

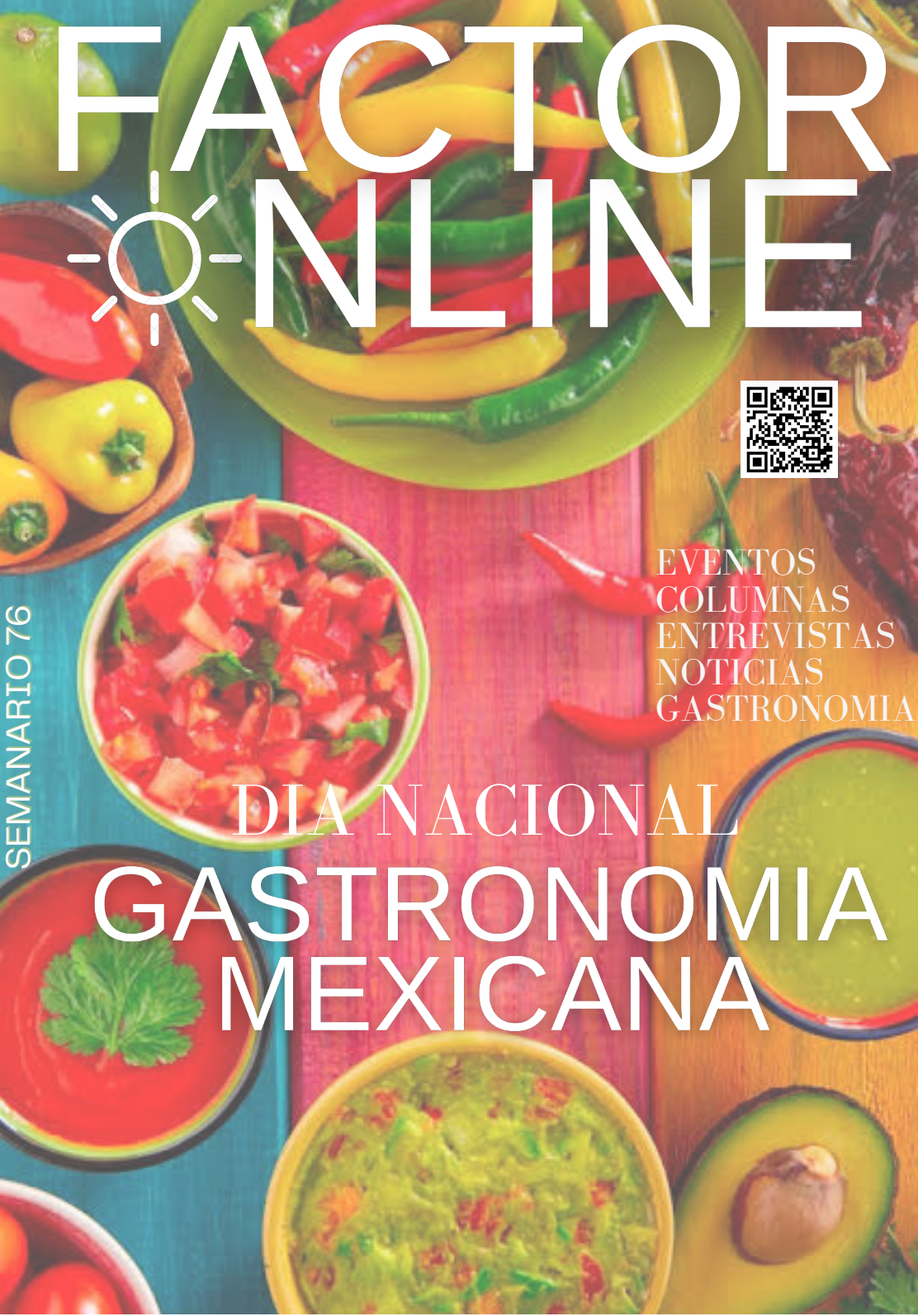
FACTOR ONLINE



EVENTOS
COLUMNAS
ENTREVISTAS
NOTICIAS
GASTRONOMIA

SEMANARIO 76

DIA NACIONAL GASTRONOMIA MEXICANA



FACTOR
-O-
-N-
-L-
-I-
-N-
-E-
Comunicando positivismo

DIRECTOR EDITORIAL:
CARLOS VALDOVINOS

FOTOGRAFÍA Y
EDICIÓN:
CELSO ARMENDARIZ

EQUIPO:
FACTOR ONLINE


COORDINADOR DE
NOTICIAS: FACTOR
NEWS

NO SOLO BUSCAMOS
POTENCIALIAR TU MARCA...
¡NOSOTROS LOGRAMOS QUE SE
ENAMOREN DE ELLA!

 Factoronline_

 @factoronline21

 Factor Online

 9984366545





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



@Factor-News



@FactorNews2021



@FactorNews2021

POR
GRUPO FACTOR

TOMA PROTESTA EL VOLUNTARIADO DEL SISTEMA DIF QUINTANA ROO

Los integrantes del Voluntariado del Sistema DIF Quintana Roo tomaron protesta esta semana en un evento realizado en el el Obelisco de la Explanada de la Bandera de Chetumal.

El voluntariado estará encabezado por la Presidenta Honoraria Verónica Lezama Espinosa quien refrendó su compromiso y el del DIF Estatal para sumar esfuerzos con los Sistemas DIF municipales, voluntariados, órdenes de gobierno, empresarios y sociedad civil, para trabajar en acciones de bienestar y con la alegría de servir para llegar a todas y cada una de las comunidades de la entidad, y ayudar a los que más lo necesitan.

La toma de protesta estuvo encabezada por la gobernadora Mara Lezama Espinosa quien expresó que ser parte del DIF, significa mucho y precisó que la esencia del Nuevo Acuerdo por el Bienestar y Desarrollo de Quintana Roo es saber cómo se puede sumar y apoyar a la comunidad.



“Es rescatar el compromiso que tenemos con nuestra gente y brindarlo con mucho amor y vocación de servicio. Es trabajar sin distinción alguna, sin colores de ningún tipo y con el único sentimiento que nos puede para ayudar a seres humanos, solidaridad y sentimientos del corazón”, expresó.

Al término del evento, las más de mil personas asistentes disfrutaron de la presentación de la Orquesta de la Policía del Estado, así como de la feria artesanal y de emprendimiento local, organizado por la Secretaría de Desarrollo Económico, el Gobierno del Estado y el DIF Estatal.

En la toma de protesta se contó con la presencia de las presidentas y presidentes de los Sistemas DIF municipales de 10 de los 11 qué hay en el estado.



LABORATORIO CLÍNICO

- Examen Médico
- Antidoping
- Análisis clínicos



EJ LAB
LABORATORIO CLÍNICO



POR
REBECA BRAVO

EL SARGAZO PODRÍA SER SUSTENTABLE?



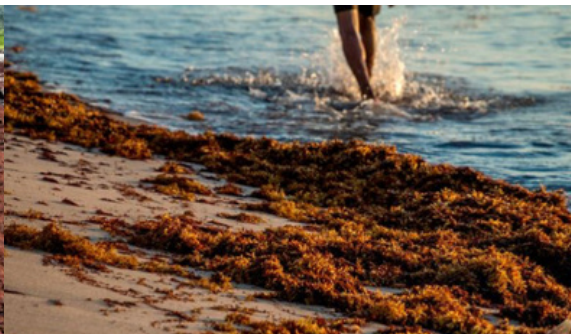
TURISMO



Que es sustentabilidad? En ecología, describe cómo los sistemas biológicos se mantienen productivos con el transcurso del tiempo. Se refiere al equilibrio de una especie con los recursos de su entorno. Por extensión se aplica a la explotación de un recurso por debajo del límite de renovación de estos, en este particular caso, hablando y refiriéndonos al sargazoarriba cada año a nuestras costas en Quintana Roo, y es un hecho que ha ido en aumento, razón por la cual, ha provocado que autoridades y dependencias se preocupen y ocupen de ello.

Todos hemos escuchado hablar de el sargazo, inclusive en algunas playas nos hemos topado con esas ramitas cafesosas con esferitas miniaturas en la orilla de algunas playas, pero ¿sabemos en realidad qué es el sargazo?.

En si, es una macro alga marina parda que se mantiene a flote por medio de esferitas llenas de gas por su naturaleza es un ecosistema que prácticamente se salió de control debido a que se alimenta de CO2 del aire, y nutrientes que se encuentran en el mar, los cuales debido a las altas temperaturas del agua y la constante contaminación hacen que estos nutrientes aumenten de forma exponencial, otorgando el alimento que esta alga necesita para reproducirse también de manera exponencial.



El sargazo se origina en el mar de los sargazos, en donde ésta alga parda forma parte de un gran ecosistema muy importante para la reproducción y hábitat de muchas especies marinas pues proporciona las condiciones perfectas para ser refugio y brindar alimento a esta diversidad de peces e inclusive es de vital importancia para la reproducción de anguilas las cuales eligen este lugar para el desove durante todo el año, así como delfines, tortugas etc.

El mar de los sargazos ocupa casi dos terceras partes del océano, (5.2 millones de km2), entonces bien, el sargazo por si solo y en su hábitat natural por decirlo de algún modo, no implica peligro o riesgo alguno, se vuelve todo un reto, cuando arriba a las playas.

Investigando un poco sobre el tema del sargazo, coincidí con una empresa llamada ENSOL totalmente innovadora, la cual a partir del sargazo, obtiene, mediante distintos procesos, Bioestimulantes para la agricultura, el cual proporciona mejores condiciones a los cultivos para generar mayor resistencia estimulando la producción, logrando un producto de calidad (la universidad de Chapingo fué la encargada de correr las pruebas sobre cultivos de cítricos y arándanos durante 3 meses para avalar la eficacia de este producto, dando un resultado positivo)

También se obtienen mediante el proceso del sargazo: piel vegana (es decir, algo semejante a la piel con la que se hacen zapatos, bolsos y otras aplicaciones), tazas, hojas de papel, carpetas, fóliders de piel vegana, emulsificantes para la industria cosmética entre otros muchos productos, ya que una vez que es recolectado el sargazo, trasportado a la planta de tratamiento, lavado y procesado, se convierte en un polvo, el cual mezclado con otros ingredientes se puede llegar a formar una pasta la cual puede ser moldeada a través de un sistema de impresión 3D y formar figuras decorativas, lavabos para baños, etc.



Ahora lo importante aquí es que para poder procesar el sargazo de una manera óptima, éste debe ser recolectado de las playas en un lapso no mayor de entre 6 y 8 horas de haber arribado a la orilla del mar, esto porque se debe garantizar que esté en buenas condiciones y evitar que esté en estado de putrefacción. Para ello, cuentan con unos sistemas de contenedores estratégicamente localizados en algunos puntos de recolección en las playas, realizando convenios con empresas hoteleras ofreciéndoles una solución para el manejo integral del sargazo evitando así su descomposición y emisión de lixiviosos gases de efecto invernadero, estos contenedores son llevados a mantenimiento periódicamente para garantizar que estén en buen estado: llevan dos tipos de pintura grado marino, un primer, dos capas de pintura epoxica grado marino para aguantar la corrosión y lograr así su función.

Es entonces que realizando este tipo de convenios con hoteles para lograr tener un sargazo sustentable, ayudando a mitigar los efectos nocivos de éste reduciendo los costos de recolección por parte de las empresas hoteleras además de reducir el impacto visual que genera la mala imagen del sargazo en las playas, por el mal olor que desprende cuando entra en descomposición. Es por todo lo anterior que ENSOL busca que el nivel de energía que se emplea en cualquier proceso del tratamiento dé como resultado un producto carbono negativo, actualmente es la única empresa que emite un certificado de destino final como destino de aprovechamiento y reciclado de sargazo.

Con todo esto lo que buscan en determinado periodo de tiempo es lograr tener una certificación SARGAZUM FREE, lo cual vendría a ser una propuesta muy interesante para el destino de Quintana Roo.

“Estamos comprometidos con el medio ambiente, nuestra misión es aprovechar la mayor cantidad de sargazo para de esta forma evitar que se convierta en un agente contaminante, peligroso para los seres humanos y muy dañino para la salud de nuestro planeta, esto ha traído un beneficio a nuestros aliados reduciendo hasta en un 20% la cantidad de dinero que pagaban tradicionalmente por deshacerse del sargazo que llega a sus playas.”

Esta planta de tratamiento la puedes encontrar en CALOPARK y puedes contactar a ENSOL en www.grupoensol.com y www.carbonwave.comfnavarrete@c-combinator.com

Lic. Rebeca Bravo Carranza / Embajadora turística

Mis redes sociales:

INSTA: [@viajayconocemx](https://www.instagram.com/viajayconocemx) TIKTOK [@rbkankun](https://www.tiktok.com/@rbkankun)

Escuela de TAEKWONDO

Clases para niños
Jóvenes y Adultos

**CONSTANCIA
DISCIPLINA
ACTITUD**



Horarios.
6:00 - 7:00 pm
7:00 - 8:00 pm
8:00 - 9:00 pm

Dias.
lunes - Miércoles - Viernes

Calle Chetumal esquina con calle
Kanlol a un costado de Colegio
Bachilleres 4, 77519 Cancún,
México



ESCRÍBENOS



998 890 9687



¿BUSCAR EMPLEO A FINALES DE AÑO?

Si es posible encontrar tu trabajo ideal en estas fechas, y precisamente es una oportunidad para Ti porque baja la competencia, ya que hay muchos candidatos que deciden iniciar su búsqueda hasta el siguiente año porque piensan que nadie contrata ahora, así que mientras otros vacacionan y descansan tu estarás en la delantera.

Primeramente, estás en el momento preciso antes de que termine el año para hacer una evaluación del mismo y plantearte las metas del siguiente año. Las metas las alcanzamos describiendo inicialmente en donde estamos y hacia a dónde queremos llegar, debemos dar pasos que nos motiven y acciones concretas para avanzar.



Visualízate alcanzando tus metas y celebrando tus resultados. Por ejemplo, si quieres conseguir un nuevo **empleo**, define con todo detalle qué tipo de empleo, cuánto necesitas ganar, con qué prestaciones, dónde, la fecha límite para conseguirlo, etc. etc. Trata de que tu meta sea razonable, aprende de cada experiencia durante tu búsqueda y sé constante, hay muchas cosas que sí están dentro de tu área de control.



←
END

Una de las habilidades que nos ponen adelante de nuestros competidores en un proceso de selección, es sin duda la Inteligencia Emocional, esa maravillosa capacidad de regular nuestros estados de ánimo y gestionar nuestras emociones es vital durante la búsqueda de Tu Trabajo Ideal. **¿Cómo la desarrollo, para lograr cambios positivos envida?** Entrenando y practicando para que inicies con todo el siguiente año:

- 1.- Toma conciencia de tu situación: Identifica ¿Qué es lo que a Ti más te incómoda de esta situación y ¿cuáles son las fortalezas que tienes para enfrentarla?
- 2.- Encuentra el balance en tus emociones: Enfócate en las posibilidades y no en las limitaciones, recuerda que tu desempleo es temporal, automotivación constante y autocontrol son fundamentales.
- 3.- Empatía: Genera confianza, cultiva relaciones, hay personas que están en situaciones muy vulnerables, ayuda e interésate de manera genuina por otros. Haz networking. Desarrollar Inteligencia Emocional requiere dedicación y tiempo, pero sobre todo tener la humildad para aprender y dar los pasos que nos acerquen a Ella. Mantén la calma y busca un equilibrio en tu vida, esto te ayudará a estar muy bien durante tu proceso de Búsqueda de empleo y para iniciar excelentemente bien el próximo año.

¡JUNTOS PODEMOS ENCONTRAR TU TRABAJO IDEAL!

Gabriela Espinosa Lortia
Especialista en Empleabilidad

Happy
New Year



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





CONSULTORIA

EXÁMENES DE CONFIANZA

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

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



“

Lo mejor del trabajo en equipo
es que siempre tienes a alguien al lado

”





“COMPASIÓN”

Compasión: Mas intensa que la empatía, la compasión es la percepción del sufrimiento del otro, y el deseo y la acción de aliviar reducir o eliminar por completo tal situación dolorosa.

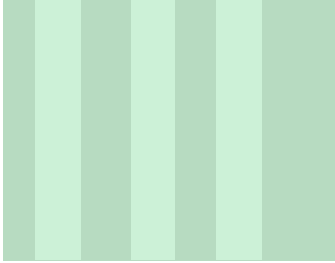
La semana pasada analizamos la responsabilidad, es decir ver con claridad nuestros actos y aceptar, hacer frente a la consecuencia de estos, pero hoy vamos a ver ¿qué es la compasión? Y como la descripción nos lo dice es una paso mas a la empatía, aquí no solo vemos lo que el otro esta viviendo y sintiendo, aquí la palabra mágica, hacemos (acción) algo al respecto para aliviar la situación.

Estoy segura que todos hemos sentido compasión por el niño de la calle, el animal maltratado, el amigo que se rompe un pie o termina una relación, desde la situación mas onerosa hasta la mas sencilla como el piquete de un alacrán, hemos ACTIVAMENTE, tratado de aliviar el dolor, coraje, tristeza por el que a traviesa un ser querido., pero ¿qué hay de nosotros?

Sí, se han hecho esta pregunta ¿Cómo soy conmigo mismo cuando me equivoqué?, ¿cuándo hablo de mas? ¿Cuándo como demasiado, soy imprudente, me falta valor, lastimo a alguien, se me queda algo verde pegado en el diente? Ya saben cuando en el diario vivir hago o pasa algo que no me encanta.

Acuérdense que somos lo que pensamos entonces la pregunta de CÓMO SOY CONMIGO cuando me equivoco, se vuelve de suma importancia, los invito a hacer en este momento una mini pausa de 10 segundos y contéstense la pregunta, ¿cómo fui conmigo la última vez que me equivoqué?





Si su respuesta fue que fueron COMPASIVOS, felicidades bravissima ya están del otro lado, pero si su repuesta fue o un NO retundo o un mas o menos, los invito a escoger a partir de este momento a ser lindos con ustedes y a practicar de forma consiente, es decir proactivamente ser su propio mejor amigo.

Cómo me van a preguntar, pues sencillo como siempre les digo PRACTICANDO la PAUSA, dense esos siete (sí solo 7) segundos y ESCOJAN ser activamente compasivos con ustedes mismos, como lo serían con cualquier otra persona que estuviera viviendo un momento similar.



Práctico + Honesto + Agradecido = **Feliz**

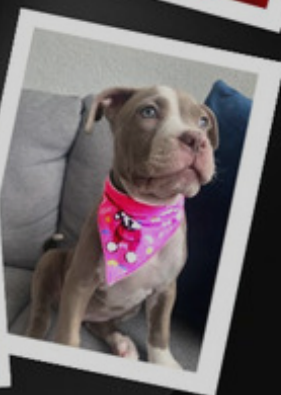




**Somos una empresa
100 % mexicana,
líder en la fabricación
de banderas.**

*La forma perfecta para darle identidad
y elegancia a tus espacios*

**UN MUNDO DE SOLUCIONES,
BANDERAS , BANDERINES,
ESTANDARTES, AGENDAS.**



MundoBandera



55 13 33 87 26



www.mundobandera.com.mx



55 53 65 80 34

55 53 65 21 97



LATIN
AMERICA'S

50

BEST
RESTAURANTS™

2022

sponsored by
S.Pellegrino & Acqua Panna

NO.5-1

PORTADA

Latin America's 50 Best Restaurants 2022: Pujol, el mejor de México y en el top 10 de Latam

Este 15 de noviembre, Mérida Yucatán fue la sede de la ceremonia de premiación de los Latin America's 50 Best Restaurants 2022.



Este martes 15 de noviembre el talento mexicano de nuevo destacó en la ceremonia de premiación de Latin America's 50 Best Restaurants 2022 en su edición número 10, ranking considerado como los Oscar del mundo gastronómico, volviendo a reunirse chefs y restauranteros de todo el continente por primera vez desde 2019.

Pujol, el restaurante del chef Enrique Olvera, ubicado en Ciudad de México, es reconocido como el mejor de México, y ocupa la séptima posición dentro de los mejores de América Latina. Además de este, otros 11 sitios repartidos entre Quinta Roo, Baja California, Jalisco y Nuevo León ocupan un lugar en el prestigioso listado.

El chef mexicano Jonatan Gómez Luna se hizo acreedor a un premio especial dentro del ranking, llamado Estrella Damm Chefs' Choice Award. Además, el restaurante Fauna, de Ensenada, Baja California, se corona como el más alto en debutar dentro del conteo.

Esta conmemoración pretende realzar la historia, la identidad nacional, la diversidad y su trascendencia, también busca proteger y preservar parte de la cultura mexicana. En el marco de este festejo, el gobierno mexicano implementó políticas cuyo objetivo es el rescate y difusión de la gastronomía mexicana. Enaltecer la riqueza natural y cultural del país impulsa y ubica a México como destino turístico de clase mundial, con toda la infraestructura y variedad de cultura y tradición para ofrecer a los turistas una experiencia única, logrando que se enamoren de nuestro país. En 2010, la comida mexicana fue declarada patrimonio cultural inmaterial de la humanidad por la Organización de Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, logro que sólo comparte con la dieta mediterránea y los usos sociales de las cocinas tradicionales francesa y japonesa.



Mérida, Yucatán, es el sitio que albergó la ceremonia de premiación de este año. Los restaurantes mexicanos que fueron premiados en la ceremonia, del lugar 50 al 1, son los siguientes:



¿Cómo se llevó a cabo la elección de los mejores restaurantes?

300 expertos gastronómicos fueron los que intervinieron de forma anónima para designar los 10 restaurantes en los que han tenido sus mejores experiencias gastronómicas en los últimos 18 meses, y de esta forma configurar la lista de ganadores.

El primer lugar del ranking lo ocupó un restaurante llamado Central, ubicado en Lima, Perú, y que a su vez es considerado como el mejor del país andino.

Por primera vez desde 2019, los aficionados a la comida de todo el mundo tuvieron la oportunidad de ver la ceremonia de premiación en vivo.

- Sitio 7: Pujol, México City.
- Sitio 15: Fauna, de Valle de Guadalupe.
- Sitio 17: Le Chique, Cancún, Quinta Roo.
- Sitio 18: Villa Torél, de Valle de Guadalupe, Ensenada
- Sitio 23: Sud 777, CDMX
- Sitio 28: Máximo Bistrot, de CDMX
- Sitio 29: Arca, de Tulum; es nuevo participante de los 50 Best
- Sitio 34: Pangea, de Monterrey
- Sitio 37: Rosetta, de CDMX
- Sitio 41: Alcalde, de Guadalajara
- Sitio 42: La docena, en Guadalajara, el cual reingresó al listado
- Sitio 43: Quintonil, de la CDMX



SÍGUENOS

EN NUESTRAS REDES SOCIALES

¡SÉ PARTE DE NOSOTROS!



 998 283 1859

 upqroo

 @UPQROO

 upqroo

 @up_qroo



KATA

LOGISTICS

La logística es nuestra pasión;
el crecimiento de tu empresa,
nuestro compromiso.



TELÉFONO

(999) 1904483



UBICACIÓN

Calle 38 #83 entre 9 y 9A,
Fraccionamiento del Norte.
C.P. 97120. Mérida, Yuc.



CORREO

contacto@katalogistics.com.mx



1, 2, 3 ¡JUNTOS POR PRIMERA VEZ: MC DAVO, C-KAN, DHARIUS Y TIRO LOKO EN CANCÚN!

La Plaza de Toros Cancún vibrará al ritmo de MC Davo, C-Kan, Dharius y Tiro Loko este 18 de noviembre, donde además de disfrutar el concierto, al menos 100 fanáticos podrá convivir con ellos.

Los boletos están a la venta en superboletos.com, en taquillas de la Plaza y en los siguientes puntos de venta:

- * Cantaritos Plaza de Toros
- * Tiendas Innova Sport - Plaza La Isla
- * Farmacias del ahorro - Constituyentes



Los precios son los siguientes:

- * General (gradas) \$660
- * Butaca (preferente) \$880
- * VIP Ruedo \$1,120
- * Meet and greet con MC Davo o Dharius y Tiro Loko \$1,680
- * Meet and greet Ckan \$2,000

Esta presentación cuenta con la garantía de "Eventos Suaste", quienes se han encargado de la producción de grandes eventos como los conciertos de Alfredo Olivas, Luis R. Conriquez y recientemente, La Trakalosa de Monterrey en Cancún.

Así que no te lo puedes perder, este 18 de noviembre a las 9 pm en la Plaza de Toros.

1, 2, 3... Tiempo... El clan en un solo evento!

¡BOLETOS DISPONIBLES!

SUASTE EVENTOS

Por Primera Vez Juntos En

CLAN

VIERNES 18 DE NOVIEMBRE

MEET AND GREET \$2,000 | VIP RUEDO \$1,120 | PREFERENTE BUTACAS \$880 | GENERAL GRADAS \$660

099 160 0000

POR
MARIO D. MONROY

CULTURA | 23

LA BATUTA



Con el brazo extendido, el director sitúa la batuta a la altura de su rostro y apunta hacia adentro y hacia la izquierda para desplazarla. El trabajo de un buen director es similar al de un maestro de escuela: si quiere obtener buenos resultados debe comenzar por acercarse a cada uno de los alumnos, aprenderse sus nombres, conocer sus inquietudes y encontrar la mejor manera de transmitirles sus propias necesidades para que nadie se quede en el camino. Llevar la batuta implica comunicarse con muchas personas a la vez, aceptar sus quejas, evaluar sus exigencias, todo esto sin perder de vista el horizonte, donde se encuentra ese concierto que dará sentido a un esfuerzo de mucho tiempo.

Hemos escuchado siempre la frase: “Llevar la batuta”. Y no significa otra cosa, que llevar el control de algo. Batuta viene el vocablo italiano battuta, que puede traducirse comocompas. Y se usa para nombrar a la vara delgada y de escasa longitud que utiliza el director de una agrupación musical, como una orquesta, para dirigir la ejecución de una obra. Por lo general, el director usa la batuta y sus brazos y manos para dar indicaciones a los músicos. Lo habitual es que la batuta se tome con la mano derecha, apoyando su base en la palma y luego cerrando los dedos para sostenerla.




Puede decirse que la batuta actúa como una extensión del brazo del director. Cabe decir que la batuta no es necesaria al cien por ciento para la tarea del director; el director podría usar sus brazos y manos, sin que esto causara una falta de comprensión por parte de la orquesta. Existen reglas y conceptos que se aprenden en el conservatorio, pero la dirección profesional suele caracterizarse por el desarrollo de técnicas y estilos propios, que permiten en muchos casos reconocer a cada profesional con sólo ver sus manos en movimiento y el tiempo dará a cada director su estilo y firma. La mayoría de la gente no tiene un conocimiento básico de la música y no comprenden el papel que juega el director de orquesta; pero tomar la batuta dista de gozar de un poder heredado o inmerecido: el director debe ganarse la confianza y el respeto de los músicos, para guiarlos hacia la mejor interpretación de sus vidas en cada presentación. Hasta la próxima.



**Somos anfitriones
de historias**



TAXISTAS DE ISLAS MUJERES

 @taxisdeislamujeres
 @Taxistasisla
 taxis de islamujeres



WWW.TAXISTASDEISLAMUJERES.COM

Estamos en la isla y la zona continental

Av. Rueda Medina S/N junto al muelle fiscal

Tel: (998) 8770066





www.factoronline.mx