

VIDA **litoral**

**Yisela
Moreira**
La voz de la
información

INSTYLE | DESTINOS | MODA | SALUD & DEPORTES | GASTRONOMIA | BELLEZA



Vida Litoral

Nace en la era de la alfabetización ecológica.

Su diseño se inspira en la naturaleza:
ciclos, tiempos y espacios en equilibrio,
trazos y contenidos que trascienden el momento

Sus páginas no son efímeras.

Permanecen, dialogan y vuelven a leerse.
Por eso, te invitamos a un gesto consciente:
léela, consúltala y déjala in situ,
para que otros también puedan encontrarla.

De esta manera

Construimos un mundo cultural sostenible
más responsable, en armonía con el entorno
y con quienes lo habitan.

Sé parte del cambio



RUTAS AÉREAS DOMÉSTICAS EL NORTE Y EL SUR CADA VEZ MÁS CERCA



SALTO

RIVERA

MONTEVIDEO



Aeropuertos
Uruguay

www.paranair.com

EN ESTE NÚMERO

- 06' IN STYLE**
TRIPWIP: Startup uruguaya de movilidad
WORKAWAY: Plataforma global
para viajar y trabajar
- 07' LIBROS**
- 08' VARIEDAD**
Tecnología cuántica: nueva era científica
Lujo moderno: Anonimato
- 10' YISELA MOREIRA**
Locutora, Lic. en Comunicación,
Exploradora de Bienestar
- 14' LIFESTYLE**
Casablanca, Locanda Punta.
Parques de Punta del este. MACA
- 18' PUEBLO EDEN**
Slow town. Maldonado
- 20' TRIPLE FRONTERA**
Unico Destino, Bella Union
- 22' MODA**
Ruralanas. Nueva expresión de lujo.
- 24' BELLEZA**
Tendencias clave
- 26' DEPORTES**
Apogeo del polo uruguayo
Trail running. Plogging
- 30' GASTRONOMÍA**
Protagonistas del sabor. Chefs y Sommeliers
de la escena gastronómica uruguaya
- 32' AREA COMERCIAL**



Portada Yisela Moreira.
Locación: Montecarlo TV Canal 4 Montevideo.
Crédito: Darwin Hermida
Editorial: Vida Litoral
Dirección General: Marcela Pagani Gavirondo.
Arte y Diseño: Zafiros

III VIDA LITORAL Edición 57 - Enero - Febrero - Marzo 2026
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: +598 99 728233
Tel.: (00598) 4723 2917.
Mail: revistavida.litoraluy@gmail.com
Independencia 862. Paysandú. R.O.Uruguay.
Impresión: Impresora Mosca & Cía.
Depósito legal:



www.vidalitoral.com



Sentí Solanas, sentí el verano

- Departamentos totalmente equipados
- Servicio de hotelería
- Piscinas climatizadas
- Canchas de fútbol, tenis y paddle
- Gym & Spa
- Actividades recreativas para todas las edades
- Kinder
- Restaurante
- Salas de juegos

Alquilá a través de Grupo Solanas y accedé sin cargo a Solanas Crystal Beach


solanas
Punta del Este



[/solanaspuntadeleste](#)
[/solanaspuntadeleste](#)
solanasvacation.com.uy



**Alquila el vehículo
que quieras, donde quieras.
Genera ingresos con tu auto.**

Confiamos en



TripWip

UNA NUEVA FORMA DE ALQUILAR Y COMPARTIR VEHÍCULOS

<https://tripwip.app/>

TripWip es una startup uruguaya de movilidad que opera bajo el modelo de Car Sharing, conectando a personas que desean alquilar un vehículo con quienes buscan generar ingresos poniendo el suyo a disposición. La plataforma funciona como un marketplace digital —similar a Airbnb, pero aplicado al alquiler de autos— y permite realizar todo el proceso de forma simple y completamente online.

A través de TripWip, cualquier usuario puede ser host, ofreciendo su auto para que otros lo alquilen, o driver, eligiendo un vehículo disponible para usar cuando lo necesite y por el tiempo que desee. La experiencia está pensada para ser ágil y sin intermediarios: no hay mostradores, trámites presenciales ni gestiones innecesarias.

Creada en 2022 por los emprendedores Juan Andrés Vico y Juan Manuel Pancic, e incubada por el Centro de Innovación y Emprendimientos de la Universidad ORT, la plataforma promueve la economía colaborativa y una movilidad más accesible.

Entre sus principales ventajas se destacan precios hasta un 40 % más bajos que los de las arrendadoras tradicionales, un proceso rápido y seguro, y cobertura total ante daños, hurtos, incendios y responsabilidad civil. TripWip propone así una manera distinta, más libre y humana de moverse.

Workaway



Comunidad que impulsa nuevas formas de viajar y de encuentro cultural

Una de las plataformas globales más relevantes de intercambio cultural y voluntariado. La propuesta conecta a viajeros de todo el mundo con anfitriones locales que ofrecen alojamiento y comidas a cambio de colaboración en distintas actividades, promoviendo experiencias auténticas y sostenibles.

Las oportunidades son tan diversas como los destinos: desde tareas de construcción y mantenimiento, trabajos en granjas orgánicas y huertas, hasta colaboraciones en hostales, enseñanza de idiomas o cuidado de niños y mascotas. Cada experiencia se adapta al perfil del viajero y a las necesidades del anfitrión, favoreciendo un intercambio enriquecedor para ambas partes.

Uno de los grandes valores de Workaway es la posibilidad de integrarse a la vida local. Las jornadas de voluntariado son de cinco días por semana, con una dedicación aproximada de cuatro a cinco horas diarias, lo que permite disponer de tiempo libre para

explorar el entorno, compartir con los lugareños y sumergirse en la cultura del lugar.

La plataforma permite explorar perfiles de anfitriones, conocer las propuestas disponibles y acceder a reseñas y referencias de otros voluntarios de manera gratuita. Una vez elegido el proyecto que se ajusta a las expectativas personales, es necesario suscribirse mediante una membresía anual, que habilita el contacto directo, el envío de mensajes y la coordinación de fechas y condiciones de la estadía. Ofrece una garantía de reembolso en el caso de no recibir respuesta de anfitriones durante los primeros treinta días.

En Uruguay, la comunidad Workaway cuenta con más de 120 anfitriones y organizaciones activas, consolidando al país como un destino atractivo para quienes buscan viajar de forma consciente, participativa y culturalmente enriquecedora.

workaway.info/es/info/travel-learn

LIBROS RECOMENDADOS

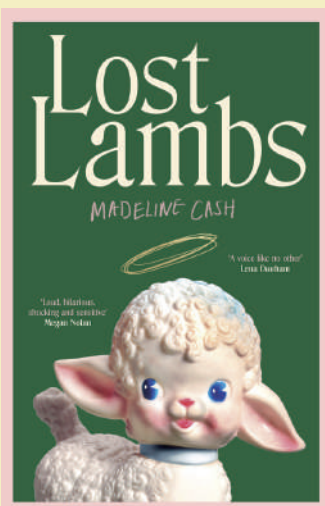
Mi nombre es Emilia del Valle

Isabel Allende

Una inolvidable historia de amor y de guerra protagonizada por una mujer que, enfrentada a los mayores desafíos, sobrevive y se reinventa.

San Francisco, 1866: una monja irlandesa, embarazada y abandonada por un aristócrata chileno tras una apasionada relación, da a luz a una niña a la que llama Emilia del Valle. Criada por su padrastro, Emilia se convertirá en una joven brillante de gran personalidad, que desafiará las normas sociales de su tiempo para profesar su verdadera pasión y vocación: la escritura.

Una cautivadora novela del universo más fértil de Isabel Allende, la saga Del Valle, que empezó con su obra maestra La casa de los espíritus y continuó con Hija de la fortuna y Retrato en sepia.

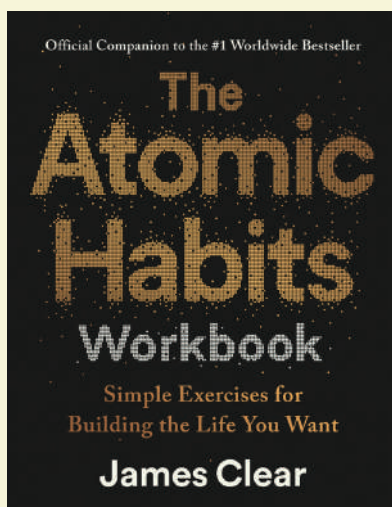


***Lost Lambs* (Corderos perdidos)**

Madeline Cash

Ficción contemporánea

Tres hermanas tan caóticas como entrañables se ven arrastradas a una peligrosa búsqueda cuando Harper, la menor de la familia Flynn, desaparece en una ciudad dominada por el poder y la corrupción. Con humor, calidez y una voz literaria distintiva, Lost Lambs convierte la disfunción familiar en una forma de arte y construye un retrato tan ácido como conmovedor de los vínculos que nos definen.



El libro de ejercicios de Hábitos Atómicos

James Clear

Desarrollo personal

Basado en el bestseller internacional Atomic Habits, este cuaderno práctico propone un recorrido guiado para construir hábitos positivos y abandonar los que limitan nuestro crecimiento. A través de ejercicios simples, reflexiones y herramientas aplicables, el método de James Clear acompaña el proceso desde la comprensión del hábito hasta su incorporación natural en la vida cotidiana.



Tu miedo es tu poder

María Esclapez

Psicología y bienestar

Una guía transformadora que invita a replantear la relación con el miedo, no como un obstáculo, sino como una fuente de fortaleza personal. Con una combinación equilibrada de teoría psicológica y ejercicios prácticos, María Esclapez propone descubrir el potencial oculto detrás de nuestros temores más profundos.



Tecnología cuántica

Del experimento a la aplicación real, el inicio de una nueva era científica.

La tecnología cuántica se consolida como una de las innovaciones más disruptivas de la década convirtiéndose en una industria emergente con aplicaciones reales, desempeñando un rol estratégico en el cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenible.

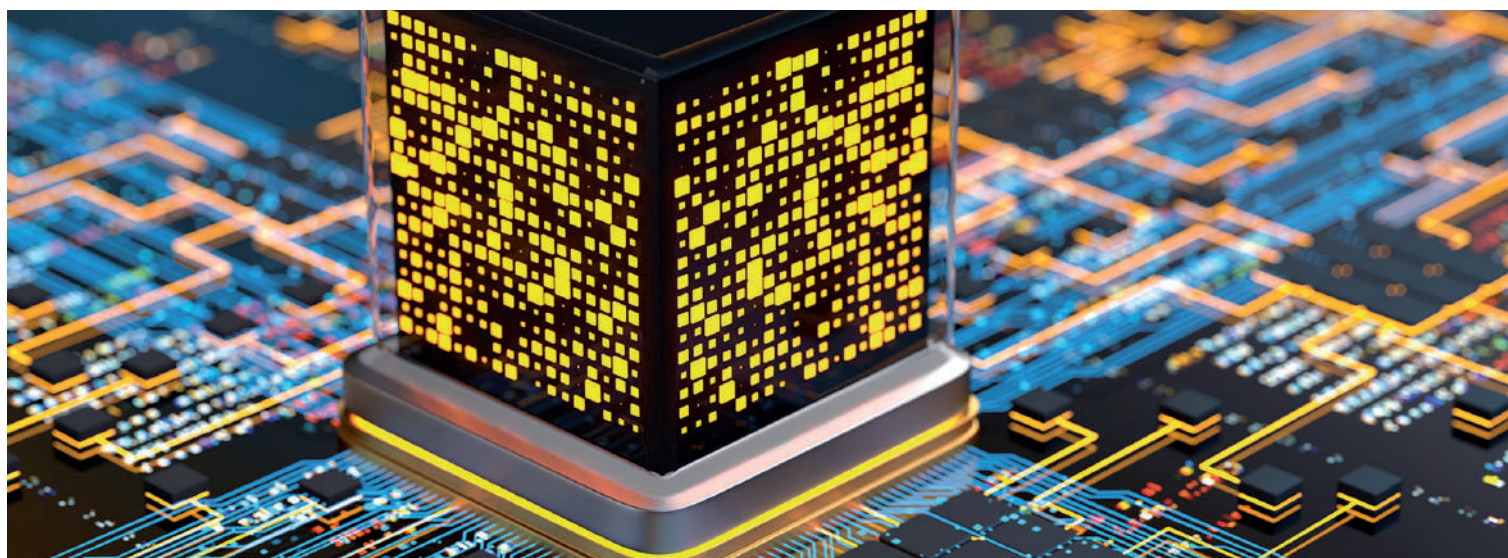
El gran hito 2025 — proclamado por la ONU como el Año Internacional de la Ciencia y la Tecnología Cuántica— fue el avance significativo en la corrección de errores, un paso clave para estabilizar los sistemas y hacerlos confiables para aplicaciones industriales a gran escala, que marcan el inicio de una nueva era científica con impacto real en la vida cotidiana. Actualmente existen entre 100 y 200 computadoras cuánticas operativas en el mundo. Empresas como IBM, Google y Amazon ya permiten su acceso a través de la nube para realizar cálculos altamente especializados, abriendo el camino a una adopción progresiva en distintos sectores.

En el ámbito de la sostenibilidad, la tecnología cuántica se aplica a la optimización de redes eléctricas, al diseño de nuevos materiales y al desarrollo de baterías más eficientes, de mayor duración y menor impacto ambiental.

En medicina y biotecnología, permite simular interacciones moleculares complejas, reduciendo de forma significativa los tiempos de desarrollo de fármacos y habilitando tratamientos personalizados, así como estrategias más eficaces frente a enfermedades complejas.

La logística, la navegación avanzada y la ciberseguridad también comienzan a transformarse. Los algoritmos cuánticos optimizan rutas de transporte mediante sistemas de medición de altísima precisión, mientras que la criptografía post-cuántica se perfila como el nuevo estándar para proteger infraestructuras críticas —bancos, gobiernos y grandes sistemas digitales— mediante redes ultra seguras y resistentes a los ataques del futuro.

La revolución cuántica es ahora!!



Lujo moderno: el anonimato

EL REGRESO DEL BIENESTAR ANALÓGICO

Silencio y desconexión como tendencia global

Durante años, el lujo fue sinónimo de visibilidad. Hoy, en una cultura dominada por la exposición constante, ese paradigma se invierte. El verdadero privilegio contemporáneo es **poder no mostrarse**.

Cada movimiento deja rastro, cada gesto deja huella. Las redes sociales, los sistemas de vigilancia, la economía de los datos y la cultura del “compartir” han redefinido la intimidad como un bien frágil y escaso. En este contexto, el anonimato emerge como una nueva forma de estatus.

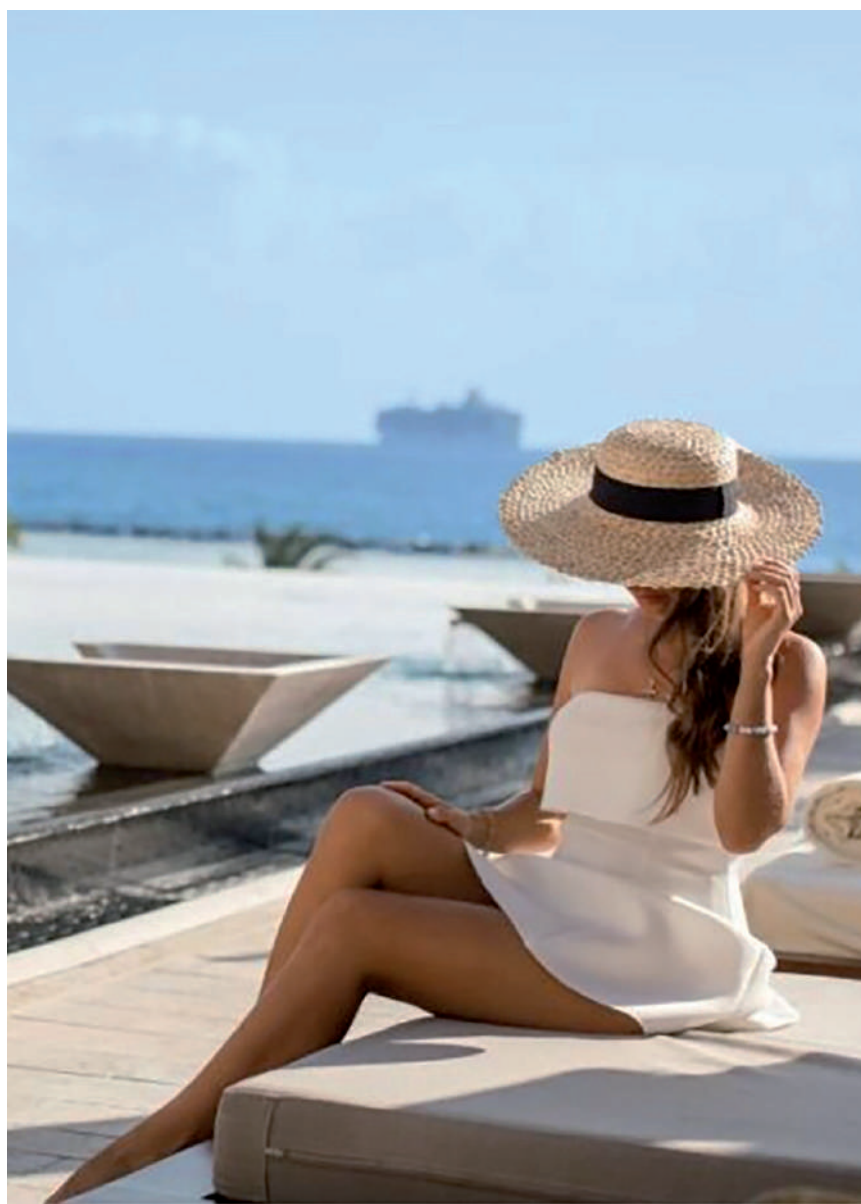
Quien puede proteger su vida privada, elegir cuándo y cómo aparecer, controlar su narrativa personal, ejerce un poder silencioso. **El anonimato ya no es invisibilidad: es autonomía.**

Esta transformación redefine el concepto de intimidad, que pasa a ser lo deliberadamente reservado. No se trata de desaparecer, sino de **administrar la propia presencia**; en un mundo que exige estar siempre disponible, que premia la hiperpresencia y la validación constante, la privacidad se transforma en una decisión consciente.

El estatus se desplaza hacia la “ausencia digital”. El nuevo signo de sofisticación es la discreción: vivir experiencias sin documentarlas, habitar el silencio, desconectarse.

El lujo moderno no grita, no ostenta, no se muestra, no se etiqueta.

Simplemente se reserva



Yisela Moreira

Sanducera

Locutora

Licenciada en
Ciencias de la Comunicación

Exploradora de Bienestar

Madre a pura cepa





Es del Litoral uruguayo, vivió su infancia en Paysandú junto a sus padres y abuelos; siendo muy mimada por su familia. Fue una niña muy activa y aplicada en sus estudios, hizo danza, ballet, gimnasia jazz y olímpica. Las maestras la recuerdan por su gran expresividad y su potente timbre de voz, heredado de su mamá Rosa.

“Tenés **voz de radio**”, le decían.

A los 16 se anotó en un curso de comunicación en su ciudad natal, le fue bien, le gusto y la invitaron a sumarse como locutora del magazine En Familia.

Terminó el liceo y se radicó en Montevideo para estudiar en la facultad de Comunicación, decidida a cumplir su sueño.

Los primeros meses fueron pura novelaría: la facultad, los amigos, la independencia, pero con el paso del tiempo, la distancia y la nostalgia se hacían cada vez mas potentes. Extrañaba el día a día con su familia y afectos. Comenzó a

sufrir trastornos del sueño. **“Eran momentos sublimes pero de mucha inestabilidad emocional”.**

A los 21 años la convocan de Canal 4 para ser conductora del noticiero. Era una época compleja del país; mujer, joven y sin haber pasado por la experiencia previa de ser movilera que le da la calle, le resulto difícil y fue un gran desafío. Sufrió una fuerte presión, pero no podía dejar pasar la oportunidad, y fue audaz.

Su trayectoria en el canal abarca un recorrido por todos los noticieros, el de la noche, el de la tarde, el de los domingos, el central, Teledía.

Se casó a los 30 años y al poco tiempo decide enfocarse en lo que era su prioridad: ser mamá. Decidió hacer una pausa, dejando el canal para dedicarse solamente a la búsqueda de su bebé. Tras varios análisis y tres tratamientos de fertilización in vitro, pudo concretar su embarazo. En octubre





del 2012 nació Lucas su único y amado hijo.” Todo en la vida me cambió”.

Su vuelta a la pantalla de Canal 4 en 2018, fue como Conductora de Teledía. Época que coincidió con el auge de las redes sociales. Decidió anunciar su regreso junto a su hijo de 5 años. Grabaron un video donde Lucas decía “mamá vuelve a la televisión”. Lo publicó en su cuenta de Instagram, y fue un éxito. Hoy tiene 137 mil seguidores. También durante la pandemia encontraron en Tik Tok una plataforma para participar interactuando con coreografías y gran swing, siendo actualmente una fuente más de trabajo con diversión.

Desde el 2023 tiene a cargo un espacio de bienestar dentro del noticiero llamado Date Tiempo. Este segmento es parte de un importante proceso personal que transitó Yisela, realizando diferentes terapias alternativas de autodescubrimiento: biodecodificación, registros akashicos, regresión, deportes, yoga. El aprendizaje alcanzado en ese recorrido ha sido un gran hito en su carrera.

Date Tiempo, se caracteriza por abordar temas de salud, interés social y actualidad con un enfoque humano y entrevistas en profundidad. Incluye historias de vida, testimonios, problemáticas sociales, familiares y enfermedades, con par-





DEPORTE: Caminar, bailar.
LIBRO: Encuentra tu persona vitamina de Marian Rojas Estapé
PERFUME: J'adore de Christian Dior
RECUERDO: muchos de la infancia con abuelos siendo una niña feliz
SIGNO: Sagitario con mezcla de escorpio, capricornio y leo
FLOR: Jazmín
MEDIO PREFERIDO: Radio
CONFÍA: San Expedito

ticipación de especialistas, reportajes, proyectos, cultura e integración. Brinda reflexiones sobre realidades humanas cotidianas.

“Date tiempo es parte de un propósito de vida donde puedo ayudar a otros con temas que son invisibilizados, el espacio me genera gran satisfacción personal y profesional, y trabajo con un equipo de lujo”

Su presencia en redes sociales se ha convertido en una extensión de su trabajo como comunicadora, donde comparte reflexiones, y contenidos relacionados con la integridad física y mental, maternidad, adolescencia y crecimiento personal.

Yisela se ha posicionado y es identificada por el público como un referente en bienestar.



Lic. Yisela Moreira
 @yiselamoreira
 @yiselamoreira
 Montevideo–Uruguay

PUNTA DEL ESTE - LA BARRA

Hospitalidad, gastronomía y estilo de vida

Dos propuestas que dialogan
desde una mirada contemporánea



Casablanca

NUEVA EXPRESIÓN DEL LIFESTYLE COSTERO

El parador propone una **experiencia de playa**, pensado como un espacio activo tanto de día como de noche. Ofrece una carta versátil basada en productos frescos, técnicas italianas simples y guiños a la tradición uruguaya, con opciones que van desde pizzas y parrilla hasta sushi y cocina atlántica. Con foco en los atardeceres, la música y una programación cuidada, Casablanca se posiciona como punto de encuentro del verano.





Locanda Punta

Grupo Cipriani abre las puertas de LOCANDA, nuevo resort ubicado en el predio del ex-Mantra primera etapa del ambicioso plan que la marca lleva adelante en Uruguay. Este lanzamiento refleja el espíritu de una visión mayor que comprende el desarrollo del **Cipriani Resort, Residences & Casino**, actualmente en construcción sobre el emblemático predio del exhotel San Rafael, y la creación de la **Cipriani Academy**, uno de los proyectos formativos más relevantes de hospitalidad y entretenimiento de Sudamérica. La institución comenzará a recibir estudiantes locales e internacionales a partir de 2027. Sus programas serán de un año de duración y estarán enfocados en áreas clave de la hospitalidad: servicio de alimentos y bebidas, artes culinarias, gestión hotelera, luxury retail y operaciones de casino.

Concebido como un refugio contemporáneo, el hotel propone una experiencia centrada en el bienestar, el confort y la conexión con el entorno natural. Cuenta con **100 habitaciones y suites**, una piscina inmersa en jardines y bosque, espacios dedicados al bienestar y al deporte, áreas para eventos sociales y corporativos, y una propuesta gastronómica que incluye lobby lounge, all day dining y **Harry's Table**, el restaurante de cocina italiana que desembarca por primera vez en La Barra.

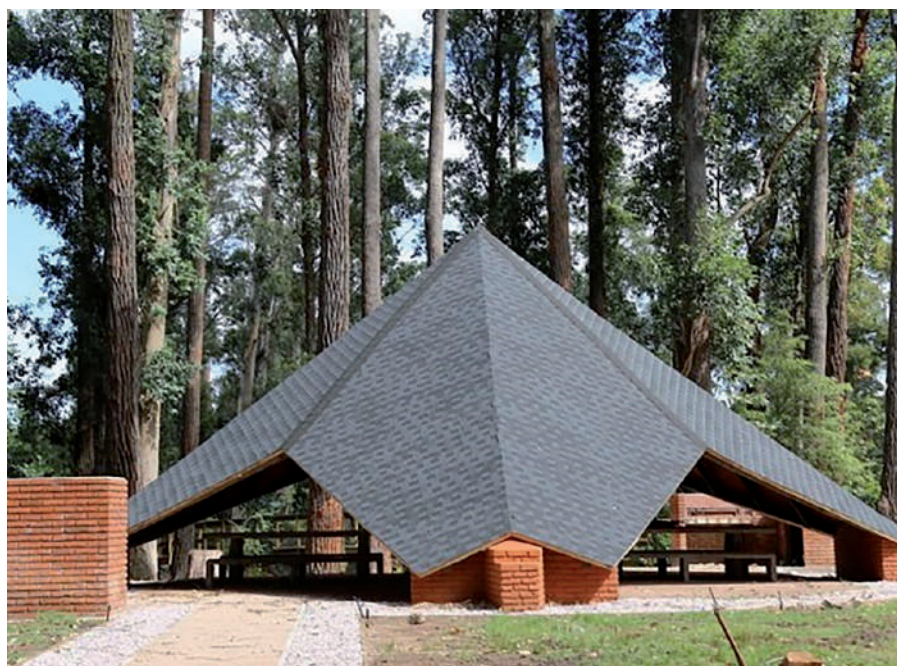


PARQUES DE PUNTA DEL ESTE

Parque El Jaguel
Abierto de
10.00 a 20.00 hs
Tel: 4248 1291
099 261 547



Parque Indígena
De 10 a 17
martes cerrado
Tel 42 47 62 17



Parque Mancebo
Parada 31 Camino a La Laguna, Pinares
Abierto de 10 a 19. Tel: 4247 6217.



Arboretum Lussich
Reserva Forestal
+598 91 730 192

MACA

MUSEO DE ARTE CONTEMPORÁNEO ATCHUGARRY
UN MUSEO PARA LA HUMANIDAD

Proyecto que posiciona a Uruguay en el mapa de las grandes exhibiciones internacionales.

Predio de 40 hectáreas, con siete salas expositivas, cine, teatro, sala didáctica, biblioteca, anfiteatro al aire libre, más de 75 esculturas y una capilla que alberga la obra La Pietá, de Pablo Atchugarry. Tienda y cafetería.

Highlights de la temporada

Nueva Galería Piero Atchugarry

EXPOSICIONES

La razón y la existencia. El arte concreto y el informalismo en Uruguay (1947-1970)

Lucio Fontana: genio de dos mundos del 6 al 31 de marzo de 2026

EVENTOS

Festival de Cine de Arte ARCA

10 a 16 de enero

3ª Edición de International

Ballet Weekend

6 a 8 de febrero

Todos los días

de 10.00 a 20.00 hs

Entrada Libre

Contacto +598 94 112 516

Ruta 104 km 4,5 Manantiales

<https://macamuseo.org/eventosmaca>

Pueblo Edén Slow Town

Este es un Pueblo
tranquilo (slow town)
velocidad máxima
30 km/h



Clásico pueblo rural a 45 km de Punta del Este, sobre la Ruta 12, en el corazón de las sierras uruguayas.

Se distingue por su gastronomía de producción local y cocina de campo, cálida hospitalidad, artesanías y propuestas ecoturísticas.

Un área clave para la biodiversidad, hoy amenazada por el avance de emprendimientos privados y la caza en exceso, que fragmentan los corredores biológicos, frente a una comunidad activa en la defensa del bosque nativo.





EMPRENDEDORES UNIDOS

@fina.uy
 @caminataspuebloeden
 @haraslastordillas
 @caballosdeleden
 @miel_carape
 @proyectocarape
 @pintadadepuebloeden
 @altamiradeleden
 @bohemianbyfiore
 @moon.lover.velas
 @mariajustaeden
 @reservadevida





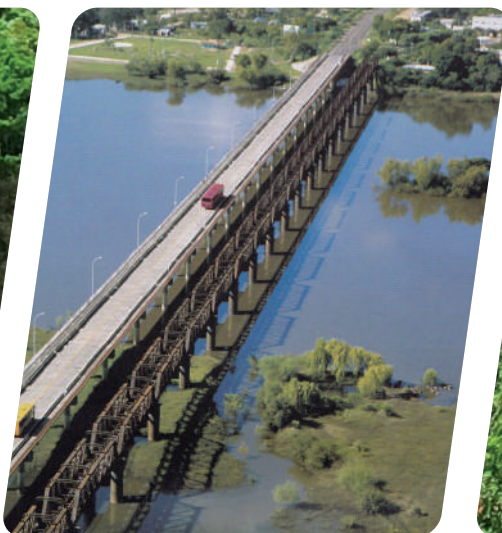
Triple Frontera del Rio Uruguay
La más austral del mundo

Tres paises y un único destino

Entorno formado por el Rio Uruguay-el bioma pampa- único en el mundo, de vital importancia para la biodiversidad.

BELLA UNIÓN

Reservas ecológicas, parques, playas, tesoros históricos y una diversa vida cultural que revelan un Uruguay diferente marcado por la influencia brasilera y la producción local de caña de azúcar. Ofrece circuitos terrestres, náuticos y tours para comer y comprar





CIRCUITO NÁUTICO TRIPLE FRONTERA

Navegación en embarcaciones ligeras que parten del puerto de Bella Unión hacia el norte por el río Uruguay en un recorrido total de 28 km. Se visita el Punto Trifinio (encuentro de aguas jurisdiccionales), el Marco Imperial en la Isla Brasilera, construido en 1862 en la época de Pedro Segundo, ultimo emperador de Brasil; se continúa por aguas brasileñas bordeando la isla, donde se hace un descenso para conocer la Cruz Misionera (colocada en el 2022 en homenaje al territorio trifronterizo dependiente de las Misiones Jesuítico Guaraníes de la Gran Estancia Yapeyu). Se muestra el único punto donde se ven los tres países continente. En el trayecto

entre la cruz y el campamento de Bonpland (sabio francés que estuvo acampado allí) se erige un monolito, lugar muy visitado al que se llega a través de un sendero. Se continúa navegando y frente a la costa uruguaya se llega al mirador El Mangrullo donde se aprecia desde cierta altura la Triple Frontera. Luego se llega hasta la playa de una isla argentina y por ultimo se emprende el regreso a Bella Unión pasando por el Balneario Los Pinos.

El circuito tiene algunas variantes en función del perfil e interés del turista y las condiciones climáticas

Contacto: 098 65 66 90



LA TRIPLE FRONTERA

Más Austral del Mundo

Cámara de Turismo de Bella Unión
Impulsando el destino y su gente.
Una alianza para crecer juntos

<https://www.bellaunion.uy/>





UNA NUEVA EXPRESION DEL LUJO EN LA MODA

100% LANA MERINO EXTRAFINA

 RURALANAS

Ruralanas es conocido por su trabajo con lana Merino 100% Premium, con un fuerte enfoque social que busca mejorar la calidad de vida de las mujeres rurales del interior de Uruguay. El proyecto se independizó bajo la dirección de la Diseñadora Industrial Textil Virginia Montoro en 2009.



Prendas
suaves,
livianas
y elegantes.



Compromiso social y
moda consciente.
Pioneros en moda
sostenible desde 2003.



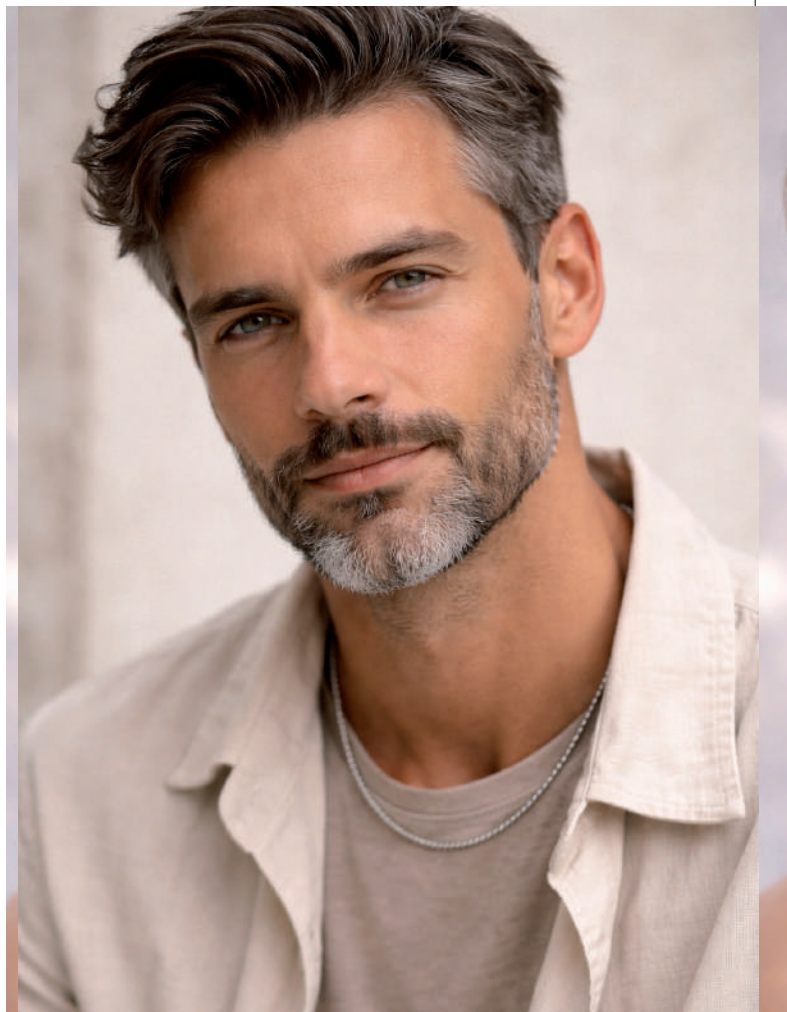
Diseño contemporáneo a
través de manos artesanas.



Pedragosa Sierra
y San Ciro, Local 01,
Punta del Este, Uruguay.
092 476 969 - 4247 6969
Estacionamiento privado.



HORARIOS
Domingo a Jueves: 10 a 20 hs.
Viernes y Sábado: 10 a 21 hs.
www.ruralanas.com
[@ruralanas](https://www.instagram.com/ruralanas)



BELLEZA

NUEVA ESTETICA

Sutileza, naturalidad elevada, tecnología sutil y expresión consciente Minimalismo moderno con espíritu editorial

TENDENCIAS CLAVE

PIEL | Tratamiento inteligente

La belleza celebra la piel en su estado más auténtico. Fórmulas inteligentes que cuidan más de lo que cubren. El skinimalism evoluciona hacia una estética saludable, tecnológica y sofisticada.

Rutinas de alta tecnología: menos pasos, mayor concentración. Limpiadores eléctricos, dispositivos antiarrugas, y kits completos de dispositivos y productos con tecnología comprobada y de uso en casa para rutinas cortas

- Protección urbana: filtros anti contaminación y luz azul incorporados incluso en productos de maquillaje.
- Piel en equilibrio: se prioriza la función barrera por sobre la corrección inmediata. La piel sana es el nuevo lujo.



CABELLO | Belleza funcional

- Cortes adaptables: formas que crecen bien y requieren mínimo mantenimiento.
- Colores: Tonos naturales —blondes etéreos, cobres suaves y matices trufa— aportan profundidad, brillo y movimiento. El foco está en la textura y la calidad del cabello.
- Brillo técnico: tratamientos sin enjuague que sellan la fibra y reflejan la luz sin efecto pesado.

UÑAS | Elegancia consciente

- Manicura limpia: uñas cortas o medianas, forma natural y acabados pulidos.
- Colores estratégicos: lechosos, nude fríos, gris perla y toques metálicos sutiles.
- Cuidado primero: fortalecedores, aceites nutritivos y pausas entre esmaltados prolongados.



MAQUILLAJE & PERFIL SENSORIAL

Color con intención

Delineados suaves en tonos fríos, labios difuminados y rubores protagonistas redefinen el maquillaje con gestos precisos y elegantes. Menos exceso, más expresión.

TONOS HIGHT PICKS

- Lavanda gris, verde salvia y azul humo aplicados en capas casi acuareladas.
- Beige, arenas y rosados se actualizan con subtonos fríos y reflejos metálicos.
- Acento futurista con perlados, plateados o cobre frío

ESENCIAL MASCULINO

- Cabello con movimiento natural. Cortes pensados para crecer con armonía: degradados suaves, capas livianas y textura natural que mantienen forma sin mantenimiento constante.
- Barba con acabados prolijo pero relajado. La tendencia es cuidada con aceites livianos que aportan orden y brillo sutil
- Fragancias sutiles, aromas limpios, amaderados o minerales, pensados para acompañar y no imponerse.
- El bigote suma carácter como gesto de estilo: fino, recortado y preciso, más acento personal que tendencia marcada.

Apogeo del Polo Uruguayo

Intensa agenda estival





Con una tradición profundamente arraigada, el polo uruguayo atraviesa un período de crecimiento sostenido, impulsado por la Asociación Uruguaya de Polo y los clubes locales, que promueven la participación en todas las categorías y atraen a competidores internacionales. Durante el verano, Punta del Este se consolida como epicentro sudamericano, con una agenda que combina torneos históricos, nuevas competencias de alto hándicap y un test match internacional, convocando a figuras del polo rioplatense, prensa especializada, personalidades del

espectáculo y público nacional e internacional. Como hito de la temporada, se incorpora por primera vez el Abierto Uruguayo Femenino, con cuatro equipos y jugadoras de Argentina, Uruguay, Alemania e Inglaterra —entre ellas Lía Salvo, Clara Cassino y Mía Novillo Astrada—, reafirmando el posicionamiento de Punta del Este como escenario clave del circuito estival de alto nivel profesional. Con infraestructura en expansión, mayor competitividad y creciente visibilidad internacional, el polo se afirma en Uruguay como una disciplina de referencia.



Trail running

(o carrera de senderos)

Deporte Aventura y Sanación

Deporte de gran crecimiento global por su conexión con la naturaleza, bienestar mental y experiencia grupal. Consiste en correr por senderos o caminos en terrenos naturales, no pavimentados, enfocándose en la experiencia del entorno y la superación de obstáculos de la superficie (desniveles, piedras, barro, raíces, arroyos) más que en el ritmo, velocidad o distancia (pueden ser cortas o largas). La técnica combina carrera y caminata usando los brazos para el equilibrio y adaptando la pisada. A menudo se usan zapatillas específicas para mayor tracción y estabilidad, y a veces bastones. Exige equilibrio, resistencia y fortaleza mental y física. El trail running no solo busca correr, sino explorar, cuidar y habitar el territorio desde el movimiento.

"Experiencia de Sincronización Cuerpo y Mente"

Una práctica de conciencia en acción que propone la alineación del cuerpo, la respiración y la atención en un entorno y ritmo en constante cambio. Más que un ejercicio físico, se trata de un proceso de percepción y diálogo interno, donde el movimiento ordena la experiencia mental.

El equilibrio corporal actúa como regulador psicológico. Desde la psicoterapia, la conciencia corporal y la atención plena se reconocen como herramientas clave para la regulación emocional, reducción del estrés y elaboración de traumas. El trail running, al desarrollarse en senderos naturales irregulares, entrena de forma orgánica estas capacidades, anclando la mente en el presente e interrumpiendo los ciclos de ansiedad. La sanación no implica dejar de pensar, sino aprender a habitar plenamente el momento presente.



Nueva Modalidad **Plogging**

Ejercicio, conciencia ambiental y vida al aire libre.

El plogging es una tendencia que combina actividad física — correr o caminar— con la recolección de residuos en entornos naturales y urbanos. Nacido en Suecia en 2016, a partir de la unión de plocka upp (recoger) y jogging, propone una práctica simple y efectiva que beneficia tanto la salud como el medio ambiente.

Solo requiere ropa cómoda, guantes y una bolsa para residuos. Durante el recorrido, la marcha se interrumpe brevemente para recoger basura, generando pausas de tipo intervalos que

mejoran el rendimiento cardiovascular y permiten incorporar ejercicios funcionales como sentadillas o estocadas.

Convertido en un fenómeno global presente en más de 100 países, el plogging puede practicarse de forma individual o grupal y se adapta a todo tipo de recorridos y edades. Su objetivo: promover un estilo de vida saludable, fortalecer la conexión con el entorno y dar impulso a experiencias deportivas outdoor con impacto positivo en la comunidad y la industria turística.

1^{ra} Edición de Trail VIDA litoral

Viernes 1 y Sábado 2 de Mayo de 2026

Distancias: 7 y 15 km

Lugar:

Camping Queguay
Puerto Peñasco
Ruta 3 Km 395.5. Paysandú

Organiza:

Revista Vida Litoral
099 72 8233

Contacto: Eduardo Manfredi
Cel. 099 290 611

Otras Actividades:

Carrera de Niños
Premios y Sorteos
Medalla Finisher
Almuerzo Criollo
Camping

Info | Inscripciones | Alojamientos

@vidalitoral
Revista Vida Litoral

*Protagonistas
del sabor:*



Chefs y Sommelier de la escena gastronómica uruguaya

Cocinas de autor, copas con conocimiento y una mirada contemporánea sobre el producto y el servicio. Técnica, sensibilidad y territorio se cruzan en una escena que evoluciona.

Ian Escobar

*Chef del interior profundo,
relevancia en gastronomía nacional*

Oriundo de Quebracho, Paysandú, creció entre fogones y patios con parral. A los 16 años trabajando en una panadería halló su vocación por la cocina.

Se radicó en Montevideo para estudiar tecnicatura en gastronomía –UTU– y se formó en escuelas de Uruguay y Buenos Aires. Durante más de una década se desempeñó en hoteles de 4 y 5 estrellas. Fue docente; representó a Uruguay como embajador de cocina nacional disertando en varios países.

Obtuvo dos medallas de plata en

CocinarTE (2007 y 2011) y el premio al mejor uso de carne de cordero en Durazno. Tras ganar en Piriapolis el Premio Nacional de Paella, representó en setiembre 2025 a Uruguay en el Concurso Internacional del Word Paella Day, Valencia España. Su paella de gamba roja ceniza de salicornia y rodaballo impresionó al jurado y obtuvo el 2° puesto, es Vice Campeón Mundial 2025.

Actualmente realiza catering y eventos especiales

Contacto 091 449 503



Richard Ausan

Excelencia, conocimiento técnico y pasión por el servicio

Referente uruguayo en el mundo de las bebidas y la hospitalidad, con una trayectoria profesional marcada por la excelencia, el conocimiento técnico y la pasión por el servicio. Bartender de formación, es Sommelier con especialización en vinos, cervezas artesanales, bebidas espirituosas y habanos. Comprometido con la educación, es docente del Instituto Gato Dumas, Facultad de Química y el ITHU en áreas vinculadas a las bebidas espirituosas, la coctelería, el análisis sensorial

y la cultura cervecedora. Embajador de marcas y comunicador activo, realiza diversas actividades, dirige catas, cenas, maridaje, y masterclasses para profesionales y entusiastas en diversos locales y eventos.

Profesional altamente calificado y reconocido en la escena gastronómica representa a Uruguay como jurado internacional en diversos concursos.

ninobarsommelier@gmail.com
099 843 410

Alicia Patella:

el sabor del origen hecho marca

De sus raíces rurales a su presente como referente gastronómica, Alicia impulsa una cocina donde el producto local y la economía circular se convierten en identidad.

Su propuesta se apoya en ingredientes reales, productores locales y en la convicción de que cada plato cuenta una historia.

“Elegir ingredientes de cercanía no es solo una decisión gastronómica: es un acto económico y social.”

Con los años, y después de ganar Masterchef (en su tercera temporada)

Alicia trasladó esa mirada a la gastronomía profesional. Su recorrido combina técnica, sensibilidad y propósito. Inspira a reconectarse con lo esencial: cocinar con intención, comer con conciencia, y valorar lo que la tierra nos ofrece.

Experiencias gastronómicas personalizadas
Catering para eventos
Talleres Presencias
Contenido para redes
Contacto 099108310
 @aliciapatellamch3
 Alicia Patella





LA BARRA BEER
Cerveza Artesanal
Hecha en Paysandú



Pasión por la Cerveza

Verano en Costanera de Paysandú
espacio de la fuente al lado Teatro de Verano
de 19 a 1.00 am

EVENTOS | FIESTAS | BODAS | 15 AÑOS

Contacto 098 544 777 | Andresito 955 e/ Setembrino y 33
@labarrabeerpaysandu | Face: La barra Beer



*La esquina más linda, donde todo
se siente más cerca y verdadero,
y cada momento se vuelve recuerdo.*



Menú Ejecutivo cada mediodía
bebida incluida y postre
Meriendas, Minutas, Tragos, Música.
Todo casero y delicioso al estilo Cantina



HORARIOS

Mar. a Vie. 11 a 00 | Sáb. 11 a 00 | Dom. 11 a 17 hs.
Reservas por mensaje 094 904 319 | @cantina.charrua
Dr. Pablo de María 1203 esq. Charrúa



Ofrecemos servicios de custodia a particulares y
empresas privadas, salvaguardando sus pertenencias
más valiosas en una bóveda construida especialmente
con tecnología de última generación.

Documentos | Obras de arte | Joyas

096 230142

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



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



/insprinta insprinta 2408 3049 Int. 129 Minas 1376 contacto@insprinta.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



Se aceptan todas las tarjetas




Tortorella Hogar

Todo en decoración, electrodomesticos y bazar para tu casa





Aire Acondicionado Inverter Brilliant 12000 BTU

- Modo: Frío/Calor
- Conectividad: WIFI
- Funciones: Modo sueño, reinicio automático, temporizador

Colectivos de Casamientos Cumpleaños




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

UN VIAJE PARA CADA MOMENTO UN MISMO LUGAR PARA ELEGIRLOS

Semana de Turismo

• **Gramado y Canela en bus**

Salida 28 de marzo

bus semi cama + guía acompañante con servicio a bordo + 4 noches con media pensión + Tours Gramado y Canela y Bento Gonzalez y Garibaldi

Desde **US\$ 545**
por persona en base doble

• **Bariloche desde Bs. As.**

Salida 29 de marzo

Pasaje aéreo con equipaje en bodega + 7 noches con desayuno + traslados

Desde **US\$ 610**
por persona en base doble

• **Buzios Vuelo Directo**

Salida 29 de marzo

Pasaje aéreo con equipaje en bodega + 7 noches con desayuno + traslados

Desde **US\$ 1.231**
por persona en base doble

• **Maragogi Vuelo Directo**

Salida 1 de Abril

Pasaje aéreo con equipaje en bodega + 7 noches con desayuno + traslados

Desde **US\$ 953**
por persona en base doble

• **Maceió y Porto de Galinhas**

Salida 28 de marzo

Pasaje aéreo con equipaje en bodega + 4 noches en Maceió y 5 noches en Porto de Galinhas con desayuno

Desde **US\$ 1.357**
por persona en base doble

• **Santiago y Sur de Chile**

Salida 29 de marzo

Pasaje aéreo con equipaje en bodega + 3 noches en Santiago y 4 noches en Puerto Varas con desayuno + City Tour y traslados

Desde **US\$ 1.189**
por persona en base doble

Salidas Grupales

Primer semestre

• **Entre templos y leyendas de Asia
Vietnam, Camboya y Tailandia**

22 días - Salida 2 de marzo

• **Sol y Azulejos Andalucía y Túnez**

19 días - Salida 9 de abril

• **Encanto Atlántico Portugal,
Madeira y Madrid**

16 días - Salida 16 de abril

• **Brasil Tropical**

11 días - Salida 6 de mayo

• **Tesoros del Adriático Italia, Croacia
y Eslovenia**

20 días - Salida 20 de mayo

• **Europa Clásica Esencial**

Con el Prof. R. Fatorusso
18 días - Salida 6 de mayo

**Descargá nuestro
catálogo completo
escaneando el código QR**



LLAMÁ AHORA
2483 2483

Atendemos de Lunes a Domingo de 10 a 18 hs.

ESTAMOS ONLINE
 094 100 030
www.guamatur.com

guamatur
VIAJES

LA BOURGOGNE



Av. del Mar
y Pedragosa Sierra
Tel +598 4248 2007
Cel.: +598 94 984 635
@labourgognepde



Pastas
Pescados
Postres
Tragos y Vinos



Braseros completos
para 2 y 4 personas



Lo de
Romero
PARRILLA Y PASTAS
El placer de lo bueno



Tel.: 472 37357
☎ 091 093 049
@loderomeroparrilla
Lo de Romero
Leandro Gómez 932
Paysandú



Abierto de Lunes a sábados
de 12:00 a 15:00 y de 20:00 a 00:00
Domingos de 12:00 a 15:30

VERANO 2026 EN ISHA JUDD CENTER URUGUAY

*Retiros frente al mar
que transforman tu vida.*

El Centro Isha Uruguay en Costa Azul, Canelones, ofrece una experiencia única y te recibe y acompaña a vivir días de crecimiento personal, paz interior, recreación, conexión contigo mismo y mucho más...

disfrutando del verano uruguayo.

Cada mañana comienza con diversas prácticas y actividades con Isha, que despierta la conexión más profunda con tu Ser. A través de compartires llenos de poder que resuenan en tu propia sabiduría interior, aprenderás las herramientas del Sistema Isha, que te llevarán a unificarte internamente y con el mundo.

Así podrás soltar el estrés, calmar la mente, aprender a amarte incondicionalmente y mucho más.

Pura experiencia interna y externa en unidad.

Cada instante en este lugar es una invitación a una nueva forma de vivir: más libre, más plena, más tú.

Miles de personas han transformado su vida aquí.

Este puede ser tu momento.

Consúltanos fechas y cupos, y ábrete a vivir todo el verano expandiéndote en amor-conciencia.

Entre el 10 de enero y el 28 de febrero, elige la fecha de tu retiro y recibe: playa, clases de Isha Judd Yoga, Chi Kung, baile, talleres diversos y mucho más.



RESERVAS

WhatsApp: +598 94 197 166

Redes sociales: @ishajudd

<https://ishajudd.com/>

retiro-de-autoconocimiento-isha-2026/

Costa Azul te espera.

Tu transformación también.



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



Santuario natural y refugio animal

Organización sin fines de lucro con el propósito de rescatar rehabilitar y proteger vidas vulnerables (equinos y animales maltratados).

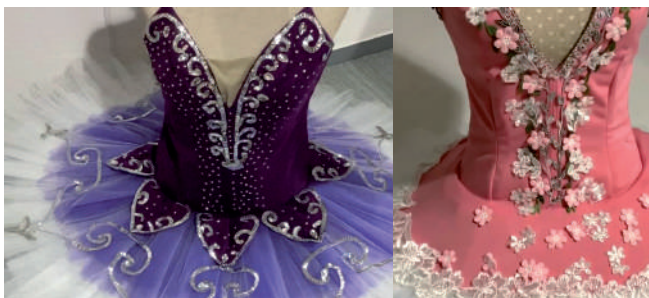
Proyecto que involucra arte, educación y naturaleza.

Programas de Padrinaje de equinos

Perros para adopción



Pueblo Edén | Maldonado | [@reservadevida](https://www.instagram.com/reservadevida)



**VICTORIA
MODISTA**
098987894
DISEÑO Y CONFECCIÓN



Vestidos | Pantalones | Chaquetas | Blusas | Arreglos
Trajes de Ballet | Fiestas | Moda Urbana | Vintage+
Trabajos para todo el país

Celular: 098 98 78 94
E mail: rivero-52@hotmail.com
Dirección: Zorrilla 1189 c/Bolívar | Paysandú.

Todos los tratamientos estéticos



CENTRO ESTÉTICO INTEGRAL
By MERCEDES DALL'OGGIO

REMODELACIÓN CORPORAL	COSMETOLOGÍA FACIAL
Aparatología	Higiene profunda
Cavitación	Tratamientos de acné, manchas y arrugas
Electrodos	Radiofrecuencia
Drenaje linfático	Piercings
Masajes	Mascaras
Masoterapia Podología	Ozono
Depilación	Microdermoabrasión
Camilla SYOGRA de piedras caliente	

ENFERMERÍA A DOMICILIO

Inyectables
Curaciones

[📞 098 198 684](https://www.whatsapp.com/business/profile/98198684)
Calle 28 entre 48 y 49
Balneario Buenos Aires
Maldonado



火馬
嚴肅

Talleres On Line

Consultas Presenciales y/o
Virtuales previa agenda.
Contacto: +598 92 213 575
biafengshui1103@gmail.com
@fengshuiconbea_
Maldonado – Uruguay

Próximamente
Talleres en ciudades
del Litoral Norte
Uruguay

Especialista en:

Astrología China: Selección de fechas empresariales,
de salud, viajes, compra de inmuebles,
contratación de personal

Feng Shui: Armonización de Casas | Empresas

Locales comerciales | Piscinas | Jardines

Quimen | Aqualed | Geometría Sagrada (Colombia)

Reiki (Maestría realizada en Ecogai Chile)

ENERGÍAS SANADORAS



Beatriz Barrientos

Perito en Orden y Organización,
Economía y Finanzas
(Paty Domínguez, Brasil)

Numerología
(Elena Zunín, Uruguay)

Psico Genealogía.





CASA DINAmica

Turistas | Consultorio | Oficina | Aula | Empresas
Lugar único, tranquilo, equipado. Buena ubicación
Profesora Berta Elizabeth Fernández Burakov
Comunicarse por audio al 099 325 648
Lavalleja casi Herrera, San Javier, Río Negro, Uruguay



Todos los días: 12 a 16 hs | 20 a 00.30 hs.

Reservas Tel.: 4257 9512

@parrillaconhistoria | Parrilla con Historia C/H
Avenida Camacho y Roosevelt | Maldonado, Uruguay

PIZZERÍA Y CHIVITERÍA



República Argentina 2094 - Teléfono: 4722 0193
Horario: Lunes a Domingo de 18.30 al cierre



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



Farmacia XELECTA

La confianza de tu salud

Abierto de L. a S. de 8 a 21 hs. Domingo cerrado
www.farmaciaelecta.com

LOCAL 1: Bulevar Artigas 1401 ☎ 47226180 - 47243466

LOCAL 2: 18 de julio 807 ☎ 47225710 - 47230940

📞 092 715 968 📱 /farmaciaelecta

Isla Gorriti | Isla de Lobos | Pesca Colectiva

CRUCERO SAMOA

Paseos increíbles



Reservas on line en web
<https://crucerosamoa.com/>

Salud & Belleza

DESCUBRE TU MEJOR VERSIÓN

Llega a Uruguay la marca Nº1
en tecnologías para el cuidado de la
piel y el bienestar, de uso en casa.



Dispositivos micro eléctricos.
Productos para el cuidado
personal
Suplementos nutritivos
Tratamientos para el
bienestar

Ciencia, rigurosos procesos
de calidad, formulas
patentadas
Innovación con resultados
clínicamente probados

Contacto
+598 99 133 168




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

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	Baipa Atlántida Gral. Artigas y Calle 26 Atlántida. Tels.: 4372 2016 4372 0482 Todos los días a partir de las 8 hs. Catering
--	--

Email: panaderiabaipa@gmail | www.baipaatlantida.com



TELAR ARTESANAL



FARO DE JOSE IGNACIO
PUNTA DEL ESTE – URUGUAY

Tel.: +598 4277 4948 - Cel.: 09971 14 92
E-mail: telarehugogonzalez@hotmail.com



“Cada hilo cuenta una historia”



Diseños artesanales en crochet & telar
Hecho a mano con amor desde Young Uruguay

Envíos a todo el país
Cel.: 091 06 12 01
silviaborbadesign

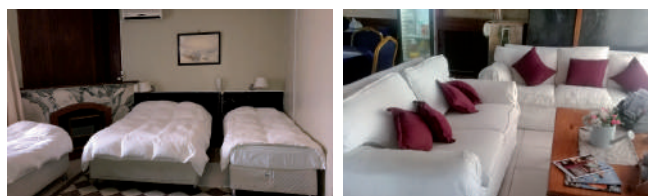




*Instalaciones diseñadas confortablemente
con espacios amplios, interiores y
exteriores, y el mejor servicio que te garantiza
una estadía inolvidable*



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



**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



**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**



HORÓSCOPO 2026

Año del Caballo de Fuego

17 de febrero 2026 al 5 de febrero 2027.

Avanzar con coraje, liderar con convicción abrazar el cambio. Bajo la energía del Caballo de Fuego, el movimiento se acelera, las ideas toman forma y la acción se vuelve protagonista. Año que invita a liderar con certeza, soltar lo que ya no representa y avanzar con identidad propia. Es uno de los ciclos más enérgicos, de impulso, transformación y decisiones valientes. Pasión, creatividad y cambio marcan el latido de un tiempo intenso; el desafío será equilibrar la audacia con propósito, mente clara y sabiduría. Es preciso mantener serenidad y el foco para discernir las oportunidades de los desafíos. Creativo y vibrante, intenso y cambiante, el Caballo de Fuego irrumpe con una energía transformadora que impulsa giros abruptos, desafíos constantes y procesos de profunda renovación. Estimula a actuar, elegir, salir de la espera, atreverse, y tomar decisiones.

Características principales

- Predominan las emociones intensas, con reacciones rápidas y posturas firmes.
- Favorece la creatividad, pero exige equilibrio para evitar conflictos.
- Buen año para reposicionamientos de marca, lanzamientos y redefinición de identidad.

RATA» Año de cambios repentinos. Avanza con determinación, pero cuida tus palabras: la comunicación será clave.

BUEY» Pendientes por resolver que encontrarán respaldo en tu entorno. La perseverancia será la vía para avanzar con solidez.

TIGRE» Tiempo de movimiento: viajes, mudanzas —dentro o fuera del país y un fuerte impulso por aprender y expandirte.

CONEJO» Cada paso contará. Las decisiones serán definitivas, todo o nada. En el amor: romances intensos para solteros; cautela para quienes están en pareja.

DRAGÓN» Llegan reconocimientos. El desafío estará en gestionar las emociones. Un período fértil para reinventarte y dar forma a nuevas ideas.

SERPIENTE» Pruebas en relaciones y alianzas. Buen momento económico: si mantienes el foco, tu brillo no tendrá límites.

CABRA» Crecimiento sostenido en todo lo que emprendas. Aprende a dosificar la energía y a decir no cuando sea necesario.

MONO» Conciencia plena para evitar conflictos innecesarios. Canaliza tu sabiduría con estrategia y lograrás una expansión genuina.

GALLO» Atención a los bienes y al manejo del dinero. Modera el ego y construye alianzas solo cuando sean seguras y necesarias.

PERRO» La disciplina será recompensada. Serás buscado por tu valor, lealtad y sabiduría.

CERDO» Protagonista del año en los negocios. Grandes oportunidades económicas si logras diferenciar prioridades de deseos. Tus soluciones serán altamente valoradas.

Desde el Feng Shui, se recomienda evitar remodelaciones en los sectores Sur, Norte y Noroeste del hogar desde el 4 de febrero de 2026 y durante todo 2027.

Asimismo, es aconsejable no ubicar áreas de descanso en las orientaciones Sur y Noroeste.

ENTRETENIMIENTO

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

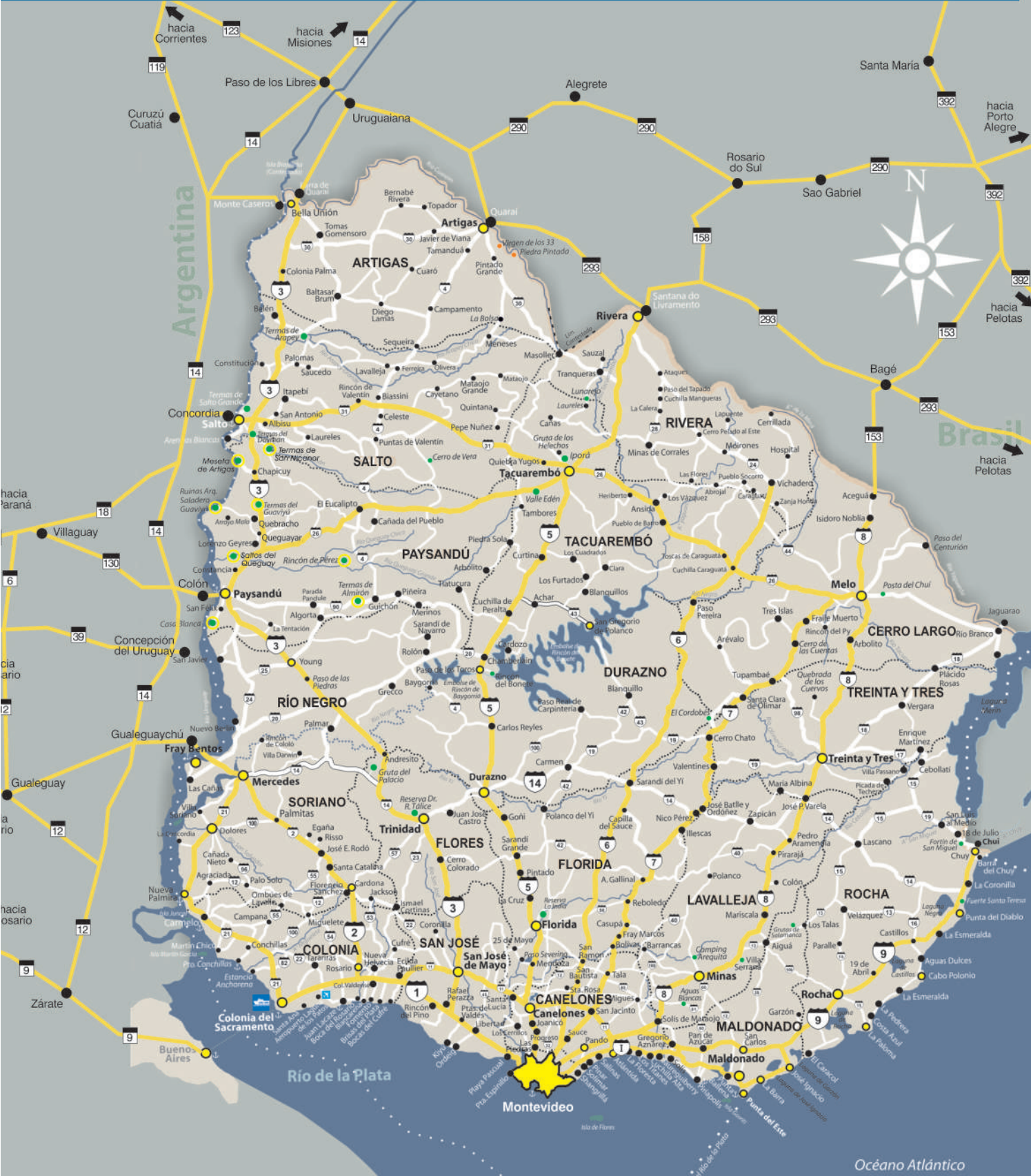
Tienes que completar todas las casillas existentes, teniendo en cuenta que no pueden coincidir 2 números iguales en la misma fila o en la misma columna. O sea, que no puedes tener 2 números idénticos en horizontal y/o vertical.

Busca las diferencias

LABERINTO ARÁCNIDO



Mapa rutero de la República Oriental del Uruguay



Cortesía de Daniel Muñoz

VISITA NUESTRA WEB



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