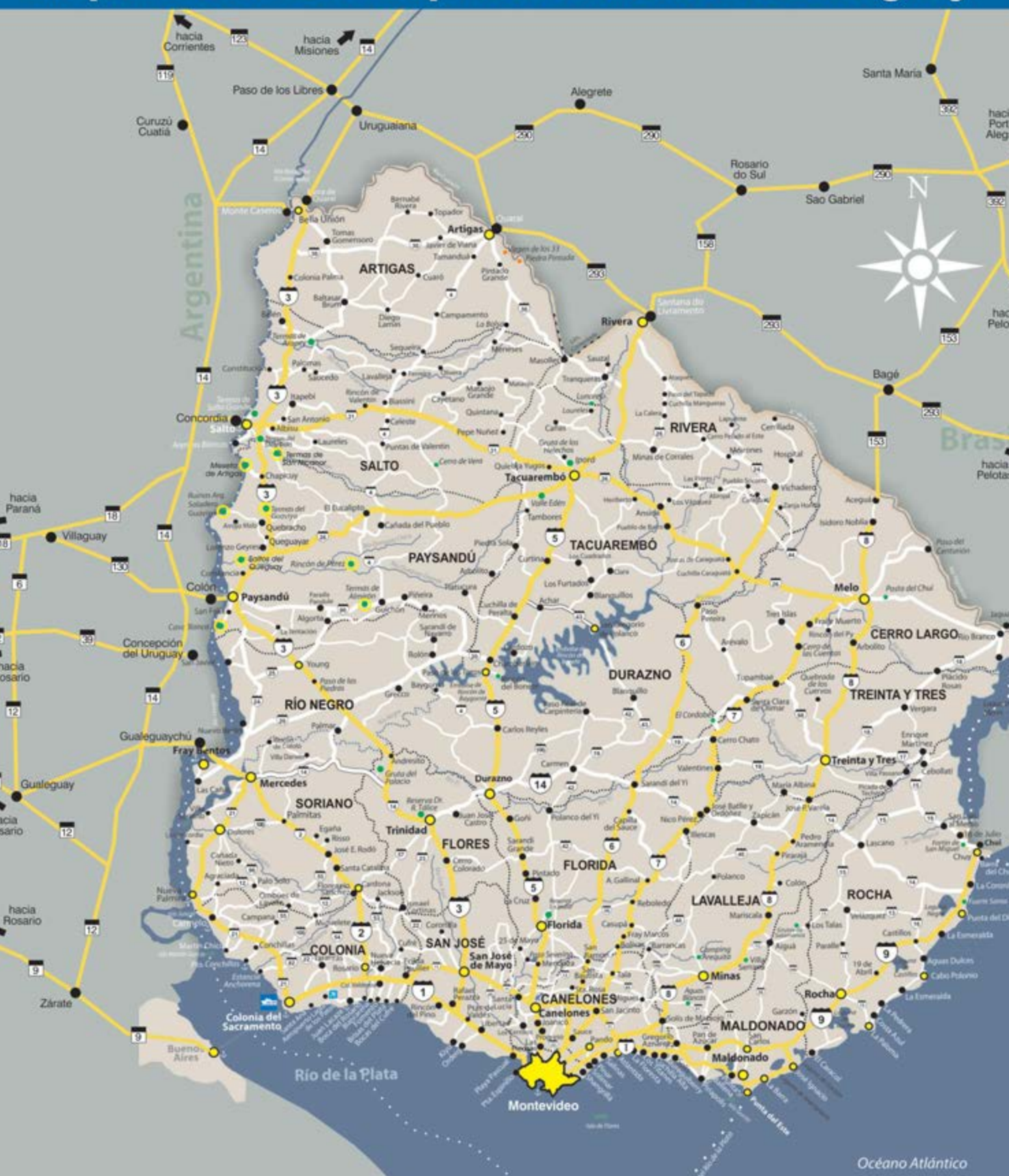
Encuentra
las 5 diferencias
y colorea



LABERINTO



Mapa rutero de la República Oriental del Uruguay



Cortesía de Daniel Muñoz

VISITA NUESTRA WEB



[Https://vidalitoral.com/](https://vidalitoral.com/)