

FACTOR ONLINE



SEMANARIO 88



¿Que está sucediendo en la
Universidad Autónoma de
Quintana Roo?

TURISMO | EMPLEABILIDAD | DESARROLLO HUMANO | ARTE

FACTOR ONLINE SEMENARIO


Profesionales especializados en estrategias digitales
Comunicando cosas positivas y cambiando la percepción de
las personas.

COORDINACION
CREATIVO
CELSO ARMENDARIZ

EQUIPO:
FACTOR ONLINE


COORDINADOR DE
NOTICIAS: FACTOR
NEWS

POTENCIALIDAD DE TU MÁRCA

 Factoronline_

 @factoronline21

 Factor Online

 9984366545





PUERTO MORELOS

La Dirección General de Cultura y las Artes en coordinación con la Dirección de Eventos Culturales del H. Ayuntamiento de Puerto Morelos, Convoca a los niños entre 3 y 8 años de edad del Municipio de Puerto Morelos a Inscribirse en el

FESTIVAL DE PRIMAVERA 2023

Leona Vicario

16 DE MAR | 17:30 HRS

Parque Principal

Puerto Morelos

21 DE MAR | 17:30 HRS

Parque de la Col. Zetina Gasca



**POR
GRUPO
FACTOR**



TIANGUIS
TURÍSTICO
México
CDMX
CIUDAD DE MÉXICO
2 0 2 3

La Ciudad de México es un lugar increíble para visitar, no sólo por su cultura y sus monumentos, sino también por su deliciosa cocina. La escena culinaria de la ciudad es una fusión de diferentes sabores y tradiciones, creando una aventura gastronómica única. En este artículo, nos adentraremos en los antojitos más populares de Ciudad de México, así que prepárate para abrir el apetito.

Si hay algo que no puedes dejar de probar en la Ciudad de México son los famosos tacos al pastor, que te harán chuparte los dedos.

Generalmente son preparados con carne de cerdo adobada en una mezcla de especias y chiles, y se cocinan en un trompo vertical giratorio que le da ese toque crujiente y sabroso. ¡Es una verdadera obra de arte ver a los taqueros cortar la carne en finas tiras mientras se mueve el trompo!

Los encontrarás en taquerías de barrio y en restaurantes de lujo.

Se sirven en una tortilla con piña, cilantro y cebolla, ¡y cada bocado es un viaje de dulzura y picante!

Luego están los tacos de canasta, ¡una delicia que se encuentra por toda la ciudad! Sabrás dónde los venden cuando veas una bicicleta y sobre ella una cesta, cubierta con un plástico azul y al lado dos enormes botes de salsa. Estos tacos suaves están rellenos de ingredientes como frijoles, papas o chicharrón de puerco.

Las quesadillas también son un básico en la comida mexicana, ¡y en la Ciudad de México son las favoritas! Se hacen con tortillas de maíz rellenas de queso y otros ingredientes como chorizo, carne deshebrada, huitlacoche o chicharrón.

Ya sea que las prefieras fritas o a la plancha, con queso fresco o queso Oaxaca, las opciones son infinitas. Y si eres de los valientes que prefieren la salsa picante, ¡prepárate para un sabor explosivo!



PROMOCIONAMOS LOS
11 MUNICIPIOS
DE **QUINTANA ROO**
ANTE MÁS DE
82 MIL
PROFESIONALES
DEL **TURISMO.**



QUINTANA ROO
UNIDOS PARA TRANSFORMAR

NUEVO ACUERDO
AGENCIAS Y EMPRESAS

(Fitur)



CONOCE LOS MUSEOS MÁS RAROS Y FASCINANTES DE LA CIUDAD DE MÉXICO

La Ciudad de México es conocida por tener una gran cantidad de museos, pero ¿sabías que algunos de ellos son muy extraños y fascinantes? Si te gusta descubrir lugares poco convencionales, aquí te presentamos algunos museos que debes visitar.

1.- El Museo del Juguete Antiguo México es uno de los más interesantes. En él encontrarás más de 45 mil juguetes antiguos de diferentes países. Esta impresionante colección fue reunida por el coleccionista Roberto Shimizu desde los años 40. Lo encontrarás en la calle Doctor Olvera #15, en la colonia Doctores.

2.- Si tienes una pasión por el chocolate, entonces visita el Museo del Chocolate (MUCHO), que se encuentra en una antigua casa en la calle Milán #45, en la colonia Juárez. Este museo es ideal para disfrutar de los olores y sabores del chocolate mexicano ancestral, además de ofrecer un recorrido por su historia en México y su importancia cultural.

3.- ¿Quieres conocer más acerca de objetos cotidianos y su relación con nosotros? Entonces el Museo del Objeto es perfecto para ti. En él encontrarás exposiciones temporales con objetos cotidianos que tienen historias interesantes que te sorprenderán. Está en la calle Colima #145, en la Roma Norte.



4.- ¿Amas Star Wars?, entonces el Museo Estelar es el lugar perfecto para ti. Aquí verás todo lo que siempre has soñado, desde sables de luz hasta naves y juguetes de colección. Está ubicado en Santa Margarita #519, en la colonia Insurgentes San Borja. ¡Que la fuerza te acompañe!

5.- También hay museos más extraños, como el Museo de Ripley, lleno de cosas paranormales, cabezas reducidas y esculturas africanas con poderes misteriosos. Lo encontrarás en Londres #4, en la colonia Juárez.

6.- El Museo de la Luz es otro lugar asombroso que debes visitar. Desde 1996, explora todo lo relacionado con la luz y la ciencia. En él encontrarás información sobre el comportamiento físico de la luz. Lo encontrarás en la calle del Carmen esquina San Ildefonso, en el Centro Histórico.

7.- Por último, el Museo Casa Ruth Lechuga es un lugar ideal para

No te pierdas la oportunidad de visitar estos increíbles museos en la Ciudad de México. ¡Te sorprenderán! conocer la diversidad cultural de México. Aquí encontrarás más de 10 mil piezas de artesanía mexicana de grupos indígenas, como máscaras, textiles, lacas y objetos de madera. Este impresionante museo se encuentra en Pachuca s/n, edificio Condesa, entrada 8 departamento 6, en la colonia Condesa.



TIANGUIS
TURÍSTICO
México
CDMX
CIUDAD DE MÉXICO
2023



#ILoveMexicoTravel

Agencia de Promoción y Relaciones Públicas especializada en turismo. Ofrecemos estrategias de comunicación efectiva para posicionar marcas turísticas a nivel nacional e internacional con alianzas y contactos que amplifican los mensajes para llegar a las audiencias indicadas.



@ILoveMexicoTravel





POR
GRUPO FACTOR

CÓMO TRABAJAR SIN DEJAR DE VIAJAR

trabajo remoto. Esta modalidad otorga una flexibilidad laboral que ha permitido que los colaboradores mejoren su calidad de vida disfrutando de nuevas experiencias; esto sin descuidar el trabajo y dándole la misma importancia al cumplimiento de metas y objetivos laborales.

Según datos del estudio realizado por WeWork y Page Resourcing, 82% de los trabajadores en México cuentan con un esquema de trabajo flexible, mismo que ha incentivado su productividad y desempeño. Siendo los mexicanos pertenecientes a la Generación Y (millennials) y Z (centennials) aquellos más interesados en esta nueva metodología de trabajo, se les ha atribuido el nombre de “nómadas digitales”.

- 7 herramientas para que tu home office sea más eficiente

En términos básicos, un nómada digital es todo aquel que toma a su favor la tecnología para poder trabajar y viajar al mismo tiempo, tendencia que está presente y cobra relevancia de forma internacional. El estudio señala que, actualmente, 22% de los millennials mexicanos son (o han sido, en su momento) nómadas digitales, ya que priorizan la vivencia de nuevas experiencias como principal razón para adoptar esta modalidad.

El perfil de los nómadas digitales en México

En la actualidad, un nómada digital busca un empleo coworking o con políticas flexibles que le permitan recorrer lugares tanto dentro de la República como fuera. De acuerdo con Nomadlist.org, los criterios más importantes con los que debe cumplir una ciudad para ser considerada por un nómada digital, son los siguientes: internet de calidad, buen clima y vida nocturna.

Por otro lado, es importante remarcar que las profesiones de los nómadas digitales en México pueden variar considerablemente, desde un diseñador, periodista o community manager, hasta un bloguero o programador. Asimismo, dentro de las ciudades que más destacan para el segmento, sobresale la Ciudad de México, así como Playa del Carmen, Cancún, Hermosillo y Guadalajara.



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

”



BLA-BLA-BLA

POR
TOB COACHING
TATIS ORDORICA



“DE QUE PIE COJEO”

De que pie cojeo – Esta frase generalmente funciona como locución verbal para significar que ya se conocen sobradamente los vicios o defectos morales de los que adolece una persona.

En los últimos meses y semanas hemos explorado varios puntos interesantes que nos ayudan a vivir más conscientes y sobre todo más a gusto, como:

- Que sí puedo y que no puedo controlar. – Nada jaja, no es cierto recuerden, no puedo controlar nada de lo que pasa a mi alrededor lo único que puedo controlar es como REACCIONO ante las cosas que me suceden. Mis acciones esas sí están al 100% bajo mi control.

Paso número 2 como logro mantener el control de mis reacciones antes las diferentes circunstancias que la vida me arroja y vimos 2 acciones:

- El ego es el enemigo.- Si el ego o esa fijación desmedida en mí mismo, es realmente el terrible contrincante que nos pone el pie una y otra vez en nuestro camino a ser mejores personas. Hay que aprender a reconocer y aceptar cuál es el tipo de nuestro ego más dominante:

✓ El Juan Camaney, personalidad +1: Narcisista

✓ La víctima

• La maravilla de la Pausa: ¿Me conviene? (última columna)

Vamos a utilizar de forma proactiva la biología y funcionalidad de nuestro cerebro y antes de tomar decisiones nos vamos a detener 7 segundos y nos vamos a preguntar, ¿Esta acción que estoy a punto de cometer, me conviene o no? Y dependiendo la respuesta vamos a decidir que hacer.

Con este resumen llegamos al hoy, es ahora el momento de entender para que soy bueno, ósea que se me da muy bien y para que no soy tan bueno o me cuesta un poco mas de trabajo.

Como yo le digo a mi esposo, para lo que me sale bien y se me da fácil no necesito ayuda, esas solita puedo, pero cuando me cuesta trabajo y me tropiezo una y otra vez para esas, ahí sí necesito que me echés porras! Jaja

Pero ¿cómo saber exactamente de qué pie cojeamos? Para hacerlo mas fácil en mis diferentes investigaciones y lecturas (que me fascina) hice, en base a la filosofía clásica y moderna, con especial énfasis en la escuela de los estoicos, los siguientes cuatro grupos:

1. Valiente: estar 100% dispuesto a conocerte a ti mismo siendo siempre honesto con quien eres y el momento que estas viviendo y las circunstancias en las que vives.
2. Justo: Hacer lo correcto siempre , es muy fácil hacer lo que tenemos que hacer cuando nos conviene, pero que pasa cuando no nos conviene y es ahí cuando realmente vale.
3. Sabio/Intuitivo: El famoso sentido común, o como dice mi cuñado el menos común de todos los sentidos.
4. Moderado/Prudente: Hay que llevar una vida sin extremos, no exagerar en nada, ser cuidadosos con lo que decimos, comemos, actuemos etc.

Yo ya sé de cuál pie cojeo yo, ¿tú con qué concepto te identificas mas?

En las siguientes semanas exploraremos mas a fondo cada uno de ellos, para poder saber con toda seguridad, cual(es) se no(s) da(n) fácil y cuál(es) se nos dificulta(n).



Práctico + Honesto + Agradecido = Feliz

SÍGUENOS

EN NUESTRAS REDES SOCIALES

¡SÉ PARTE DE NOSOTROS!



 998 283 1859

 upqroo

 @UPQROO

 upqroo

 @up_qroo





UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL
ESTADO DE QUINTANA ROO

PORTADA



Universidad Autónoma del Estado de Quintana Roo.

La Universidad fue fundada en mayo de 1991 mediante el decreto de creación emitido por el Poder Legislativo del estado de Quintana Roo. Su construcción fue pensada como un proyecto de largo plazo que permitiera otorgar a las y los quintanarroenses de una institución de nivel superior de excelencia, con presencia en los desarrollos urbanos estratégicos de la entidad y representando la alternativa para la formación profesional.

A lo largo de tres décadas de existencia, por las aulas de la institución han transitado 29 mil estudiantes, de los cuales más de 10 mil han egresado y cerca de 7 mil han obtenido su título universitario. Actualmente, la Universidad atiende a poco más de 7 mil estudiantes, participando así con una tasa del 14% con relación al número de estudiantes de nivel superior en el estado, posicionándose, no sólo como la Universidad con mayor matrícula sino como la mejor evaluada en la entidad y considerada dentro del top 50 de 520 instituciones en México.

Inicialmente, la Universidad comenzó ofreciendo ocho programas educativos de licenciatura y contaba con su primer campus en la ciudad de Chetumal. Actualmente, y luego de tres décadas, la Universidad cuenta con cinco campus y ofertamos 42 programas educativos, distribuidos de la siguiente manera:

Campus académicos:

- Campus Chetumal Bahía
- Campus Chetumal Salud
- Campus Cozumel
- Campus Playa del Carmen
- Campus Cancún





Oferta de programas educativos:

- 29 programas de licenciatura presenciales
- 3 programas de licenciatura en línea
- 6 programas de maestría
- 4 programas de doctorado

Con una planta docente de 274 Profesores de Tiempo Completo, y complementada con profesores de asignatura, la Universidad atiende a la totalidad de la matrícula. Cabe destacar que el 95 por ciento de los Profesores de Tiempo Completo cuentan con estudios de posgrado, de los cuales 140 (esto es, el 51 por ciento) tienen hoy estudios de doctorado.

Uno de los actos destacados en lo que va del presente año y que ha sido sinónimo de la madurez adquirida, fue que en el mes de marzo 2022, la Universidad obtuvo la autonomía, misma que fue otorgada por el Poder Legislativo del estado. Esto nos convierte en la primera Universidad autónoma en el estado de Quintana Roo.

El Honorable Consejo Universitario en marzo del presente año, autorizó la creación del campus Felipe Carrillo Puerto, con el programa educativo Licenciatura en la Enseñanza de la Lengua Maya.

LABORATORIO CLÍNICO

- Examen Médico
- Antidoping
- Análisis clínicos



EJ LAB
LABORATORIO CLÍNICO

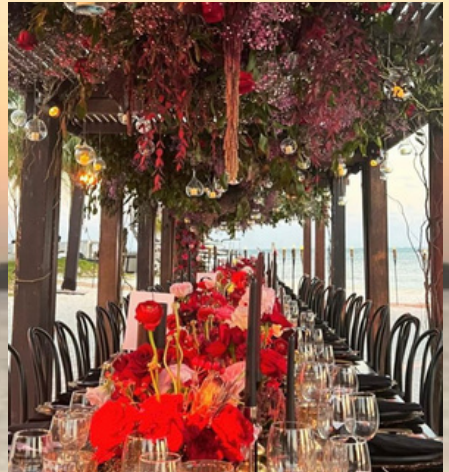


"NOCHE DE FUEGO Y GALLARDO ROJOS "



Seguimos muy de cerca la pista de Gabriela Segura, aficionada al flamenco y escritora de la novela "Mis Gallardo Rojos" Con su gran energía y entusiasmo no ha parado desde su primer tablao. Ahora nos enteramos que bailó, el pasado domingo 26 de febrero, en el exclusivo Hotel Nizuc para un evento privado organizado por el prestigioso diseñador Bernardo Negrete.

Sin duda fue una noche mágica llena de fuego y pasión adornada por el espectacular montaje a cargo de @bernardonegremoments y como escenario la hermosa puesta de sol en el marco del majestuoso hotel Nizuc.



" MIS GALLARDO ROJOS "



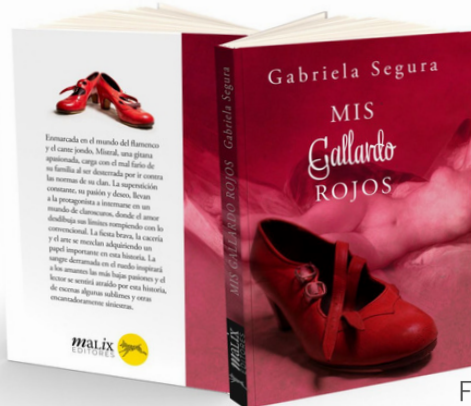
A solo ocho meses de la presentación de su primera novela, les adelantamos la gran noticia: en un par de meses saldrá a luz su audiolibro. No solo para los que les cuesta la lectura, o para los que son más auditivos sino para todos aquellos que gozan del arte. Este audiolibro será una joya narrada por la talentosa cantaora de Málaga, Irene Narváez, con su hermoso acento andaluz que, además, interpretará a capela los cantes flamencos citados en la historia. La producción será impecable pues estará a cargo del director y productor de teatro, Oscar Lopez, quien cuidará minuciosamente la edición y producción del mismo.

Si aún no has leído mis "Gallardo Rojos " ya puedes encontrarlos en Amazon (meter link que te envié), Mercado libre o impreso directamente con la autora (9982428482)

Espera en breve el lanzamiento del audiolibro estando pendiente en las redes @ segugabi o en Facebook Gabriela Segura

donde la autora anunciará en qué plataforma podrás escucharla y sumergirte en un mundo de pasión y claroscuros. Mis Gallardo Rojos logra , sin duda , conjugar las dos grandes pasiones de Gabriela : su amor y respeto por el flamenco y la escritura.

Fotografía : Rafael Lopez





POR
CHUCHO ROBLES



CANCUN MY LOVE 2

El pasado 26 de febrero se llevó a cabo "CANCUN MY LOVE 2" evento producido por Alberto Jiménez Mora de la agencia HEAT TODAY de Relaciones Públicas en conjunto con Alejandra Palomera y Julio César Palomera de Palomera Group, el evento que se llevó a cabo en el Hotel Paradisus Cancún by Melia, sede que recibió a invitados del ámbito social, político, artístico, empresarial y medios de comunicación con un exquisito cóctel.

En el lugar se reunieron empresarios, políticos e invitados de lujo que quienes fueron testigos del lanzamiento de la nueva colección de alta costura, "Azúcar Morena" inspirada en la gran cultura africana, creada por la diseñadora internacional Johanna Rodríguez, que se caracteriza por sus vivos colores y sus arriesgados diseños.

La sorpresa de la noche fue el estreno de la canción CANCÚN MY LOVE, que enaltece a nuestro amado polo turístico.





Alberto Jiménez Mora agencia HEAT TODAY y la directora General del Hotel Paradisus Cancún Annette Koelemeij

Algunas de las celebridades que asistieron a este magno evento fueron: Marjorie de Souza, Cecilia Galliano, William Valdés, Carla Medina, Rafael León, Ingrid Martz, la playboy México, Ivonne Soto y Nicky Chávez el evento fue amenizado por el reconocido dj Renato Duarte.

Un agradecimiento especial a Dulce Vargas por la invitación y todas sus atenciones.

Durante el evento la directora General del Hotel Paradisus Cancún Annette Koelemeij y Vannesa Vargas hicieron entrega de las hermosas preseas ESTRELLAS DE MAR del escultor Alejandro Vargas, tanto a los talentos artísticos, así como invitados que apadrinaron el evento.





Servicio de lavado

drytex
tintorería

Contamos con servicio de lavado, Traenos tus
prendas y nosotros hacemos el trabajo por ti.
Estamos en Av. Kabah Lt 3 Mz 6, S Mz 44.



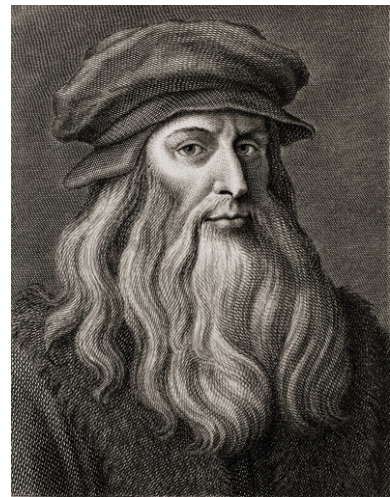
POR
MARIO D. MONROY



LAS MÁS FAMOSAS (1 DE 2)

Decía Leonardo da Vinci que la ciencia de la pintura es tan divina que transforma la mente del pintor en una especie de mente de Dios. ¿Ustedes que opinan? El arte es magia y siempre he dicho que no puede uno vivir sin él, sería realmente imposible. Vivir sin arte es simplemente sobrevivir. Todos los días, entre 15,000 y 20,000 personas visitan la Mona Lisa en el Museo del Louvre. Esta es quizás la obra de arte más famosa del mundo. Sin embargo, muchos otros artistas han marcado la historia de la pintura. Velázquez, Goya, Picasso, El Greco, Degas, Renoir, Kandinsky, Rembrandt, Pizarro, Dalí, Mondrian, Caravaggio, Warhol y muchos más crearon muchas pinturas famosas. Aquí les presento algunas. La Gioconda. ¿Quién no conoce a la famosa Mona Lisa? Sin siquiera haberla observado en el Museo del Louvre, es imposible no conocer esta famosísima obra de arte. Pintada por Leonardo da Vinci a principios del siglo XVI, la obra representa el retrato de una mujer que sería la esposa de Francesco del Giocondo, una florentina llamada Lisa Gherardini.

El Guernica, gran obra de Pablo Picasso, es una de las obras más importantes del siglo XX y es testigo de un acontecimiento terrible: el bombardeo alemán a la ciudad del mismo nombre que la pintura en 1937. Pablo Picasso desea retransmitir el horror, pero especialmente el sufrimiento de los habitantes españoles durante la guerra civil del país. El bombardeo provocó casi 2000 muertes, actualmente se encuentra en el Museo Reina Sofía de Madrid. Sin duda, una de las pinturas más famosas del Louvre. La libertad guiando al pueblo, fue pintada por el pintor romántico Eugène Delacroix en 1830, y luego expuesta en el Salón de París de 1831 y actualmente se encuentra en el Museo de Louvre de París. Llamada en un primer momento Escena de un naufragio, por su autor, Theodore Géricault, la Balsa de la Medusa es una de las pinturas más famosas de la corriente romántica, un movimiento artístico que se centra en los acontecimientos actuales de la época, pintada entre 1818 y 1819 y también está en Louvre. Impresión, sol naciente de Claude Monet, pintado en 1872, marcó la historia del arte al crear el movimiento impresionista. Esta obra se encuentra en el Museo Marmottan Monet de París. Esto continuará en la próxima.





TAXISTAS DE ISLAS MUJERES



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



@taxisdeislamujeres



@Taxistasisla



taxis de islamujeres

