

FACTOR^{online}

wine time
SALUD - FITNES
Actualidad

Hospital Joya

LA MAYOR INNOVACION



CULTURA | DESARROLLO HUMANO | TURISMO | EMPLEABILIDAD

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 MARCA

 Factoronline_

 @factoronline21

 Factor Online

 9984366545





POR
GRUPO
FACTOR

TREN MAYA: SALE PRIMER CONVOY DE CUATRO VAGONES A CANCÚN

Javier May, director del Fondo Nacional de Fomento al Turismo (Fonatur), informó que el tramo 1 del Tren Maya ya tiene 150 kilómetros de vía terminada y que ayer salió, a las 5:00 horas, el primer convoy de cuatro vagones de Ciudad Sahagún, Hidalgo. En la conferencia mañanera del lunes, refirió que el tren llegará a Cancún el 8 de julio para su ensamblaje e inicio de pruebas estáticas, y después comenzará a recorrer la vía entre Cancún y Mérida.

Este primer tren, dijo, como sucederá con los demás del proyecto, fue fabricado en México con lo mejor de la tecnología, con los más altos estándares de calidad y seguridad.

Hizo un reconocimiento a Alstom, a todos y todos sus trabajadores, “por el gran trabajo realizado para tener a tiempo este primer tren”, y expresó su confianza en que cumplirán igualmente con los otros 41 trenes para el Tren Maya.

A su vez, la directora del Alstom México, Maite Ramos Gómez, afirmó que el Tren Maya es el proyecto más importante y el primero en toda la historia del país con 72 por ciento de contenido nacional, fabricado cien por ciento en México, con mano de obra mexicana y el talento de jóvenes ingenieros e ingenieras egresados de instituciones públicas, así como la experiencia de adultos mayores.



BoConcept®

**Ayudarte a adaptar tu casa a tu
estilo de vida y tu personalidad
es nuestra razón de ser.**



Marina Puerto Cancún
Blvd. Kukulcan 1
Local A51
77500 Cancún
Quintana Roo, México



CÓMO LLEGAR

Tel. +52 (998) 415 1177
contactocancun@boconcept.mx

Horario
Lunes a Domingo
11.00 - 21.00



POR
LIC. ISRAEL URBINA



NUEVAS EXPERIENCIAS LLEGAN A LOS HOTELES WYNDHAM GARDEN CANCUN DOWNTOWN Y FAIRFIELD CANCUN DOWNTOWN

A partir del mes de junio se tendrán cenas temáticas en las instalaciones de los hoteles incluyendo maridajes con vinos, destilados y más.



Cancún, Quintana Roo-México a 30 de junio de 2023.- Dentro del restaurante del hotel Fairfield Cancun Downtown, se llevó a cabo la primera experiencia gastronómica que consistió en una degustación de algunos de los platillos del restaurante Wakammole, maridados con una selección de vinos que invitaba a descubrir el arte de armonizar sabores y aromas. La experiencia fue guiada tanto por el chef ejecutivo de ambos hoteles Christopher Terrazas y la sommelier Mariana Salinas, como invitados estuvieron los aliados comerciales y comité ejecutivo del área comercial.

Una vez al mes, Key Properties, operadora de ambos hoteles, invitará a sus huéspedes y a la comunidad local a vivir una de estas experiencias en los diferentes centros de consumo ya que irán cambiando; habrá degustaciones, clases de cocina, cenas maridaje guiadas con diferentes vinos, destilados, cervezas e ingredientes.

Estas experiencias se lanzaron ya que recientemente, los hoteles anunciaron una alianza con la Asociación de Sommeliers Mexicanos y Wineservatorio, para ser sede tanto del diplomado en vinos para la formación de sommeliers como de talleres y clases para los amantes del vino.



Acerca de Key Properties:

Grupo operador de diversas marcas turísticas: hoteles Wyndham Garden Cancun Downtown y Fairfield Inn& Suites by Marriott Cancun Downtown; salón de eventos Arrecife y restaurante Wakammole, brindando certeza, seguridad y calidad.

Acerca de Wyndham Garden Cancun Downtown: Ubicado en la principal avenida de Cancún, a unos metros de la zona hotelera, de centros comerciales, restaurantes y puntos de interés. Con nuestras 136 habitaciones divididas entre sencillas, dobles, suites, suites con balcón y habitaciones acondicionadas para viajeros discapacitados somos un referente en la ciudad desde hace 10 años. El hotel forma parte de la familia Wyndham Garden de la compañía de franquicias hoteleras más grande del mundo, Wyndham Hotels & Resorts, que cuenta con presencia en casi 95 países, con aproximadamente 9,000 hoteles bajo 22 diferentes marcas.

Acerca de Fairfield Inn & Suites by Marriott Cancun Downtown:

En Fairfield Inn & Suites by Marriott Cancun Downtown, estarás a 15 minutos en auto de Plaza Las Américas y de Centro comercial Puerto Cancún Marina Town Center. En sus 108 habitaciones los huéspedes pueden disfrutar de una comida o un bocadillo en el restaurante y visitar la sala de fitness abierta las 24 horas para una buena sesión de ejercicio. Asimismo, este hotel está a 3.8 km de Plaza Las Américas y a 4.4 km de Dubai Palace Casino.



Un atractivo más para los huéspedes que visitan los hoteles del centro de Cancún como para los cancanenses. Más información sobre los próximos eventos y como reservar se ira publicando en sus canales de redes sociales:

<https://www.facebook.com/WyndhamGardenCancun>

<https://instagram.com/wyndhamgardencancun>

<https://www.facebook.com/fairfieldcancundowntown>

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

Liga de Fotos:
<https://drive.google.com/drive/folders/1oGoitFgaHmoBa5HcOw8ITcPxeYH9b8Nu?usp=sharing>

*Sala de prensa: https://bit.ly/PressRoom-Key_Properties
###

Contacto de medios:

Israel Urbina

Promoción y RRRP

news@ilovemexico.travel





#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





3 ASPECTOS QUE DEBES CONSIDERAR ANTES DE MUDARTE POR TRABAJO

Cambiar de residencia no sólo implica un impacto en tu estilo de vida, antes de considerarlo, debes tener en cuenta que también afectará a tu familia, tu economía y hasta tu desarrollo profesional

“Vivir cuesta, sea el estado que sea, pero para ver dónde es más conveniente, debe hacerse un análisis de costos diferenciales, es decir, si te mudas a un estado del norte, donde hace mucho calor, quizá ahorres en costos de vivienda, pero gastarás más en electricidad por el gasto en aire acondicionado, por ejemplo”.

En cuanto a la nueva vivienda, es recomendable elegir algo económico, no sólo al momento de pagar la renta.

“Tiene que alquilarse algo accesible, pero que también tenga un fácil acceso al lugar, es decir, quizá obtengas una renta muy barata, pero si queda lejos del lugar de trabajo, invertirás tiempo y dinero que estás ahorrando en llegar ahí”, contrasta.

Cada vez que se hace un cambio de residencia existe un impacto económico, al menos a corto plazo y posteriormente se irá nivelando, considera el vicepresidente regional para América Latina de Right Management de ManpowerGroup, Javier Vargas:

“Por ejemplo, al momento de rentar, te piden como anticipo al menos un mes de depósito”.

Desde la visión de coaching, lo primero que se debe considerar como profesionalista es marcar un propósito preguntándote ¿Qué es lo que quieres y cómo te ves a futuro?, La dice la coach ejecutiva Mayra González Ramírez.

“Quizá pensar solamente en un sueldo más alto no siempre se alinea con lo que quieres a futuro, con la proyección, el crecimiento y lo que estás visualizando”, comenta.

Recomienda que cualquier decisión que se tome siempre se debe ver desde un punto de vista sistémico:

“¿Qué implica para ti, tu familia y pareja? ¿Qué significa para el futuro de tu carrera profesional? ¿Realmente es lo que tú estás buscando o solamente lo ves como algo que de manera inmediata podría ayudarte a resolver algunos temas?”

Por su parte, Javier Vargas, considera que una mudanza implica una proyección a mediano o largo plazo. “Además de un mejor salario también vas a aprender otras cosas y conocer otro tipo de contactos que participarán en tu desarrollo y quizá posteriormente te darán la oportunidad de crecer profesionalmente”.

Javier Vargas explica que una mudanza siempre tiene implicaciones durante los primeros años, sobre todo si se está casado y con hijos.

“Debe pensarse en dónde trabajará tu pareja y a qué escuela asistirán los niños. Es importante tomar esta decisión en familia y sobre todo también tomar en cuenta el horizonte de tiempo que va a llevar este cambio, porque en algunos casos es permanente, pero también podría ser por sólo unos años”, recomienda.

“Descartando el hecho de que exista una familia, es decir, al principio de una carrera siempre es más fácil tomar decisiones de este tipo”, agrega.

En cuanto a la cuestión económica, Mauricio Candiani considera que en el caso de una familia con hijos es una situación difícil a menos que sean muy pequeños o ya independientes.

“Esta situación también debe ser analizada, puesto que el cambio de residencia debe ser en familia, no convendría en absoluto que sólo el trabajador se mudara mientras su familia se queda en el estado de origen, esto implicaría duplicar los gastos de todo y así ya no convendría el cambio”, señala.



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 revisión de calidad
- Asesoría NOM 035



“

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

”



Factor Humano Cancún



@CancunFactor



factorhumano2021



9982456585

POR
TOB COACHING
TATIS ORDORICA



ENEMIGO

Enemigo.- Persona que tiene mala voluntad a otra y le desea o hace mal. El enemigo es la expresión radical de la diferencia entre personas, el antagonismo exacerbado o el desacuerdo extremo, innegociable e intolerante entre entes

Cuando piensas en el concepto de ENEMIGO, qué es lo primero que te viene a la cabeza, una persona, el ego, países en guerra, animales controlando territorio, políticos, ahora que estamos en pleno fervor político en nuestro querido México, familia, o algo más?

Pero sin importar si es una persona o cosa es muy probable que compartan una de las siguientes acciones:

- Odio
- Critica
- Lastima
- Me habla mal
- Acciones en mi contra
- Robo
- Mete el pie
- Saña
- Etc

Podríamos seguir esta lista y es más los invito a que cada uno de ustedes piense en la o las personas que consideran su(s) enemigo(s) y qué otros adjetivos le podrían.

Ahora los invito a que recuerden cuando esto les ha sucedido, que sintieron, físicamente que sucedió en su cuerpo, se les aceleró el corazón, sudaron, se mordieron los dientes, tiraron bilis o casos más simples cuando solo se enteraron de un chisme que alguien por ahí anda diciendo de ustedes, qué sintieron?

Me van a decir va, ya hice todo esto y no me está haciendo nada e gracia verdad, se preguntarán porque se los estoy pidiendo.

Ahhh porque ahora les pido que con toda HONESTIDAD se pregunten cuantas veces al día somos todos nosotros MISMOS nuestro PEOR ENEMIGO!

Sí alguna vez han contado la cantidad de veces que nos decimos a nosotros mismos:

- No puedes.
- No estás tan guap@
- No eres tan list@
- Es demasiado para ti
- No te lo mereces
- El universo no te lo va a regalar
- Estas gord@
- Fe@
- Tu no, no,no,no,no,no,no,no,no,no no ☹

Acuérdense que SOMOS lo que PENSAMOS y hacemos todos los días, si todo el tiempo nos estamos hablando mal, criticando, haciendo menos, COMO NOS VAMOS A SENTIR?

Yo siempre les digo se TU MEJOR AMIGO, pero ahora los invito a dar un paso antes , a que nos demos cuenta de cómo nos hablamos y QUÉ NOS DECIMOS y a definitivamente NO ser nuestro enemigo.





**LLEGÓ LA HORA
DE ALCANZAR
TUS METAS**

**# Formando
Triunfadores**



UNIVERSIDAD
POLITÉCNICA
DE QUINTANA ROO

¡SÉ PARTE DE NOSOTROS!



 Hospital
Joya

PORTADA HOSPITAL JOYA



CANCÚN.- Hospital Joya recibió al Colegio de Pediatría y se llevó a cabo una de sus sesiones académicas, lo que fortalece y pone a la vanguardia los servicios que ofrecen en el recinto, tanto en el rubro pediátrico, como de fisioterapia.

Elizabeth Jiménez, coordinadora del área de Fisioterapia Rehabilitación Ortesis y Prótesis del Hospital Joya Cancún, destacó que este Lpo de dinámicas son de suma relevancia, porque los médicos lo realizan una vez por mes para mantenerse capacitados y actualizados.

“En el devenir de la ciencia de la salud estamos en constante cambio, por lo que buscamos aportar conjuntamente a través de acciones colaborativas de este Lpo y estar a la vanguardia, nos enorgullece mucho estar en constante capacitación”, puntualizó.





El tema principal fue “Ortopedia Pediátrica”, a cargo del Dr. Humberto Carrillo y el Dr. José Pastrana Ramírez, todo con el objetivo de mantener los conocimientos al día de todo lo que ocurre a nivel internacional en las disciplinas correspondientes. También se tuvo una sesión académica de Tamiz de cadera y alteraciones de la marcha “Ahora le tocó al Colegio de Pediatría y esperamos recibir todos los colegios aquí en el Hospital Joya”, enfatizó. Actualmente la Mesa directiva de la Sociedad de Pediatría Quintana Roo 2023-2025 está integrada por: la Dra. Lidia del Carmen Gómez Puente, como presidente; Dr. Omar Rojas Pacheco, vicepresidente; Dra. Miriam Bernal Campos, tesorero; y Dr. Adolfo de Jesús García, a cargo del Comité de Vinculación.





Estamos en el centro de Cancún.
¡Listos para hacer negocios!

Fairfield Cancun Downtown

Av. Tulum 200 Torre 2, SM 4 Mz. 14 Lt. 2,
Cancún Quintana Roo México, C.P. 77500

+52 998 604-9540
reservaciones@cunfd.com

Conoce
nuestras **tarifas**
y **descuentos**





POR
WINESURPRISE
FESTIVAL
VIVIR VINO



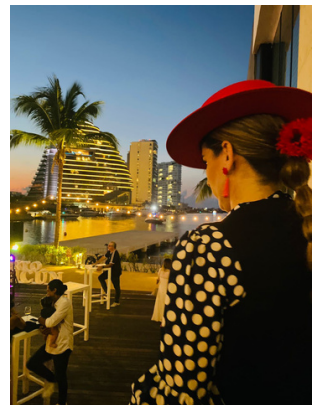
El pasado primero de julio, en el escenario de la hermosa marina de Puerto Cancun tuvo lugar la primera edición del festival Vivir Vino. Un evento organizado por los prestigiosos restaurantes del centro comercial de Puerto Cancun : Montemar, Cenacolo, Hiromi, Gran Puerto Santo y Cao para ofrecer al público una degustación de los vinos que cada lugar ofrece.

Fue un deleite al paladar y un lujo contar con sumilleres tan reconocidos y experimentados como Fernando Pavon.

Para acompañar el atardecer y culminar la velada se cerró con broche de oro con un show flamenco a cargo de Gabriela Segura.



**SHOW FLAMENCO
GABRIELA SEGURA**



Una vez más la reconocimos por su emblemático baile por farruca. La pasión y energía confluyeron con el mundo del vino y el público se animó a continuar la velada hasta las 12 am con la excelente música del Dj Toto. Esperamos con entusiasmo la siguiente edición y auguramos que el éxito siga! Enhorabuena



POR
CHUCHO OROZCO

FESTIVAL DE SALSA VOLUMEN 1

Junio fue un mes bastante activo en conciertos y eventos para los cancanenses, durante este mes tuve la oportunidad de asistir a grandes conciertos y shows impactantes, cada vez los cancanenses demuestran su amor y cariño por sus artistas favoritos, motivando a los empresarios a seguir apostando por Cancún como punto importantes las giras y eventos.

Artistas como Danna Paola con un escenario impresionante, gran producción y bailarines en escena, Danna Paola brindó a su público de Cancún un gran espectáculo con lleno total en la plaza de Toros y Kenia Os en el estadio Andrés Quintana Roo, deleitando a sus fans con su tour K23, quienes no solo son grandes interpretes si no iconos digitales llenando ambas plazas, convocando no solo al pueblo Cancunense si no a fans de tabasco, Mérida y Chiapas quienes pudieron disfrutar de espectáculos de dos grandes espectáculos.

Por su parte los reyes de la casa recibieron a Bely y Beto, en 2 funciones espectaculares, a pesar de las lluvias tuvieron un lleno total en la Plaza de Toros y deleitaron a los niños con un espectáculo ameno, divertido y lleno de sorpresas, un Show con mucha magia,



Los amantes de la Salsa recibieron a grandes artistas en el Festival de la Salsa volumen 1, mas de 5 hrs de fiesta y mucho baile en el estadio Beto Avila, Rey Ruiz, Alberto Barros, Elito Reve, Adolescente Orquesta, Puerto Rican Power y Manel y los Panas convirtieron el lugar en una gran pista de Baile donde al ritmo de la música los asistentes sacaron sus mejores pasos.

Lupita Dalessio con su gira del adiós hizo vibrar al publico, mas de 5 mil personas despidieron a la gran interprete. Su hijo Ernesto Dalessio fue el encargado de abrir esa gran noche, interpretando grandes éxitos de su madre y preparando al publico para recibir a la Leona Dormida, quien agradecido a Dios y a sus seguidores por acompañarla en una gran noche, cerrando el show con Mudanzas y Mentiras, que fueron coreadas por los asistentes dándole la despedida que se merecía a esta gran interprete.

LABORATORIO CLÍNICO

- Examen Médico
- Antidoping
- Análisis clínicos



EJ LAB
LABORATORIO CLÍNICO





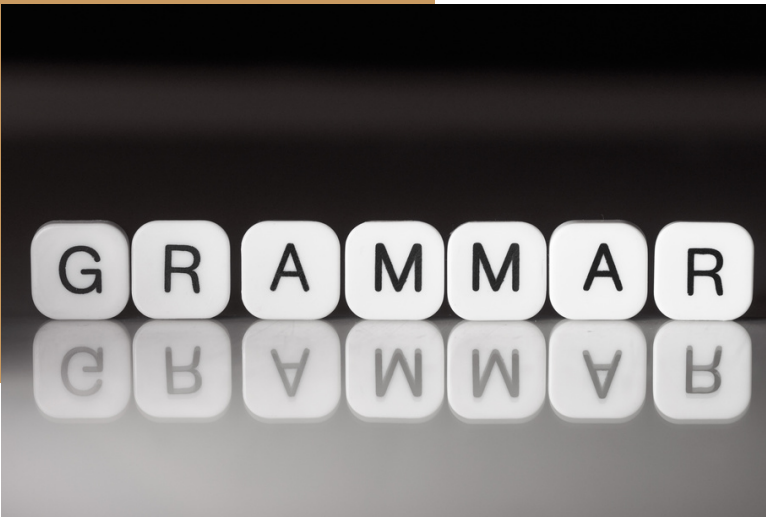
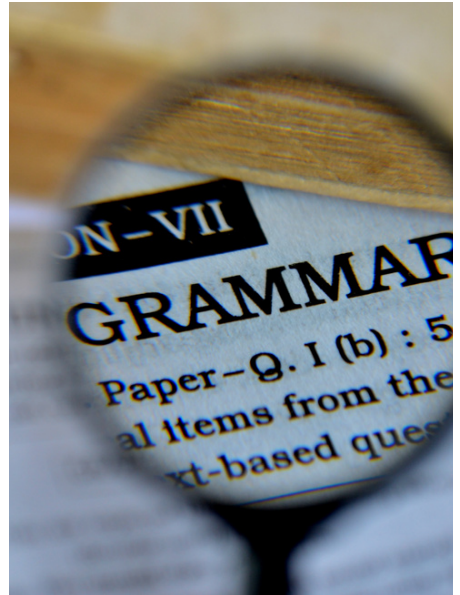
POR
MARIO D. MONROY



REGLAS DE ORTOGRAFÍA

Recuerdo cuando la moda era enviar mensajes de texto en el teléfono. En esa época los adolescentes idearon una forma de escribir mensajes largos en solo 100 caracteres apoyándose de abreviaturas inexistentes. Algunos dicen que fue una nueva manera creativa de escribir, pero desde mi punto de vista iniciaron el desplome del uso correcto de nuestro idioma. Ahora muchas personas dicen que los signos de puntuación ya pasaron de moda. Otros comentan que para que se esmeran, si de todos modos entendemos lo que quieren expresar. Puede ser, pero son pretextos. Las faltas de ortografía dicen muchas cosas. Revelan sin duda una educación formal deficiente, falta de cuidado en la comunicación, en donde pocos les importa si les entendemos o no. También demuestra un desinterés por aprender y mejorar. Todos los idiomas tienen reglas muy claras para que todos los entiendan. En la música, por ejemplo, están pensados todas y cada una de las formas de interpretar en los signos. Cada uno de ellos se utiliza para cada situación en específico.

Nuestro idioma, el español, que se refiere de modo unívoco a la lengua que hablan hoy cerca de cuatrocientos millones de personas y donde resulta ser uno de los idiomas más complejos del orbe por tener todas las situaciones totalmente cubiertas en todas las formas de expresión. Sin tener que ser muy letrados, con hablar un español básico, pero aplicando las reglas nos daremos a entender con todo hispanoparlante. Si la gente leyera más aprendería las reglas de manera natural y se harían entender perfectamente en su escribir y en su hablar. Ahora en lugar de decir hola al saludar, los jóvenes dicen holi; y es entendible, aunque no correcto, pero si a esta falta le agregan otra, como la de omitir la letra h es garrafal el resultado, aunque le sigamos entendiendo. Por supuesto que la letra h no suena, pero si se ve y debe usarse. Y puedo poner muchos ejemplos más, pero mi recomendación es que cuidemos la exquisitez de nuestro idioma. Una de las mejores maneras es fomentar la lectura entre todos. De esta manera mejoraremos el buen uso de este. No permitamos la destrucción del español, aún lo podemos salvar y siempre esta enriqueciendo. Les recomiendo entrar a la página de la RAE (Real Academia Española), ellos cuidan la lengua y la cuidan muy bien. Hasta la próxima.



LABORATORIO CLÍNICO

- Examen Médico
- Antidoping
- Análisis clínicos



EJ LAB
LABORATORIO CLÍNICO



POR
ROMAN VALENZUELA



¿CUÁL ES EL PRECIO DE SER FITNESS?

Entrar al mundo fitness al igual que tener un ahorro requiere cierta disciplina y más cuando van de la mano. Es importante considerar que hay ciertos gastos que debes considerar al empezar a cuidar tu apariencia física.

Si no eres de los que entrena en casa y prefieres ir a un gimnasio, hay un precio que debes pagar por ello. También recurrir a la compra de calzado, vestimenta, alimentos entre otros aspectos que te ayudarán a estar más involucrado en ser fit.

Antes de tomar la decisión de entrar a este mundo debes saber que es importante crear un presupuesto que te ayude a contemplar cuánto es lo que gastarás en entrenamiento, alimentación, accesorios y ropa.

De acuerdo a la embajadora de Reebok y Fitness & Nutrition Coach, lo ideal es destinar un presupuesto pequeño de 500 pesos entre alimentación y ropa dependiendo de cuáles sean tus objetivos. Un punto importante a considerar es la alimentación pues es el factor fundamental para llevar una vida saludable. Así que considera cocinar tu comida, ya que sale más barato a gastar en un restaurante que puede salir el doble de caro.

Debes saber que existen almuerzos "fit" que llegan a tener un precio de 300 pesos por semana. Se trata de alimentos que llevan aguacate, proteína animal, arroz integral, frutos rojos y vegetales verdes.



Otro aspecto a tomar en cuenta es lo que gastarás en el gimnasio o en cualquier actividad a la que decidas entrar. Si te interesa el box debes saber que hay precios que van de los mil a mil 500 pesos por mes.

En caso de entrar a un gimnasio, el precio dependerá del lugar al que te inscribas, ya que hay lugares que te cobran de 300 la mensualidad y en otros 700, incluso mil.

Si es que recurres a un entrenador personal, el precio también dependerá, ya que hay quienes cobran por sesión 350 o incluso 500 pesos.

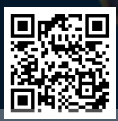
Otro aspecto que es fundamental es la vestimenta y el calzado, si es que te basta con un par de tenis el precio dependerá de la marca y modelo. Puedes encontrar precios económicos en 700 pesos o de mil 200.

En cuanto la ropa, también influirá la marca, el tipo de prenda y el lugar donde la compres, ya que los precios también varían.




Tener una vida fitness requiere esfuerzo, dedicación y disciplina, así que si piensas involucrarte debes estar dispuesto a cuidar tus finanzas, salud y condición.

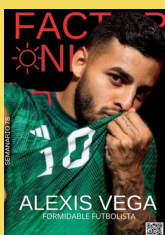
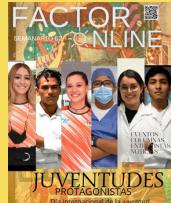
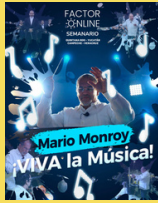


TAXISTAS DE ISLAS MUJERES



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



www.factoronline.mx