

FACTOR
-ONLINE

Comunicando positivismo

NOTICIAS EN LÍNEA

-SEMANARIO DE NOTICIAS-

Nick Vujicic

un ser inspirador

Director Editorial: Daniel Amezcua

Fotografía y Edición: Ana Martín

Equipo: Factor On Line

Coordinador Operativo: Mario Guerrero

Coordinador de Noticias: Ing. Tito Matías



Nick Vujicic, un ser inspirador

Nick Vujicic es un ser inspirador, es alguien que tiene una luz increíble y que su sonrisa conquista el mundo. ¿Pero como llego a donde esta a pesar de tener el síndrome de Tetra - Amelia lo que genera que le falten las cuatro extremidades?

Nicholas James Vujicic nació el 4 de diciembre de 1982, en Brisbane, Australia, es un ejemplo de vida y una muestra de que nada es imposible y que las dificultades pueden ser tu mejor motor para salir adelante.

Actualmente es conferencista, es director de LIFE WITHOUT LIMITS una organización para personas con discapacidades físicas, es casado con Kanae Miyahara y es papa de Dejan Levi Vujicic, Kiyoshi James Vujicic, Ellie Laurel Vujicic y Olivia Mei Vujicic; ha realizado varias películas y programas de televisión y cuenta con varios libros en su haber.

Su historia es increíble y en ella hay episodios de alegría, amor y también de momentos difíciles, pero son esos momentos los que más tienen peso en su historia, ya que de ellos es que se va construyendo su propio éxito. A los 10 años trato de ahogarse en la bañera después de enfrentarse a sus compañeros en la escuela y descubrir lo frío y duros que pueden ser los niños con sus críticas y señalamientos y es ahí donde el amor de sus padres tuvo



mucho que ver para no lograr el cometido. Eso lo llevo a una reflexión profunda e interna y estableció que la vida no sería fácil, pero había que vivirla y de él mismo dependía la forma en que podía vivirla y así es como cambio su perspectiva de ver la vida.

Nick ama la vida por sobre todas las cosas, ha superado sus propios miedos, y ahora su gran enseñanza es no enfocarse en lo que uno no tiene... La idea es estar agradecido por que si tenemos.



canopy
by Hilton™

DAY PASS

\$500.00 MXN
Por persona

INCLUYE



\$350.00 MXN DE
CRÉDITO EN
ALIMENTOS & BEBIDAS



USO DE
INSTALACIONES



ESTACIONAMIENTO
INCLUIDO

MENORES DE EDAD INGRESAN GRATIS
LUNES A DOMINGO 9 AM- 6PM

VISÍTANOS Y ADQUIERE TU DAY PASS EN RECEPCIÓN
RSVP 998 689 16 24



Blvd. Kukulcan Km 12.5 Cancún Zona Hotelera

@canopycancun @wandercancun



INTERNACIONAL

INGLATERRA

Japón utilizará camas de cartón para los atletas participantes en los Juegos Olímpicos de Tokio 2020 y así evitar que tengan relaciones durante la competición.

La organización ha pedido 18 mil camas individuales fabricadas con cartón capaces de soportar 200 kilogramos, las cuales miden casi 6 pies y 11 pulgadas de largo, y están diseñadas incluso para los atletas más altos, en cuanto al diseño los marcos y soportes de cartón darán un estilo espartano a la habitación.



NACIONAL

MÉXICO

El presidente Andrés Manuel López Obrador envió una iniciativa a la Comisión Permanente del Congreso de la Unión por la que se expida una nueva Ley Orgánica de la Armada de México para ampliar sus facultades en las zonas marinas, costeras y recintos portuarios.



ESTATAL

QUINTANA ROO

El presidente Andrés Manuel López Obrador dio a conocer que se construirá un nuevo aeropuerto en Tulum, Quintana Roo, con el objetivo de impulsar el desarrollo económico y turístico.



MUNICIPAL

CANCÚN

En la construcción de un Cancún para los próximos 50 años, los benitojuarenses podrán disfrutar de un conjunto deportivo en la Supermanzana 21 que será un gran espacio público representativo de la ciudad, ya que potencializará la práctica de otras disciplinas y promoverá más actividades públicas de recreación, integración y sano esparcimiento para miles de familias.

FACTOR -O-NLINE

Comunicando positivismo

REDES SOCIALES

Facebook: 6,099 seguidores
Instagram: 10.6 mil seguidores

CONTENIDO INTELIGENTE

Somos creadores de contenido
con un sentido positivo y motivacional
¡La idea es enamorar a quienes quieres llegar!



FACTOR NEWS

Desde una óptica positiva,
lo más relevante del día a día
en el mundo, en México
y en Quintana Roo.

6 LO NUEVO EN INSTAGRAM

Según datos ofrecidos por el estudio Digital 2019 Global Overview, la red social **Instagram** cuenta con más de 1,000 millones de usuarios en todo el mundo y en su afán de conseguir mantener esas cifras e incluso aumentarlas, continúa incorporando nuevas funcionalidades.

Una de las últimas incorporaciones en la famosa aplicación de fotos esta tomada de otra red social que está causando furor: **Tik Tok** una red china que permite crear videos de tan solo 15 segundos con música para poder compartir en las historias de la app.

Tik Tok tuvo su gran oportunidad en este 2020 – 2021 derivado de la pandemia ya que las personas encontraron en esta plataforma la mejor forma para entretenerse.

A la fecha Tik Tok ha logrado su posicionamiento a nivel global sobre todo en Estados Unidos

Pero desde principios de agosto del 2020 ¡Ya puedes hacer lo mismo en Instagram gracias a los Reels!

Lo cual significa que también puedes poner videos de 15 segundos en tus historias, estos videos pueden editarse, añadiendo fragmentos de audios, música, Etc. Aunado a múltiples efectos y filtros.

Los Reels son lo de hoy en Instagram y ya los jóvenes lo utilizan y queda claro que esta nueva herramienta será todo un éxito.

Y ¿Tú que pones en tus historias?



Weddings
by OASIS

LIVE, LOVE & REMEMBER



El regalo perfecto al reservar

TU BODA EN OASIS

¡Reserva tu boda con Oasis Hotels & Resorts y
te regalamos 2 noches para tu 1^{er} Aniversario!

Es nuestra manera de desearles toda la felicidad en su nueva vida juntos.

¡La ceremonia perfecta, un Oasis frente al mar y la promesa de regresar juntos al paraíso!



Solicita tu cotización

Descubre nuestros paquetes



Atención personalizada  oweddings@oasishoteles.com | oweddingsweb@oasishoteles.com

TÉRMINOS Y CONDICIONES: Aplica para reservaciones hechas durante 2021, realizando la boda en 2021. El certificado es válido por 2 noches, para 2 personas, utilizables en el 1er aniversario de bodas. El certificado es válido 3 meses antes o 3 meses después de cumplir el 1er aniversario de bodas. Válido en estancia mínima de 4 noches, pagando 2 noches para recibir 2 noches adicionales en la misma categoría reservada. Aplican restricciones.

8  **TE RECOMENDAMOS SEGUIR A:**



Samuel García
@samuelgarcias



Revista Latitud 21
@revistalatitude21



La Chupitos
@_lachupitos



Proyecto Brújula Cancún
@proyectobrujula



Memelas de Orizaba
@memelasdeorizaba



Universidad Anáhuac Cancún
@anahuaccancun



El Palacio de las Pelucas
@elpalaciodelaspelucas



Yo Soy Chetumal
@yosoychetumal



Factor Humano
@factorhumano2021



Anand Ecoaldea
@anandecoaldea.mx

¡Se parte de la generación de Innovadores!

Nuestros programas educativos:

- Ingeniería en Biotecnología
- Ingeniería Biomédica
- Ingeniería Financiera
- Ingeniería en Software
- Licenciatura en Administración y Gestión Empresarial
- Licenciatura en Terapia Física



EXAMEN DE ADMISIÓN #UPQROO

31 DE JULIO DE 2021



¡Tu futuro empieza hoy!



Contamos con:

- Programa de Becas
- Centro de idiomas
- Bolsa de Trabajo
- Cursos y Talleres
- Laboratorios
- Movilidad Nacional e Internacional
- Actividades culturales y deportivas
- Inglés durante todas las carreras

Ingenierías y Licenciatura en Administración y Gestión Empresarial

3 años 4 meses
TITULACIÓN DIRECTA

Licenciatura en Terapia Física

3 años 4 meses
+
1 año Servicio Social

www.upqroo.edu.mx



998 283 1859 ext. 113

Reconoce a las personas “tóxicas y aprende a evitarlas

¿Tengo pareja, amigos, compañeros de trabajo, familiares tóxicos?

Por: Juan Bautista Pat Dzib

En los últimos tiempos y más en pandemia por el COVID -19, se ha proliferado el uso coloquial del adjetivo “tóxico” para referirse a personas que generalmente con sus acciones, conductas, temperamento, desean sabotear las situaciones o modos de vivir de otras personas u grupos, cuando esto sucede puede ser que presentes ese “desgano” hacia las actividades o decisiones que decidas a realizar.

Cuando pasamos tiempo junto a ellos, es probable que sientas “cansancio, angustia, apatía”, esto es a que las situaciones que generan logran hasta cierto punto algo similar a una sustancia química toxica, ya que logra efectos negativos en nuestra salud. Por ello, estas personas contaminan con sus acciones, haciendo parecer el ambiente “pesado, incómodo, angustiante”. Pero sobre todo deberás tener cuidado, algunos son altamente “contagiosos”. Ya que son hábiles para contaminarlo todo.

Pero cómo distinguimos a la gente tóxica de alguien que no lo es, es verdad que a veces podemos estar de mal humor, estar de negativos o apáticos ante una actividad o influir a alguien con nuestro pesimismo, pero eso no nos convierte en tóxicos para el otro. Cuando alguien sí lo es, es porque es su estado natural y permanente, no es por un momento, sino que es su manera de ser en su vida diaria.



Describiremos varias características de las personas tóxicas, puede ser que alguien tenga una forma en particular muy marcada o que tenga varias de ellas. Estas personas pueden ser compañeros de trabajo, algún amigo del grupo, una pareja tóxica, un familiar, etc. A continuación nombraremos esas características para que puedas detectarlas y alejarte de estas personas:

1. Negativista patológico: Son siempre negativos, viendo solo lo que “falta”, lo que está “mal” y tienen la habilidad de transformar algo positivo en negativo pase una cosa u otra, por ejemplo: “Si el día es soleado está mal porque hace mucho calor, pero si hace frio lo ven mal porque no hace calor, si no es por una cosa, es por otra”. También buscarán que todo lo que quieras emprender, boicoteártelo, diciéndote todo lo malo que puede pasar “no hagas eso porque es peligroso” o “no te compres eso porque no te va a durar”- o marcándote tus “errores”, porque no salió como ellos esperaban. Siempre están ahí para contaminarlo todo con su derrotismo.



2. El/la “quejoz@” por deporte: no sólo son negativos, sino que tampoco lo pueden callar, siempre están hablando para quejarse de todo y por todo, siempre ven y manifiestan que el vaso esta medio vacío, si van a una fiesta, algo no les gustó, si haces una rica comida le falta el toque, si se hace la actividad es porque se hace, si no hace es porque se hace, son en definitiva alguien que esta hablando a cada momento.

3. Malhumorad@s: están son personas negativistas con rasgos depresivos, pero también están los que se enfadan por todo y con todo, no sólo están pendiente de marcarte lo que haces mal o lo que ellos consideran que haces mal, sino que además se ofenden. Estar cerca de una persona así puede hacer que tú también te pongas o que por el contrario te vuelvas más sumiso para no enfadarle, pero de ninguna manera lograrás cambiarle (además no es tu tarea esa), sólo aléjate. No dejes que te contagien esa negatividad.

4. “Victimista” de profesión: Existen distintas formas de ejercer esta profesión!! Están los que se rinden y te hacen rendir antes de empezar cualquier cosa. Te trataran de hacer ver que nada vale la pena, que el mundo es tan malo, que ni vale la pena intentarlo, porque nada funcionará. También están los que se hacen las víctimas contigo, buscando hacerte sentir culpable de lo que les pasa, ¡con lo bueno que son contigo!

5. L@s “visualizadores malign@s”: Estos pretenden aislarte, tratando de contaminarte con la visión de que el ser humano es malo por naturaleza –a excepción de ellos-. Siempre están mirando conspiraciones, creando malas intenciones, haciéndote dudar de todos y hasta de ti mismo. Te harán ver que el mundo está en su contra y en el tuyo, aunque es de señalar que quizás detrás de esas características haya un trastorno mental.

6. “Chismos@ por naturaleza: Son los que hablan mal de los otros, se meten en sus vidas buscando conocer las debilidades de la gente para después divulgarlo, compartiendo sus chismes buscan hacerte cómplice y que participes de ello, pero para no caer en sus redes, nunca te preocupes de saber los secretos del vecino, sino que cuídate del que habla de ellos.

7. Envidios@: Estas personas son las que siempre quieren lo que el otro tiene, no importa lo que sea, lo envidiarán, imagínate que te das cuenta que un envidioso quiere algo tuyo, si se lo cambias por algo que él tiene para conformarle, notarás que comenzará a pensar que le engañaste y comenzará a envidiarte por lo que ahora tú tienes y que era de él. Estos también viven comparándose y comparándote con los demás.



8. El/la de la humilde “opinión”: Con la excusa de ser sinceros y auténticos aunque duela, son capaces de largar cualquier cosa por sus bocas, sin medir daños ni consecuencias y escudándose en que su rectitud y en que “la verdad nunca ofende”. Lo que pasa es que ellos sólo ven su verdad, que generalmente es la única que para ellos vale y quieren que os demás valoricen.

9. El centro del universo: Estas personas son las que buscan permanentemente ser el foco de atención para todo, para bien o para mal, quieren ser el centro de la fiesta, o si estás enfermo, ellos estarán peor. Si tu cuentas una historia, ellos contarán una superior, si tú estuviste en un lugar, ellos estuvieron 5 veces antes. Necesitan ser escuchados hasta el cansancio, son los denominados “yo-yo”.

10. El/la mentiros@ patológic@: pueden mentir e inventarse historias la misma cantidad de veces que respiran, los más expertos hasta llegan a creerse sus propias mentiras. Te pueden hacer confundir tanto que ya no sabrás que es verdad y que es falso, eso sí te exigirán total sinceridad.

11. El/la chantajist@ emocional: Es aquella persona que inventa, manipula situaciones para poder tener control de las personas y del contexto, con el fin de lograr que lo que quiere que se realice, se logre concretar o ejecutar, son individuos sumamente inteligentes, que propiamente conforme logren sus objetivos adquieren mayor habilidades, suelen también somatizar enfermedades.

12. Otras de sus características son: No asumen ninguna responsabilidad, ellos siempre tienen la razón, siempre van por detrás y nunca juegan limpio, van de buenos y siempre consumen toda tu energía hasta secarte por completo.



Es importante señalar que no se pretende crear etiquetas en las personas, si no que las características anteriores son para el reconocimiento de las mismas, por tanto ¿qué podemos hacer para no caer en sus redes?

Conocer estas características para poder detectarlos y una vez que lo hagas, aléjate y no caigas en sus manipulaciones emocionales, no seas su bote de basura. A veces no podemos alejarnos mucho, porque las personas que presentan estas características pueden ser nuestros compañer@s de trabajo, un vecino, un familiar y tendremos que verle, en este caso diseña un “traje emocional” para que no te toque; por ejemplo, analiza y escucha atentamente su discurso, no entres en sus provocaciones y complot, salte cuando comienza a chismosear, no le cuentes cosas personales. Si no puedes tomar distancia física, tómala de manera emocional, sin involucrarte con él o ella.

Recuerda tú no estás para curarle ni tratar de cambiarle, ¡si lo intentas puedes terminar siendo su bote de basura emocional! Porque es más factible que tú te conviertas en él o ella, que esa persona cambie a mejor o quizás al terminar de leer esto te des cuenta que tu tienes estas características, por lo tanto te invito a que consideres lo siguiente detrás de estas conductas hay asuntos psicológicos pendientes y es necesario acudir a un profesional de la salud mental.

Juan Bautista Pat Dzib
Psicólogo, Psicoterapeuta
Grupo Polaris Psicólogos
9981 180 2306
psicjbpd@hotmail.com
<https://www.facebook.com///PsicJuanBautista>
www.grupopolarispsicologos.com.mx




Comprometidos con la salud mental

Grupo Polaris Psicólogos, plantea fomentar la práctica responsable y ética de las psicólogas y los psicólogos, por medio de la actualización capacitación, investigación y la aplicación del conocimiento teórico, bajo prácticas vivenciales donde a su vez, se promueva la responsabilidad social, en un marco integral en el que participan también profesionales licenciados en medicina y en nutrición.

 9981 41 26 78

 <https://www.facebook.com/psicologos.cancun.16>

 <https://soundcloud.com/gpp-2020-2021>

 Grupo Polaris Psicólogos
<https://www.youtube.com/channel/UCnSAmIS3hzpIMzi8QyXkAFQ>

<https://www.grupopolarispsicologos.com.mx>



YO SOY único pero
puedo ser muchas cosas,
muchos lugares,
muchos momentos,
pero lo más importante
es que **YO SOY** para ti

¡Síguenos en Instagram!



@yosoycancunf
@yosoybacalar
@yosoychetumal
@yosoyislamujeres
@yosoyplayadelcarmenf

EL SABOR DE LA
naturaleza
EN CADA BOCADO



 MANTEQUILLAS
FRUTALES

 CONSERVAS

 SALES

EN COMPRA DE DOS O MÁS PRODUCTOS
15% DE DESCUENTO
DURANTE TODO JULIO DE 2021

C U P Ó N



Cocinar sano, también es parte de la convivencia familiar, ya que es una oportunidad perfecta para estar en familia y es una ocasión para inculcar en los pequeños el valor de la laboriosidad. De hecho, no es necesario realizar recetas complicadas, ya que los niños se divierten con cualquier plato sencillo. ¡Hagamos algo para los peques!

COMPOTA DE FRUTAS

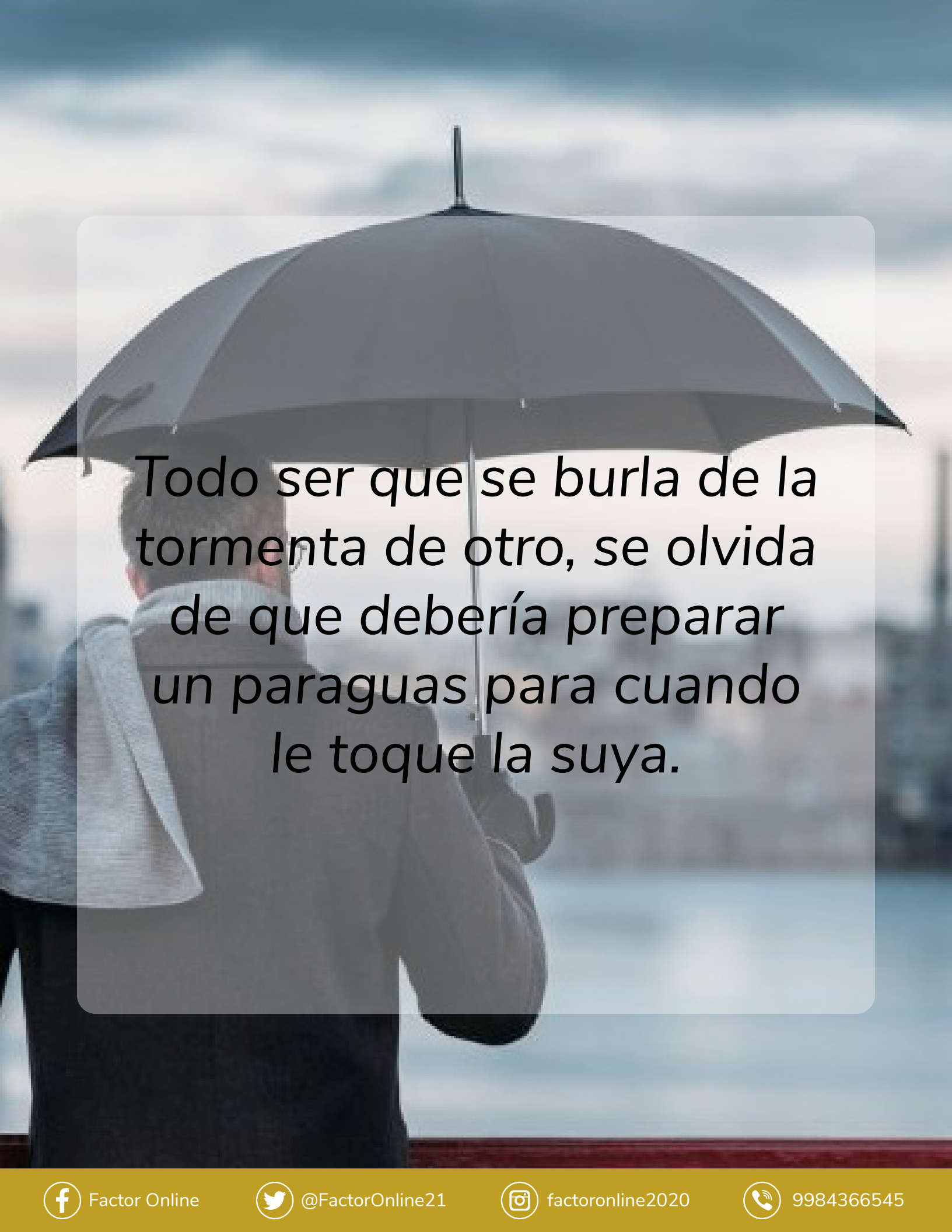
Ingredientes:

- 3 manzanas
- 2 peras de agua
- 4 ciruelas pasas
- 4 orejones de durazno
- 1 cucharadita de azúcar
- Un poco de canela
- Ralladura de limón
- Granitos de anís

Procedimiento:

1. Pela las manzanas y las peras y córtalas en gajos.
2. En un bol, pon tres cucharadas de agua, el azúcar, la canela, la ralladura de limón y los anises, y mezcla todo bien.
3. Luego, añade los orejones cortados en tiras, las ciruelas sin hueso y el resto de frutas y remueve lentamente.
4. Mete el bol en el microondas durante dos minutos a potencia media.
5. Cuando esté listo, saca el recipiente, remueve la compota para que se mezcle bien y vuelve a meterlo otros dos minutos en el microondas.
6. Deja que se enfríe fuera de la nevera y luego refrigéralo.

Disfruta en compañía de las personas que más quieres... ¡Esa es la mejor receta!



Todo ser que se burla de la
tormenta de otro, se olvida
de que debería preparar
un paraguas para cuando
le toque la suya.

Exámenes de confianza

- Socioeconómico
- Médico - Físico
- Antidoping
- Polígrafo
- Psicométrico
- Análisis de redes
- Pruebas COVID



Consultoría

- Capacitación en Desarrollo Humano
- Análisis de puestos y salarios
- Comprador Fantasma para revisión de calidad
- Asesoría NOM 035



*Certificando gente
de calidad*



Factor Humano Cancún



@CancunFactor



factorhumano2021



9982456585