



El Redactor

PUBLICACION JUDICIAL Y COMERCIAL

Año 16 N° 3665 - Montevideo, 5 de Julio de 2024.- Dep. Legal N°347.025

Redactor Responsable: Gerardo Castro Moser - Reg. MEC. 2230/08 -Tomo 15 Fojas 144-Fundado el 19 de Enero 2009-
Guayabos 1718 - Local 002 "Edificio Arcos Ferrand"- Telefono: 2 407 8576 - e-mail: elredactor@vera.com.uy

AVISOS DEL DIA

SOCIEDADES ANÓNIMAS Y BALANCES

IMBERA URUGUAY S.A.

Acta 09/02/2024 modifica art. 5 del Estatuto
ARTÍCULO 5. CAPITAL Y ACCIONES.-
El capital formado por títulos de una o más acciones nominativas endosables de \$ 1,00 (un peso uruguayo) cada una, será de \$ 100.000.000 (cien millones de pesos uruguayos). Por Asamblea Extraordinaria de Accionistas se podrá aumentar el capital contractual sin necesidad de conformidad administrativa (art. 284 de la ley número 16.060 con la redacción dada por el art. 59 de la ley 17.243 de 29 de junio de 2000). La Asamblea podrá delegar en el Directorio o el Administrador en su caso, la época de emisión, la forma y condiciones de pago.
Inscripción: 30/05/2024 N° 8.499

1p-v. 05/07

CONVOCATORIAS

Multicanal SA

1. **Convoca a la Asamblea Ordinaria Especial de Accionistas de la Serie A para el día 26 de julio de 2024 a la hora 9:30.1er. llamado y a las 10:30 2do. llamado, en Bulevar Artigas 1970, con el siguiente orden del día:**

- Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.
- Considerar y aprobar el balance cerrado al 31/3/24, su Memoria y sus Notas.
- Decidir el destino de las utilidades acumuladas según Proyecto de Distribución de Utilidades.
- Considerar y aprobar la gestión del Directorio y la Gerencia.
- Designar al presidente del Directorio de Multicanal S.A. para el próximo periodo.
- Decidir las remuneraciones de los directores por el período 01/04/24 al 31/03/25 o si se desempeñarán en forma honoraria.
- Designación de 2 accionistas para firmar el acta.

2. **Convoca a la Asamblea Ordinaria Especial de Accionistas de la Serie B para el día 26 de julio de 2024 a la hora 11:30 1er. llamado y a las 12.30 2do. llamado, en Bulevar Artigas 1970, con el siguiente**

orden del día:

- Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.
 - Considerar y aprobar el balance cerrado al 31/3/24, su Memoria y sus Notas.
 - Decidir el destino de las utilidades acumuladas según Proyecto de Distribución de Utilidades.
 - Considerar y aprobar la gestión del Directorio y la Gerencia.
 - Designar al presidente del Directorio de Multicanal S.A. para el próximo periodo.
 - Decidir las remuneraciones de los directores por el período 01/04/24 al 31/03/25 o si se desempeñarán en forma honoraria.
 - Designación de 2 accionistas para firmar el acta.
3. **Convoca a la Asamblea General Ordinaria de Accionistas para el día 26 de julio de 2024 a la hora 13:30 1er. llamado y 14:30 2do. llamado, en Bulevar Artigas 1970, con el siguiente orden del día:**

- Designación de Presidente y Secretario de la Asamblea.
- Considerar y aprobar el balance cerrado al 31/3/24, su Memoria y sus Notas.
- Decidir el destino de las utilidades acumuladas según Proyecto de Distribución de Utilidades.
- Considerar y aprobar la gestión del Directorio y la Gerencia.
- Designar al presidente del Directorio de Multicanal S.A. para el próximo periodo.
- Decidir las remuneraciones de los directores por el período 01/04/24 al 31/03/25 o si se desempeñarán en forma honoraria.
- Designación de 2 accionistas para firmar el acta.

Directorio de Multicanal SA

3p-v. 05/07 v. 09/07

**El Redactor
SU PUBLICACION
manda el edicto por:
elredactor@vera.com.uy
PAGAS POR
TRANSFERENCIA**

Cambios

Todos sabemos ya, que todo cambia... que estamos en constante crecimiento y modificación de nuestro cuerpo, de nuestro ser, de nuestro conocimiento, de nuestro sentir. Pero a veces, algunos de nosotros decidimos embarcarnos en el viaje del cambio consciente, eligiendo qué cambiar.

Para decidir qué partes quieres cambiar de ti, debes antes conocerte... reconocer tus oscuridades, reconocer qué partes de ti son realmente tuyas, y cuáles vienen contigo por crianza o creencias impuestas.

Luego de elegir o reconocer quién eres y quién quieres ser, debes deshacerte de lo que no te pertenece, lo que no te es propio, lo que es heredado o impuesto por la familia, o la sociedad en la que vives.

Quitarte todo eso de encima duele, hace daño y desde el exterior, puede verse como un acto de locura. Imagina tú ver a alguien que decida de pronto quitarse capas de su piel por propia mano, y verlo sufrir y sentir dolor en el proceso: realmente la imagen es clara y dura. Seguramente haya quienes no estén afines al cambio, por el compromiso, por el dolor, por el proceso que implica; quizás haya quienes decidan que ese acto de locura, no es más que eso y no logren comprender cuál es tu decisión.

El Redactor PUBLICACIONES

SOCIEDADES ANÓNIMAS Y BALANCES

MILTAREX S.A.

Asamblea Extraordinaria: 25/05/2024.
Art. 290 y sig. Ley 16.060
Resolvió Reducción de Capital Integrado con Rescate de Acciones
Documentación: General Doctor Arturo J. Baliñas 1145, Piso 6
Oposiciones: plazo de 30 días desde última publicación.

10p-25/06 v. 08/07



¿Qué es un noviazgo violento?

Cómo reconocer cuando hay algo que está mal en el noviazgo, para así, poder alejarte a tiempo

Un noviazgo violento es cuando tu novio, amigovio o compañero, no respeta tus derechos como mujer.

Se manifiesta de diferentes formas: un empujón, un insulto, una cachetada, burlas, etc., por lo que no debemos quitarle importancia, al momento que pasan estas situaciones.

¿Cómo reconocer cuando hay algo que está mal en el noviazgo?

- Cuestiona a todos tus amigos, lo que haces, la ropa que usas, lo que dices.
- No te respeta
- Te llama a cada rato... quiere saber con quién estás.
- Te sientes obligada a dar explicaciones todo el tiempo.
- Te cuidas de decir todo lo que sientes... te resulta difícil decir no.

¡Cuidado! Los celos excesivos buscan controlar parte de tu vida, pero los puedes llegar a confundir con “muestras excesivas de cariño”.

¿Qué hacer? ¿Cómo seguir?

Las reacciones violentas empiezan de a poco y suelen empeorar, aunque por momentos se atraviesan etapas más tranquilas. Cuando se le pasa el enojo, te pide disculpas. No esperes a que se ponga peor.

Es importante que:

- no dejes que tome decisiones por tí
- no permitas que te diga qué hacer o decir
- no permitas que te rete, te insulte, te grite o te hable con prepotencia
- no permitas que te humille ante otros
- no te alejes de tus familiares o amigos
- no dejes que te amenace, que te empuje, agrede o golpee
- no permitas que te obligue a mantener relaciones sexuales si no quieres.

Si estás pasando una situación de este tipo, no te quedes sola.-

- comparte con adultos de confianza (padres u otros familiares adultos, docentes), la situación que estás atravesando.
- en los momentos de pelea y tensión,

apártate de la situación y, si es necesario, busca ayuda. Ten a mano los números telefónicos a los cuales se pueda recurrir ante situaciones de emergencia: adulto de confianza, policía, líneas telefónicas para atención de la violencia, etc.

- pide ayuda a profesionales capacitados en la problemática, ya que tienes derecho a vivir sin violencia.

Publicado por la Sociedad Argentina de Pediatría

WEB

Solo tú eres responsable de cómo te sientes

Si estás pasando por un mal rato o una situación donde no te sientes muy cómodo, te pregunto: ¿quién te hace sufrir? ¿quién te rompe el corazón? ¿quién te lastima? ¿quién te roba la felicidad o te quita la tranquilidad? ¿quién controla tu vida?

Es muy probable que puedas armar toda una lista de sospechosos o culpables... probablemente sea lo más fácil. De hecho sólo es cuestión de pensar un poco e ir nombrando a todas aquellas personas que no te han dado lo que tú crees que te mereces... que te han tratado mal... que eligieron a otra persona y no a ti... o simplemente se han ido de tu vida, dejándote un profundo dolor que hasta el día de hoy no entiendes.

Pero ¿sabes? No necesitas buscar nombres. La respuesta es más sencilla de lo que parece y es que nadie te hace sufrir, nadie te rompe el corazón, nadie te daña o te quita la paz... nadie tiene la capacidad al menos que tú le permitas, que tú le abras la puerta y le entregues el control de tu vida.

Llegar a pensar con ese nivel de conciencia puede parecer muy difícil, en especial si hoy estas en medio del conflicto... pero te puedo asegurar que no es tan complicado como parece.

En general, se vuelve mucho más sencillo cuando comprendemos que lo que está en juego es nuestra propia felicidad y nuestra paz interna... y definitivamente, el peor lugar para colocarlas es en la mente del otro: en sus pensamientos,

comentarios o decisiones.

Si bien puede que hoy no me creas y lo veas imposible, te puedo asegurar que el ser humano sufre no por lo que le pasa, sino por lo que interpreta... por las expectativas que tiene o por lo que está esperando del otro.

Muchas veces sufrimos por tratar de darle respuesta a preguntas que se instalan en la mente como: ¿por qué no me llamó?; ¿por qué no ve lo valiosa que soy?; ¿no piensa en buscarme?; ¿por qué no me dijo lo que yo quería escuchar?; ¿por qué hizo lo que más me molesta?; ¿por qué me miró de esa manera?; ¿por qué se comportó así conmigo?... y muchas otras que, por razones de espacio, voy a omitir.

No sé si estás preparado para lo que te voy a decir, pero lamento comunicarte que no se sufre por la acción de la otra persona, sino por lo que esperabas del otro... por las expectativas que te hiciste... por lo que sentimos, pensamos e interpretamos de lo que hizo, por consecuencia directa de haberle dado el control a alguien ajeno a nosotros.

Y si bien todo es elección, no puedes pasar la vida cediendo el poder a alguien más, porque finalmente terminas dependiendo de elecciones de otros, de pensamientos de otros, de estados de ánimo de otros... terminas convertido en un títere de pensamientos y acciones de otras personas.

Por lo tanto, si deseas seguir en el papel de víctima, puedes seguir consumiendo ese amargo veneno que te irá carcomiendo por dentro y seguir pensando que el mundo es cruel... habitado por seres malvados, que te desean hacer la vida de cuadritos... o puedes recordar la siguiente vez que pienses que alguien te lastima, que alguien te hace sufrir o que incluso controla tu vida, que: no es él ni ella... soy yo quien lo permito.

Recuerda, eres tú quien lo permite y está en tus manos, el volver a recuperar el control.

María Jesús Martínez Bórquez