

FACTOR
ONLINE
SEMENARIO

NOTICIAS EN LÍNEA

-SEMENARIO DE NOTICIAS-



RAFAEL MCGUIRE

Rompiendo las barreras al desnudo.

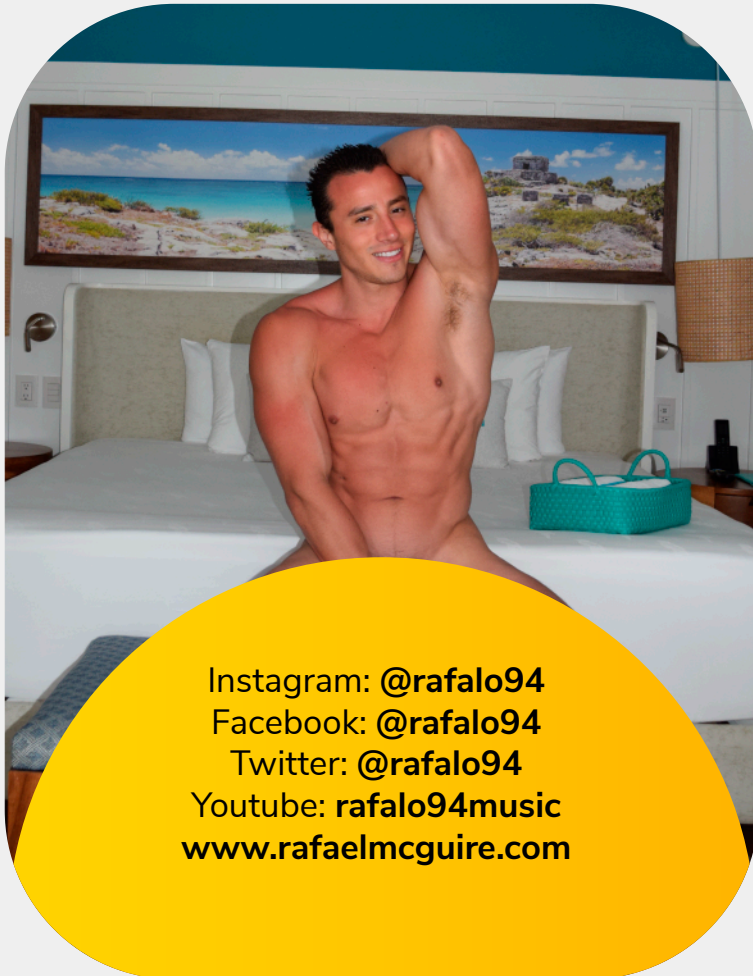


ROMPIENDO LAS BARRERAS AL DESNUDO.

Por: Redacción

Dicen que no es fácil romper las barreras, sobre todo las que nosotros mismos nos creamos, sin embargo para Rafa Mcguire vencer los diferentes retos a los que se ha enfrentado es poder sumar medallas a su autoestima.

Rafa Mcguire es un joven muy dinámico, platicas con él y habla rápido, sus ideas fluyen de manera constante y siempre está en modo creación inventando, planeando o buscando hacer cosas, cosas que le generen positivismo a su vida.



Él mismo narra que en algún momento sufrió de una enfermedad que se debe tomar muy en serio, LA DEPRESIÓN y la ANSIEDAD, la cual le llevaba a humor cambiante constantemente y que pasaba de un momento de risa, a uno de llanto y desesperación de manera muy abrupta, y eso era desgastante para su energía y su cuerpo.

Sin embargo, llega el día en que DESNUDA su alma y reconoce que tiene que salir adelante, que tiene que hacerlo para él mismo y para las personas que lo quieren, que afortunadamente son muchas.

Para lograr eso, tiene que romper muchos paradigmas y vencer sus propios miedos y eso hizo que se DESNUDARA del alma, y qué pudiera conocerse a sí mismo y que sobre todo viera sus metas sin tomar en cuenta el que dirían los demás.

Le gusta darse tiempo para **MEDITAR** y auto conocerse y evaluarse a sí mismo, es exigente con lo que hace y lo que se propone y eso lo tiene en el lugar que ahora ocupa en medio del mundo del espectáculo, ha sido modelo, cantante, actor y disfruta de cada faceta en que participa, tiene planes e invitaciones en otros países y sigue diciendo que lo principal es la forma en que disfruta su día a día.

Aprendimos mucho al conocerlo, buscábamos hacer una portada disruptiva y muy lococona, pero al final salió algo muy padre y logramos ver esa parte humana que él maneja. Gracias rafa por tu confianza y gracias por lo enseñado y siiii **¡Vamos a seguir desnudando el alma!** ¿Y porque no? También el físico.





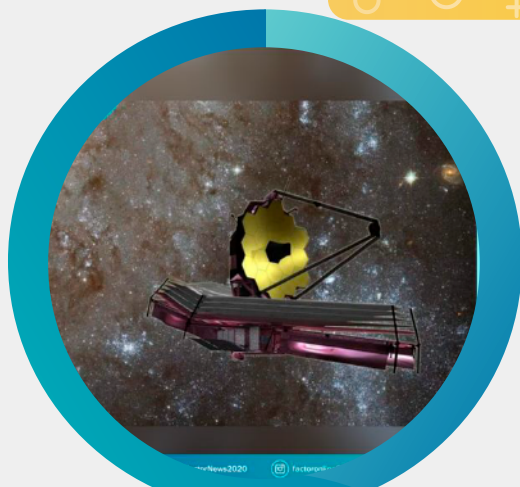
FACTOR NEWS

Un medio digital independiente con profesionalización globalizada, y con la intención de informar, entretener y educar de una manera positiva; creando sinergia con el propósito de integrar elementos multimedia.

Entérate de lo más relevantes en cultura, espectáculos, sociedad, deporte. estados, capital, ciencia, turismo etc.

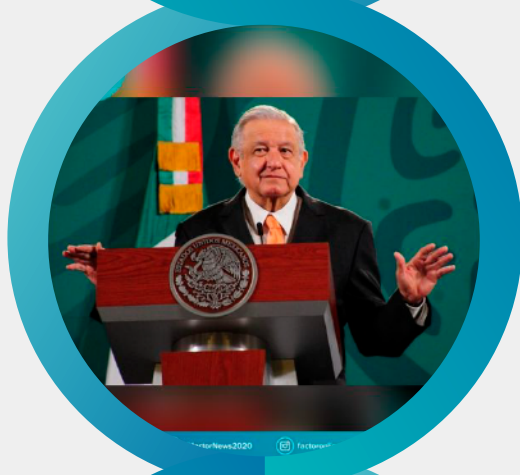
www.factoronline.mx





INTERNACIONAL ESTADOS UNIDOS

El telescopio espacial James Webb alcanzó su órbita final, a 1.5 millones de kilómetros de la Tierra, desde donde podrá observar las primeras galaxias del universo, confirmó este lunes la NASA.



NACIONAL MÉXICO

En el tercer día consecutivo de las exposiciones, el presidente Andrés Manuel López Obrador hizo un llamado a los trabajadores de Petróleos Mexicanos (Pemex) a escuchar las propuestas de los candidatos a dirigir el sindicato nacional, pero sobre todo a respetar el voto libre y secreto.



ESTATAL QUINTANA ROO

Durante el año 2021 Quintana Roo se ubicó entre los primeros estados del país en abatir la carencia de calidad y espacios de la vivienda informó Rocío Moreno Mendoza, titular de la Secretaría de Desarrollo Social (Sedeso), en conferencia de prensa organizada por Fernando Mora Guillén, coordinador general de Comunicación en Quintana Roo.



MUNICIPAL CANCÚN

Empresarios de 10 países se reunirán en la Latam Summit de Quintana Roo, así como embajadores, que participarán en ponencias y foros estarán presentes en la Macro Rueda de Negocios Latam 2022, que ya comenzó en la ciudad Cancún y concluirá en tres días.

**¡Sé parte de la generación
de Innovadores!**



**UNIVERSIDAD
POLITÉCNICA
DE QUINTANA ROO**

Nuestros programas educativos:

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

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

**¡Tu futuro
empieza hoy!**

**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

¿QUÉ ES UN PUEBLO MÁGICO?

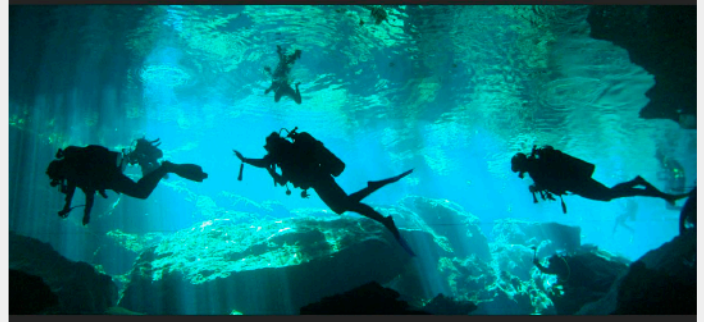


Por: Lic. Israel Urbina Acuña

Un **Pueblo Mágico** es una denominación que se le da a un sitio o destino turístico con historia que en la mayoría de los casos han sido escenario de hechos trascendentes para el país, son lugares que se identifican por su identidad nacional en cada uno de sus rincones, con una magia que emana de sus atractivos, son localidades que requieren orientarse para fortalecer y optimizar el aprovechamiento racional de sus recursos y atractivos naturales y culturales, fortalecer su infraestructura, la calidad de los servicios, la innovación y desarrollo de sus productos turísticos, el marketing y la tecnificación, en suma, acciones que contribuirán a detonar el crecimiento del mercado turístico.



La Secretaría de Turismo Federal inicio con el programa Pueblos Mágicos de México en el año 2001, estableciendo reglas claras y alcanzables que establecen los criterios de incorporación y permanencia para aquellos que quieran ostentar este distintivo. **Actualmente hay 132 Pueblos Mágicos distribuidos alrededor de 31 estados de la república.**



De acuerdo a la guía de la SECTUR, el programa se divide en dos importantes componentes: el proceso de incorporación y los requisitos para su permanencia. Entre las características en común que tienen los actuales Pueblos Mágicos es que cuentan con arquitectura histórica, excepcionales paisajes naturales y tradiciones arraigadas.

En general los objetivos a cumplir con este programa son:

- Estructurar una oferta turística complementaria y diversificada hacia el mercado, basada fundamentalmente en los atributos histórico – culturales y naturales de las localidades.
- Aprovechar la singularidad de las localidades para la generación e innovación de los productos turísticos para diversos segmentos.
- Provocar un mayor gasto en beneficio de la comunidad receptora.
- Alcanzar la excelencia de los servicios turísticos de las localidades.
- Profesionalizar el factor humano de las localidades.
- Fomentar la inversión de los tres niveles de gobierno (federal, estatal y municipal) y del sector privado.
- Fortalecer la propuesta turística de México.
- Impulsar la consolidación de destinos en crecimiento.
- Apoyar la reconversión de las localidades maduras.
- Constituir al turismo como una herramienta de desarrollo sustentable de las localidades incorporadas al Programa

Con tantas opciones a lo largo del país prácticamente para conocerlos todos tendríamos que conocer uno diferente cada 2 o 3 días durante un año.

¿Y tú, cuántos Pueblos Mágicos conoces ya?

Lic. Israel Urbina Acuña - #HotellInspector
(<https://www.instagram.com/israelurbina/>)
Consultor y Embajador Turístico

<https://www.instagram.com/pueblosmagicosde-mexico/>

<https://www.instagram.com/visitmexico/>



sol & luna



ADRIANA MACÍAS



ÉXITO SIN PRETEXTOS WORLD TOUR 2022

EVENTO
PRESENCIAL
TEATRO
SEGURO

**1 DE
FEBRERO**

**TEATRO
DE
CANCUN**

ÚNICA FUNCIÓN
8:30 PM

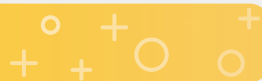
**INFORMES
9981-294643**

TAQUILLA DEL TEATRO (EL DÍA DEL EVENTO)

AWAKEN

breathless
Cancun Soul
RESORT & SPA
BY AMR® COLLECTION

TusBoletosMX



MUJERES IMPULSANDO QUINTANA ROO

Por: Daniel Amezcua

Quintana Roo: En estos momentos de la historia de nuestro joven estado, siete de los once municipios de la entidad son gobernados por mujeres. Lo cual tiene mucho significado para el camino que lleva nuestra política, sobre todo si se establece que uno de esos municipios es Benito Juárez donde esta Cancún, una de las ciudades más importantes del mundo.

Hoy la Lic. En Comunicación **Mara Lezama**, gobierna por segunda ocasión el municipio de Benito Juárez, y actualmente es ella quien encabeza las encuestas para posicionarse en las próximas elecciones como la primera gobernadora mujer de nuestro estado.



Otro de los municipios turísticos más importantes por su industria de cruceros es Cozumel y al día de hoy la Lic. **Juanita Alonzo** es quien dirige sus destinos.



En Carrillo Puerto, **Maricarmen Candelaria Hernández Solís**, está haciendo una gran labor y está poniendo este municipio a la vista y observación de muchos otros municipios y ciudades.



En la capital del Estado: Othón P. Blanco tenemos a **Yensunni Idalia Martínez Hernández**, quien ha renovado la plantilla municipal y está mostrando liderazgo efectivo en la toma de decisiones.



Isla Mujeres no se queda atrás La Lic. **Atenea Gómez Ricalde** está logrando conjuntar voluntades y uno de sus grandes logros manejados es la limpieza de la Isla, lo que le ha valido mucha aceptación de los isleños, quienes veían este problema como algo sin resolver.



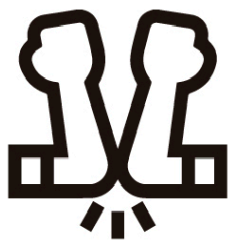
Solidaridad: La Lic. **Lili Campos** vino a cambiar la forma de gobernar un municipio en cuanto a la transparencia de los recursos, estableciendo programas que han generado confianza.



En unas semanas estaremos ya de llenos en las campañas para la gobernatura y serán las mujeres quienes tengan la gran oportunidad de cambiar las formas de hacer las cosas en la política, es definitivo que seguiremos informando.



Si te cuidas tú,
nos cuidamos
TODOS



**#SoyParte
DelCambio**



NUESTRA COCINA
ESTÁ EN EL MAR



QUE EL TALENTO DECIDA QUEDARSE



Por: M.A. Gabriela Espinosa Lortia

Para que exista una empresa debe por lo menos existir un colaborador, pero para que exista una empresa exitosa él o los colaboradores deben estar contentos, motivados y deseosos de permanecer ella.

Son varios los retos que enfrentan las empresas en los siguientes años dada la incertidumbre actual y los constantes cambios derivados de la pandemia, entre ellos el disminuir la rotación de personal, pero **¿Cómo evitamos la fuga de talentos de las empresas?**

¿Y si nos vamos desde el principio, siendo una empresa con un propósito bien definido, donde el capital humano sea la prioridad?. Estoy segura que además de aplicar la parte técnica y la estrategia debemos iniciar por lo esencial, las personas.

Me pongo en el lugar de los colaboradores que ahora están en una empresa y pienso en los factores que me harían decidir quedarme en ella, por supuesto a mis 43 años seguramente mi respuesta sería muy diferente a la de otros, ahí el reto actual, escuchar el sentir de las personas para saber qué los motiva a quedarse en una empresa y actuar en consecuencia.





Gabriela Espinosa
Facilitadora laboral

DESDE EL 2015, servicio de empleabilidad basado en capacitación para candidatos profesionistas y ejecutivos que están en búsqueda de su Trabajo Ideal.

¡JUNTOS PODEMOS ENCONTRAR TU TRABAJO IDEAL!



SESIONES PERSONALIZADAS
y en línea para todo México y Latinoamérica

Informes

 9999 928143

M.A. Gabriela Espinosa Lortia
Facilitadora Laboral



Durante los más de 17 años que tuve la posibilidad de colaborar en diferentes empresas, pude observar que algunas de las causas de la rotación de personal que más afectan son:

1. Mal ambiente laboral y falta de liderazgo en los jefes.
2. Largos horarios de la jornada laboral y sobrecarga de trabajo.
3. Falta de reconocimiento al trabajo y de retroalimentación asertiva.
4. Sueldos y prestaciones inadecuados para la demanda laboral.
5. Falta de capacitación y un plan de vida y carrera.

Y por otro lado, también fui testigo de cómo la rotación de personal genera grandes problemas y gastos algunas veces imperceptibles o que no se quieren ver y muchas desventajas.

Pero **¿Qué podemos hacer para disminuirla la fuga de talentos?** En mi opinión está en manos de todos, no sólo Rh es responsable, aunque ellos lideren el proceso, pero todos podemos contribuir.

Actualmente y como especialista de empleabilidad me queda claro que cuando uno está en búsqueda de nuevas oportunidades pones tus sueños, vida y esperanzas en esa puerta que se te abre y que con toda ilusión luchas por alcanzar.

Es responsabilidad de todos que una vez que decidamos si firmar con alguna compañía mantengamos esa llama de motivación encendida ayudando a los compañeros, jefes y en general aportando todo nuestro talento, empatía y paciencia a donde quiera que vayamos, así mismo en muchos procesos el área de Recursos Humanos es responsable de liderar e implementar acciones de mejora, pero no por eso debemos dejar en manos de otros nuestro bienestar, salud y felicidad.

¡Tú como líder puedes contribuir a que el talento Sí decida quedarse en la empresa!

¡Te deseo mucha salud y éxito!

M.A. Gabriela Espinosa Lortia
Especialista en Empleabilidad



Somos anfitriones de historias

TAXISTAS DE ISLA MUJERES

WWW.TAXISTASDEISLAMUJERES.COM

Estamos en la isla y la zona continental
siguenos en nuestras redes:
Av. Rueda Medina S/N junto al muelle fiscal
Tel: (998) 8770066

 @taxisdeislamujeres

 @TaxistasIsla

 taxis de islamujeres



APEGO, DESAPEGO ¿LOS CONOCES?



Por Psic. Juan Bautista

El apego se entiende como el estado o la dependencia emocional que podamos tener hacía una situación, una persona o una cosa. Este tema es amplio por lo cual se ha dividido en 2 partes

Existen, como ves, distintos tipos de apego y, por consecuencia, diversos tipos de desapego. Queda claro que, cuando nacemos, tenemos por supervivencia que depender de los demás, pero con el paso del tiempo, ese apego tiene que ir desapareciendo hasta volvernos más independientes. El apego de nuestra infancia, nos permite sentirnos mucho más seguros y nos enriquece como personas. Eso sí, ese apego puede llegar a convertirnos en dependientes de otra persona y eso, en la edad adulta, puede convertirse en un verdadero problema.

Lo primero que tienes que tener claro es que el desapego emocional no significa en ningún caso el tener que romper todo tipo de vínculos. De hecho, ni siquiera significa que no queramos seguir nuestros sueños o conseguir eso que siempre hemos querido.

El desapego emocional consiste en saber que, aunque no lo tengamos, podemos perfectamente vivir sin ello y poder ser felices. Podemos desear, por ejemplo, tener un coche mucho más lujoso, pero también podemos saber apreciar lo que realmente queremos y ser felices con nuestro coche actual. Es posible que algún día puedas tener ese coche, pero de momento, tenemos que conformarnos y aceptar lo que hay.

LAS 5 LEYES DEL DESAPEGO EMOCIONAL

Si crees que estás sufriendo apego a alguna situación, cosa o persona, te contamos ahora cuáles son las 5 leyes del desapego emocional para que consigas remediar la situación:

1. Asume el «yo observador»

Es decir, mira las cosas desde fuera. En muchas ocasiones **el desapego emocional puede tratarse saliendo del círculo vicioso en el que nos encontramos**. Nos llegamos a creer que las cosas negativas que hacemos o nuestras creencias y valores son las correctas cuando en realidad no lo son. Si crees que tienes que ser rico para poder ser feliz y no sales de esa idea, jamás te sentirás bien contigo mismo. Hay que dejar a un lado ese 'yo' ficticio que hemos creado y ser conscientes de que no es así, que desde fuera se ve diferente y que podemos ser felices con lo que tenemos.



2. Vive el presente

En muchas ocasiones nos vemos condicionados por el futuro. Un futuro que no podemos controlar y en el que no nos sirve de nada pensar. Hay que dejarlo a un lado y centrarnos en lo que está pasando ahora mismo.



3. No hagas juicios de valor por todo

No nos tenemos que valorar de forma negativa. No creas que todo lo que nos sucede o lo que hacemos es malo. Consigue desprenderte de esa mentalidad y no emitas juicios de valor.



4. Acéptate tal y como eres

Eres así y esta es tu vida. Acepta eso y tendrás mucho ganado. Puede que no sea siempre tal y como queremos o deseamos, pero es nuestra vida y hay que vivir con ella. Siempre no va ser todo un camino de rosas y hay que aprender a vivir con ello.



5. Haz Mindfulness

Funciona, conseguir liberar nuestra mente de los prejuicios nos hace centrarnos en el presente y nos ayuda a conseguir gestionar nuestras emociones o nuestras actitudes y pensamientos.

Nos vemos la siguiente semana con la conclusión de este tema.



*CUIDAMOS LO
MÁS VALIOSO
QUE HAY EN TI.*

¡TU SALUD!

- Estudios prenupciales
- Antidoping
- PCR Para COVID
- Prueba antígeno para COVID
- Glucosa, Colesterol, Triglicéridos
- General de Orina
- Prueba de embarazo
- Exámenes prenatales
- VIH, VDRL y grupo
- y muchos mas

Horarios: Lunes - Viernes
07:00 a 14:00 Horas
Ubicación: Región 94, Av. 107
Segunda Entrada.
Entre ruta 4 y Ruta 5

bclab

LABORATORIO CLÍNICO

SERVICIO A DOMICILIO

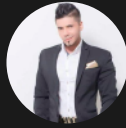
998 394 5547



¡Estamos para servirte!



¡¡¡UNA BELLA SEMANA MÁS!!!



Por: Chucho Robles

¡Los saludo con gran gusto totalmente bendecido y así será esta semana para todos nosotros!

Nos lo merecemos: México y Q. Roo tendrá la dicha de disfrutar del tenor italiano **Andrea Bocelli**, se presentará en un hotel de la Riviera Maya el próximo 26 de febrero.

¡Nos encontramos a la expectativa de este gran evento que se pronostica como un gran éxito! El tenor italiano de 63 años de edad ha recorrido el mundo entero derrochando su talento y ahora se ha confirmado su asistencia a la Riviera Maya es sin duda un privilegio.

Con un espectáculo de primer nivel ahora que se reactivan los eventos para el mes más romántico del año: febrero y solo unos días después del día del amor, Andrea Bocelli cautivará con ese estilo apasionado y romántico estremeciendo a sus asistentes. El concierto se llevará a cabo en Playa Maroma Beach Club, acompañado de 70 músicos, con una producción de la gira mundial con 400 personas que colaboran y más de mil 200 en todo el espectáculo.

Se habla de 6 mil espectadores, y una derrama económica de 130 millones de pesos que es lo que directivos del Hotel de cinco estrellas Playa Maroma Beach Club dieron a conocer.

1 2 3 ¡A esperar la fecha para disfrutar de Andrea Bocelli este 26 de febrero del 2022 en La Riviera Maya!

ANDREA BOCELLI
 26 FEBRERO 2022
 PLAYA MAROMA BEACH CLUB
 RIVIERA MAYA, MEX.
 VENTA DE BOLETOS A PARTIR
 DEL 11 DE OCTUBRE 2021, 10:00 AM.

ADQUIERE TUS BOLETOS EN
FUNTICKET.MX

Logos: TELMUD, UNIVERSAL, KMM, FIC LIVE, GLOBAL PEAR, M, 1, ACOTUR, HERITAGE, Marema Beach Club.

1 2 3... ¡Llega el top de los Influencers!

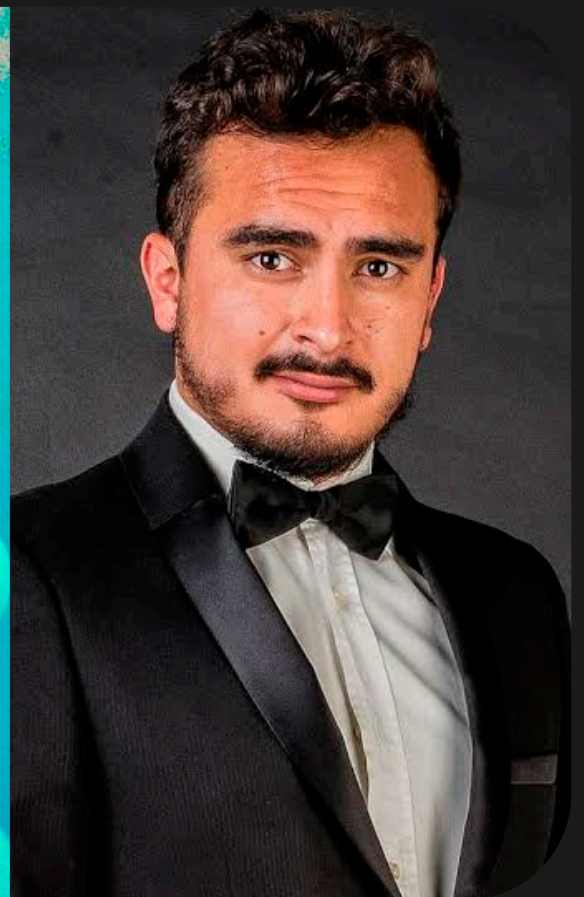
Este viernes 11 de febrero a las 9:30 pm se presenta el estandupero Ricardo Pérez, no te lo pierdas. Puedes adquirir los boletos en www.tusboletos.mx

Ricardo Pérez es un reconocido comediante e Influencer por su programa "La Cotorrisa" junto con su buen amigo Slobotzky, en este espacio cuentan las anécdotas que sus seguidores les comparten, incluso, llegan a contar chismes de la farándula y temas que, a la larga, resultan interesantes.

Ambos han logrado ser reconocidos en Youtube y han ganado premios por ser uno de los programas más populares en la plataforma. Ricardo ha participado en Comedy Central y en diferentes proyectos independientes, pero no fue hasta "La Cotorrisa" que su fama aumento en gran medida.

Hoy por hoy sus podcasts y programas han tenido un gran éxito, con 1.67 M de seguidores en su canal de Youtube y llega a Cancún en un evento increíble de StandUp Comedy, es por eso que te garantizamos un show único y que jamás te imaginaste, este viernes 11 de febrero 9:30 pm para entretener a todos los cancenenses, así que no te lo pierdas y consigue tu acceso en www.tusboletos.mx

1 2 3... ¡Preparados para los grandes eventos!



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



MÚSICA CLÁSICA PARA NIÑOS



Por: Mario Monroy

Sabemos que hay mucha gente que sigue diciendo que la música clásica aburre y es para dormirse. No voy a criticar la evidente ignorancia que este comentario refleja, pero seguramente no tuvieron la oportunidad de estar cerca de la música de una manera correcta.

Aquí les voy a proponer 5 obras que recomiendo para niños. Todo esto dentro de mi programa "Creación de Públicos". Espero las disfruten y se acerquen a este hermoso mundo.



1 - Pequeña serenata nocturna – Mozart.
En alemán "Eine Kleine Nachtmusik" es una de las composiciones más populares de Wolfgang Amadeus Mozart, creada en 1787 y su instrumentación es la habitual de un conjunto de cámara: dos violines, viola, chelo y contrabajo. Debo decir que esta obra es tan bella como elegante. Su forma es simple de comprender y a la vez tiene una gran riqueza musical.



2 - Spiegel im Spiegel – Arvo Pärt.
Una obra compuesta por Pärt en 1978 para piano y viola, aunque podemos encontrar versiones adaptadas para piano y cello. La recomiendo para un momento de relajación y descanso después del juego.



3 - Carnaval de los animales - Saint-Saëns

Es una suite musical en 14 movimientos compuesta por el Camille Saint-Saëns en 1886. La obra nos lleva por un viaje a través de la caracterización de muchos animales (elefantes, tortugas, burros, y más) con un gesto de humor inigualables. Simplemente fantástica.



4 - El cascanueces – Tchaikovsky

Este ballet está inspirado en un cuento de hadas, lo cual lo hace maravilloso a los ojos y oídos infantiles; y de los más grandes también. Fue compuesto por Piotr Illich Tchaikovsky entre 1891 y 1892. La temática está relacionada con el invierno y, particularmente, con el espíritu navideño. Imperdible.

5 - L'Apprenti sorcier - Paul Dukas

“El aprendiz de brujo” es un poema sinfónico basado en la obra homónima de Goethe. Fue compuesto en 1897 y es una de las obras más conocidas entre las infancias gracias a su inclusión en la película de Disney “Fantasía”. La obra narra las travesuras de un aprendiz de brujo que da vida a una escoba para que trabaje por él.



Deseo que se den la oportunidad de escuchar y darse cuenta de lo que se habían perdido. Hasta la próxima.



Director Editorial: Daniel Amezcua
Fotografía y Edición: Luis Ruz
Equipo: Factor On Line
Coordinador Operativo: Abel de la Rosa
Coordinador de Noticias: Ing. Tito Matías

Semanario Digital
Todas están disponibles
en www.factoronline.mx

FACTOR
ONLINE
Comunicando positivismos