

IMPRESA
LIDER
MODALES

- Impresiones a color
- Volantes, Hojas membretadas
- Sellos de Goma
- Venta de Facturas Electrónicas
- Etc.

Abraham Zaied #457
Col. Luis Donald Colosio

631 302 8111

631 314 3050

impresa-lider-nogales@hotmail.com

periodicodosenaciones@hotmail.com



DOS NACIONES

"Solo es digno de libertad aquel que sabe conquistarla cada día": Goethe

EL PERIÓDICO
DE LA INDUSTRIA EN SONORA
DESDE 1987
Edición 412



index
Nogales

631 2709833

Periódico Dos Naciones

www.2naciones.com.mx

Periódico Dos Naciones

Index Nogales organiza Foro "El Futuro Laboral en México y el Mundo"

OM Owens
& Minor™

1ra carrera de la salud



dormakaba

Celebrando Día Internacional de Cáncer de mama;
dormakaba Nogales - planta de manufactura y dts.



Badger Meter

Apoya con caminata a Grupo Espiritual Guadalupano



Realiza Tercer Carrera 5K
Amphenol CIT

Cable & Interconnect Technologies



Reconoce Suma Industrial
a Beida Kelly por 10 años





FIESTA INN®
NOGALES

Celebra 20 Aniversario

Como ya es una tradición, Fiesta Inn Nogales celebró su 20 Aniversario, donde colaboradores y huéspedes degustaron un delicioso pastel.

El evento fue encabezado por el Lic. Antonio Dabdoub Escobar y Pablo Dabdoub, propietarios de la empresa, nuestra Gerente General Christian Sánchez, Norma Martínez, Gerente de Ventas, y demás personal.

Es así como Fiesta Inn reitera un servicio de vanguardia, moderno y funcional para viajeros que buscan comodidad y a la vez permanecer siempre conectados.

Para celebrar estos 20 años de éxito, Fiesta Inn realizó una remodelación soft de las habitaciones, para mayor comodidad de nuestros huéspedes, quienes desearon que Fiesta Inn Nogales continúe haciendo historia en materia hotelera y poniendo en alto la hospitalidad nogalense.



Feliz el personal de Fiesta Inn por su 20 Aniversario



Foto Tradicional de Fiesta Inn por su 20 Aniversario

Reconoce Suma Industrial a Beida Kelly por 10 años

En una sencilla pero emotiva ceremonia encabezada por directivos de Suma Industrial, y donde se contó con la presencia de sus compañeros de trabajo, el pasado 24 de octubre se hizo entrega de un merecido reconocimiento a Beida Nataly Kelly Lugo por sus primeros diez años de antigüedad.

En la emotiva ceremonia a Lic. Mónica Cabrera Montoya, Gerente Administrativo, hizo entrega de su reconocimiento a Beida Nataly quien fue ampliamente felicitada por sus compañeros.

Como parte de los programas de atención al personal, nuestro director general Lic. José Luis Gálvez, busca celebrar y fomentar la lealtad de nuestro personal, mediante este tipo de reconocimientos.

El aplauso y las felicitaciones de sus compañeros no se hicieron esperar, quienes reconocieron en Beida Nataly su total disposición al trabajo en equipo y su colaboración.



MUEBLES PARA OFICINA, INDUSTRIA, COMERCIO Y HOGAR
DISEÑAMOS, FABRICAMOS Y ADECUAMOS
EL MOBILIARIO A SU ESPACIO



631-312-4844 www.sonoramuebles.com

**"NO HAY MEJOR PRODUCTO QUE
EL SERVICIO QUE LO RESPALDA"**

Realiza Canaco evento sobre Inteligencia Artificial

La Cámara de Comercio de Nogales en coordinación con Smart POP, Durán MKT y INTELIGENT-T realizó un Desayuno de Negocios, donde se abordó el Emprendimiento Inteligente: Herramientas de IA, con una gran asistencia de emprendedores y representantes de diversos organismos empresariales. El evento se realizó en el Fiesta Inn donde los expositores de primer nivel abordaron la importancia de la inteligencia artificial en los negocios, la oportunidad de negocios globales con las nuevas herramientas, así como la presentación del Evento "Conecta" de Sonora Global.

Sin duda que el tema generó gran interés en los presentes, porque los expositores mostraron la ventaja de la aplicación de la inteligencia artificial en forma práctica, y la inmediatez en que se obtienen resultados.

Presentes el presidente de Canaco Luis Rey Grimaldo y el Vicepresidente Enrique Durán, propietario de Durán MKT, así como representantes de organismos empresariales y emprendedores nogalenses.



Birrieria

Esthela

Orden
1/2 Orden
Jugos

Tacos
Sincronizadas
Quesadilla



Pruebe su exquisita birria
acompañada de sus
ricas gorditas hechas a
mano con mantequilla

Contamos con Amplio y
Confortable
Estacionamiento

Abierto
diariamente de
8:00 a.m. a 22:00 p.m.

5 de Febrero #580 Col. Esperanza

Tel. 320 1236 Cel. 631 108 2510

Nogales, Son.

Copy Digital

DISTRIBUIDOR AUTORIZADO
SHARP



➔ **RENTA Y VENTA
COPIADORAS Y MULTIFUNCIONALES**

➔ **CENTRO DE COPIADO**

➔ **SERVICIO TECNICO**

**Telefono:
631314 4255**

Periférico Luis D. Colosio
No. 2680 L-1 Nogales, Son, Méx
Lada Sin Costo 01 800 267 9832

El equipo dormakaba Nogales se juntó para crear conciencia sobre el cáncer de mama y apoyar iniciativas dentro de nuestra comunidad. Estamos orgullosos de resaltar la importancia de la detección temprana y la educación referente a esta enfermedad.

¿Qué se hizo en dormakaba Nogales?

1) Puestos de información: los empleados exploran los recursos para detección del cáncer de mama.

2) Oradores invitados: invitamos profesionales de la salud, quienes compartieron información invaluable sobre la prevención y detección temprana.

3) Actividades de recaudación: nuestro día rosa recaudó fondos para asociaciones locales de lucha contra el cáncer de mama, mostrando nuestro compromiso para hacer la diferencia.

En dormakaba creemos que juntos, podemos transmitir conciencia y apoyo a aquellos afectados por el cáncer de mama. Muchas gracias a todos los que participaron y contribuyeron.





By Dr. Lilia Orduño Peña (Doctor Li)

The concept of health goes beyond just caring for our physical body; it also includes attention to mental and social well-being. Caring for our mental health goes hand in hand with caring for our body. Good nutrition, proper sleep hygiene, and regular physical activity are habits that help us maintain optimal overall health.

Taking care of our mental health is essential, as it allows us to maintain a healthy relationship with ourselves, helps us stay organized, boosts productivity, keeps us physically healthy, manages stress healthily, and fosters healthy social relationships.

Life moves quickly, with accelerated rhythms that lead us to neglect

How to Care for and Protect Your Mental Health

important aspects. Here's a list of tips for looking after our mental health:

1. Maintain a Positive Mindset

This isn't about ignoring reality but finding balance. In work, family, and personal life, moments of stress, anxiety, anger, and sadness will always arise; it's part of life. The goal isn't to avoid these emotions but to acknowledge and work through them. In such moments, it's essential to remember positive emotions to support ourselves during challenging times. Remember to take a break from negative news as well. We're constantly exposed to information that may be overwhelmingly negative, so it's recommended to occasionally take time off from social media or news.

2. Practice Gratitude

It may sound cliché, but appreciating what we have is valid and important. A practical way to foster gratitude is by keeping a gratitude journal. The idea is to write down things you're thankful for daily. For example, one day you might feel grateful for having coffee with a friend; another day, it might be a trip to the beach or watching a beautiful sunset while listening to music you

enjoy. Anything you're grateful for is worth writing in your journal; it doesn't need to be elaborate. Often, happiness is found in the small, simple pleasures of life.

3. Take Care of Your Physical Health

Caring for your body is essential—not just attending medical check-ups and keeping up with lab tests (though that's important, too). It's also about listening to and understanding your body. Developing good habits takes time; don't give up if it's challenging at first—that's normal. For example, if you're trying to improve your eating habits, seek professional guidance instead of relying solely on social media information, and remember that a setback doesn't mean it's all lost. Healthy habits are built through small actions. Proper nutrition not only helps you feel better but also fosters freedom from anxiety and stress. Studies show low B12 levels are linked to depression, highlighting how food impacts our lives. If needed, consult nutrition and psychology professionals to work on this relationship and achieve a healthy lifestyle.

Exercise is equally vital. Staying active is essential at any age, not as a competition, but to feel better. Over time, our muscles, bones, ligaments, and tendons change, which is entirely normal. To keep our bodies strong, we should engage in physical activities that include both cardio and strength (or resistance) training. Academic research supports exercise as one of the best treatments for depression.

Sleep is another critical factor for mental health. Good sleep habits influence mood. A person with healthy sleep habits will have a better mood and be less prone to frustration. Long-term, poor sleep habits can contribute to depression. Medicine isn't black and white; every

diagnosis requires scientific and clinical evidence tailored to the patient.

4. Meditate

For many people, talking about meditation can still feel uncomfortable, or it may be boxed into a category as something boring or exclusive to certain types of people. In reality, meditation is a powerful tool for mental health maintenance. You don't need to be a meditation expert, nor is it necessary to go on an exclusive retreat to India to practice it. The most important thing is to learn to focus your attention and work with your breathing, allowing thoughts to flow and momentarily "emptying" the mind.

What do you need to meditate? Ideally, find a quiet space where you feel comfortable (you could be sitting, lying down, or even walking). Focus on your breathing and keep an open mind, allowing sounds and other distractions to be part of the process, letting them come and go.

5. Go to Therapy

Attending therapy is one of the best options for managing your mental health. The goal is to provide tools that, through self-awareness guided by your therapist, allow you to address personal topics, dilemmas, or conflicts that arise in life. Therapy should be a safe space to express feelings, emotions, and doubts with a focus on well-being.

Mental health is important; it's not just about keeping a healthy body. It's about achieving a balance in how we feel in every aspect. Remember, "A sound mind in a sound body."

Que PASA con...

"Plantar un árbol es cultivar la esperanza de una vida mejor"

Monica Verdugo
Asesora Ambiental
mverdugo@pasa.mx



De forma inversa con la destrucción de un bosque o su degradación se libera hacia la atmosfera el carbono que alguna vez fue almacenado, contribuyendo a agravar el problema del cambio climático. Se estima a nivel mundial que el cambio de uso de suelo es una de las fuentes mas importantes de gases

efecto invernadero.

Además, los arboles producen oxígeno, purifican el aire, forman suelos fértiles, evitan erosión, mantienen ríos limpios, captan agua para los acuíferos, sirven como refugios para la fauna, reducen la temperatura del suelo, propician el establecimiento de otras especies, regeneran los nutrientes del suelo y mejoran el paisaje.

En pocas palabras, plantar un árbol es una acción simple pero poderosa que puede tener un impacto significativo en el medio ambiente y en tu vida. Así que la próxima vez que tengas la oportunidad de hacerlo, no lo dudes y hazlo.

Para ampliar esta información, me puedes contactar.

Los ecosistemas forestales tienen la capacidad de disminuir el efecto invernadero a través de dos procesos relacionados al ciclo del carbono, la fijación o captura de carbono y la reducción de emisiones debidas a la deforestación y degradación forestal.

Los bosques durante su crecimiento absorben el bióxido de carbono de la atmosfera y lo convierten en carbono que se almacena en su tronco, raíces y hojas. Adicionalmente queda carbono almacenado en el suelo, en la materia orgánica al ras del suelo y en los árboles muertos. Este proceso en el que los bosques capturan carbono de la atmosfera contribuye a la mitigación del cambio climático. Un bosque que crece esta catalogado como un sumidero de carbono.



Por Dra. Lilia Orduña Peña
(Doctora Li)



¿Cómo cuidar y proteger tu salud mental?

El concepto de salud trasciende más allá del cuidado a nuestro cuerpo físico, es también el cuidado y atención al bienestar mental y social. Cuidar nuestra salud mental va de la mano con el cuidado de nuestro cuerpo. La buena alimentación, hábitos adecuados de higiene de sueño y realizar actividad física, son buenos hábitos que nos permitirán conservar un estado de salud global óptimo.

Cuidar nuestra salud mental es realmente muy importante ya que nos permite mantener una buena relación con nosotros mismos, así también nos permite organizarnos mejor, ser más productivos, mantenernos físicamente saludables, manejar el estrés de manera saludable y mantener relaciones sociales sanas.

La vida es muy rápida, los ritmos son acelerados y tendemos a descuidar algunos aspectos importantes, a continuación comparto una lista de tips para cuidar de nuestra salud mental.

Mantén una mentalidad positiva
No se trata de no ver la realidad, sino de encontrar el balance de las cosas. En el

trabajo, en la vida familiar y personal siempre se presentarán momentos de estrés, ansiedad, enojo y tristeza; esto es parte de la vida y no se trata de evadirlo, sino de reconocer las emociones y trabajar en ellas. En estos casos es importante recordar las emociones positivas para crear soporte en

los momentos críticos cuando se experimentan momentos no favorables en la vida.

Recuerda tomarte un descanso de las malas noticias. Estamos constantemente en contacto con información que puede llegar a no ser del todo positiva; es por ello que es recomendable en ocasiones tomarte un tiempo de las redes sociales o de los noticieros.

2. Practicar la gratitud

Suena trillado, pero agradecer por lo que tenemos en la vida es válido e importante. Una de las formas más prácticas y que ha demostrado tener buena utilidad para esa práctica es tener un diario de gratitud. La idea es escribir, de preferencia todos los días, las cosas por las cuales te sientes agradecido. Por ejemplo, un día puedes escribir que te sientes agradecido o agradecida por haber ido por un café con tu mejor amiga o amigo; otro día puedes escribir que te sientes agradecido o agradecida por haber hecho un viaje a la playa; también puedes escribir que te sientes agradecido o agradecida por ver un atardecer bonito escuchando música que te agrade. Todo por lo cual te sientas agradecido o agradecida es válido que sea escrito en tu diario; no tiene que ser algo elaborado, todo cuenta. Muchas veces la felicidad está en los pequeños y simples placeres de la vida.



3. Cuidar tu salud física

Cuidar de tu cuerpo es importante, no es solamente acudir a las citas de valoración médica y estar al día con tus estudios de laboratorio (que por supuesto que es importante). Se trata también de escuchar y entender a tu cuerpo. Adoptar buenos hábitos representa cambios, no te rindas si al principio te cuesta trabajo, es normal y a todos nos pasa. Por ejemplo, cuando se trata de mejorar los hábitos alimenticios puedes buscar orientación y no dejarte guiar totalmente por la información que aparece en redes sociales, también recuerda que porque en algún momento sientas que "fallaste" no significa que todo está perdido. Los buenos hábitos se construyen de pequeñas acciones. Los hábitos de alimentación saludable no sólo te ayudarán a sentirte mejor y tener energía, sino también te permitirán experimentar una sensación de libertad con respecto a la ansiedad y el estrés. Un ejemplo que ha sido documentado habla sobre los niveles de vitamina B12, que al permanecer bajos están relacionándose con el diagnóstico de depresión. La relación con la comida tiene un impacto en nuestras vidas, es por ello que si lo consideras necesario acude con profesionales de nutrición y psicología para trabajar en esta relación y cumplir con metas de estilo de vida saludable.

El ejercicio es muy importante. Mantenerse activo es fundamental a cualquier edad. No se trata de competir contra alguien más, se trata de sentirte mejor. Con el tiempo nuestros músculos, huesos, ligamentos y tendones experimentan cambios, lo cual es completamente normal. Para mantener un cuerpo fuerte debemos de procurar realizar actividad física que incluya algo de actividad cardiovascular y fuerza (o resistencia). Existe evidencia académica que habla sobre el ejercicio como una de las mejores herramientas en el tratamiento de la depresión.

El sueño es otro gran tema relacionado con la salud mental. Es un hecho que los hábitos de reflejarán en el estado de ánimo

de la persona. Una persona que tiene buenos hábitos de sueño tendrá mejor humor y será menos propenso a disgustarse. A largo plazo una persona con malos hábitos de sueño puede llegar a presentar depresión. En la medicina nada es blanco y negro y todo debe de tener un fundamento científico y particularmente para cada paciente, debe haber evidencia clínica antes de realizar un diagnóstico.

4. Meditar

Aunque para muchos todavía hablar sobre meditación resulta hasta incómodo, o se encuentran todavía en una cajita de clasificación como algo aburrido o exclusivo para ciertas personas, meditar es en realidad una gran herramienta de mantenimiento para la salud mental. No se debe de ser experto en meditación y tampoco es necesario ir a un retiro muy exclusivo a la India para practicarla. Lo más importante es aprender a enfocar la atención y trabajar con la respiración para dejar fluir los pensamientos y de cierta manera "vaciar" momentáneamente la mente.

¿Qué necesito para meditar? Idealmente busca un espacio donde haya silencio y donde puedas estar cómodo (puede ser que estés sentado, recostado o incluso puede ser que estés caminando), mantén tu atención en tu respiración y mantén una mente abierta permitiendo que los sonidos y otras distracciones sean parte del proceso, permitiéndoles llegar y continuar su camino.

5. Acudir a terapia

Asistir a terapia es una de las mejores opciones para el cuidado de tu salud mental, ya que el objetivo será proveer herramientas que, a través del autoconocimiento guiado por tu terapeuta, te permitirán resolver temas de tu interés, dilemas o conflictos que se presenten en la vida. La terapia debe ser un espacio seguro donde se vacíen los sentimientos, emociones y dudas, con enfoque al bienestar.

La salud mental es importante, no se trata solamente de mantener un cuerpo físico sano. Es el equilibrio de cómo nos sentimos en todos los aspectos. Recordemos "mente sana en cuerpo sano".

REFACCIONARIA LOS MOCHIS...
REFACCIONARIA LOS MOCHIS
NUEVA UBICACIÓN
Calle Natación No. 106 Col. El Rastro
Nogales, Sonora. **Tel. 3152184**

Venta de refacciones
Torneado de
Bisco y Tambores
Salas

Sucursal La Mesa
Tel. 631 107 4155

refacciones_losmochis@hotmail.com

VETERINARIA
MVZ. DIPL. José Ariel Félix Ortiz
UNIVERSIDAD AUTONOMA DE SINALOA
DIPLOMADO EN MEDICINA, CIRUGIA Y ZOOTECHNIA
EN PERROS Y GATOS
UNAM CED. PROF. 1611824

Además tenemos
ESTETICA CANINA
PROFESIONAL
YA ABRIMOS
SUCURSAL "ALAMOS"

Tel. 631-31-484-97
Avenida de los Maestros No. 12-A, Col. Granja
(a media cuadra del Tecnológico) Nogales, Sonora

DEL SOL
SI USTED NO PUEDE TRAERLO NOSOTROS VAMOS POR SU MASCOTA

Bldv. Los Alamos #253 Loc. 17
Col. Alamos Tel. 315 0813
Nextel: 62*241497*2
e-mail: josearielfelix@hotmail.com

Caminata con Causa: dormakaba se une a la batalla contra el Cancer de mama.

Estamos orgullosos de anunciar que dormakaba Nogales – planta de manufactura y dbs, participó en la reciente Caminata por la batalla contra el Cancer de mama. Este evento no solo creó conciencia, sino resaltó nuestro compromiso de apoyo a aquellos afectados en nuestra comunidad por esta terrible enfermedad.

Nuestro equipo camino junto, unido en el propósito y determinación, honrando a los sobrevivientes y recordando a aquellos que perdimos. Es un recordatorio muy poderoso de la importancia de crear comunidad, resiliencia y la lucha constante contra el cáncer de mama.

Fue inspirador ver a muchos de nuestros asociados participar activamente en este evento tan significativo.

Esto demuestra como en dormaka buscamos cultivar una cultura de apoyo a la comunidad.



Muchas gracias a todos los que se unieron y apoyan a esta causa.

Juntos podemos hacer la diferencia.



**Reconocen trayectoria de 25 Años
de Klaudia Espinoza Alvarado**
Distribuidora de Materiales para la Industria



Con motivo de sus 25 años de trayectoria laboral en Distribuidora de Materiales para la Industria, Klaudia Espinoza Alvarado, recibió emotivo reconocimiento de la empresa y sus compañeros de trabajo.

Con una comida especial la señora Leticia Gallego Lechuga reconoció la trayectoria de Klaudia, quien desde hace más de dos décadas ha contribuido con lealtad y entrega al crecimiento de la empresa.

Felicidades!!!

Nogales, Sonora

Octubre de 2024

SAVING WITH ENERGY MEXICO

CloudView+
Intelligent Solutions®

**¿ESTÁS LISTO PARA AHORRAR
HASTA 30% DE ENERGÍA ELÉCTRICA
EN TU SISTEMA DE AIRE COMPRIMIDO?**

¡Solicita un análisis de desempeño gratis!



HERMOSILLO, SON.
Perif. Sur 799, Y Griega, 83290
Tel. (662) 1100-300
Cel. (644) 2061-093

www.savingwithenergy.com | Facebook | LinkedIn | Hermosillo, Sonora | Periférico Sur 799 Y Griega, Cabaña del Tiro, CP 83290 | Tel. (662) 1100-300
Culiacán, Sinaloa | Blvd. Juan N. Gómez Ortega 4301 Local B7, Cof. Varios Equilibrados CP 40141 | Tel. (667) 119-8534



Realiza su tradiciona semana de la salud 2024

Con la presencia de directivos de Javid de México y del Alcalde Juan Francisco Gim Nogales, el Director de Manufactura de Evans, Adolfo Centeno, inauguró la Semana de Salud, donde el personal y sus familias tuvieron acceso a diversos servicios como parte de las actividades que la empresa impulsa para beneficio de sus colaboradores.

En el evento de inauguración de la Semana de la Salud se llevaron módulos de la Dirección de Salud Municipal con un programa de servicios de medicina general, Odontología, Nutrición, Psicología, Enfermería, además de pruebas de Papanicolaou y pláticas de psicología con apoyo de un módulo de Prevención del Delito de Seguridad Pública.

"Es satisfactorio estar en una planta de manufactura como Evans, pero más satisfactorio es estar conviviendo con sus



asociados ya que hacen posible la presencia de todos los involucrados en salud, por lo que agradezco que sea una de las empresas que impulsan la salud porque se preocupa y se ocupa por sus empleados", dijo Gim Nogales.

Presentes en la inauguración Lic. Adolfo Centeno, Director de Manufactura de planta Evans Manufacturing Inc.; Lic. Humberto Ramirez, Vicepresidente Javid de México; Alejandra Reyes, Gerente de Recursos Humanos de Javid de México, entre otras personalidades.

El evento fue organizado por el equipo de

Seguridad e Higiene de la planta Evans Manufacturing Inc.; Ing. Lorena Castillo García, Karla Guadalupe Espinoza Gomez, Cristina Castro Luna y Jesús Cristina Gamboa Osuna.

Se contó con el respaldo de algunas instituciones como UNAVIM, Centro de Salud Urbano Nogales, Avante Optics, Departamento Prevención del Delito, Universidad Binacional, Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), y el Centro de Seguridad Social del IMSS.

Es así como Evans Manufacturing Inc. planta Nogales impulsa actividades de



bienestar y cuidado de la salud entre sus colaboradores, mediante acciones de prevención en un ambiente de colaboración.



MONTACARGAS Y SERVICIOS YEPÍZ

S.A DE C.V

Av. Jusacamea No. 84, Col. Colinas del Yaqui,
Nogales, Sonora, México
R.F.C MSY050705AV7

Tel. (631) 319.0802 / Tel. Fax: 319.0775

Montacargas y Servicios Yepiz SA de CV

Montacargasyepiz@gmail.com

www.montacargasyepiz.com

Venta y renta de montacargas

Venta y renta de elevadores eléctricos y garzas

Reparación general y mantenimiento preventivo en montacargas: eléctricos, gasolina, gas LPG y diesel

Reparación de elevadores eléctricos y garzas de diesel y gasolina

Servicio y reparación de baterías industriales, cambio de celdas y nivelación de ácidos

Venta de refacciones y accesorios

Licencias para operador de montacargas avalado por la STPS

Prensado de llantas para neumáticos sólidos

Distribuidor autorizado de baterías EnerSys

Distribuidor autorizado de neumáticos Solideal

INDEX NOGALES CONJUGA A LAS MEJORES FIRMAS LEGALES EN FORO LABORAL

El pasado 24 de Octubre tuvo lugar el FORO LABORAL organizado por INDEX NOGALES, con la participación de representantes de las firmas legales mas destacadas en temas de carácter laboral a nivel nacional. Los mas de 80 asistentes, todos representantes de la industria maquiladora de exportación, señalaron que el evento fue un éxito por la calidad de los expositores y temas abordados.

El foro se abrió con la participación de la Lic. Estefanía Rueda García quien es Maestra en Leyes en el LLM Information Technology Law (Maestría en Derecho Informático) por la Universidad de Edimburgo, Escocia. En 2020 publicó con editorial Tirant Lo Blanch, el libro: Derecho Laboral en el Teletrabajo y es coautora de las obras Ley Federal del Trabajo Comentada y Los Derechos Fundamentales Laborales con esta misma editorial. Actualmente y desde el 2023, es Socia de Littler México. Esta ilustre profesionista expuso los desafíos para la nueva administración en materia de trabajo en cara a la renegociación del TMEC que será el próximo año.

Como segundo ponente tuvimos al Dr. Alejandro Barrientos Garza, Socio del



Despacho Rios Barrientos y Asociados, asesoría legal empresarial S. C., altamente conocido en la Ciudad por representar a la mayoría de las empresas de Nogales. Es especialista en Materia Laboral por la Universidad Panamericana de la Cd. de México, Maestro en Amparo y Doctor en Derecho Laboral, contando con mas de 30 años de experiencia en la asesoría legal a las



empresas maquiladoras, fungiendo actualmente como Presidente de la Asociación Sonorense de Capital Humano ASECHAC. El tema que abordó fue la evolución de la serie de iniciativas de reformas laborales que están actualmente en el Congreso de la Unión, dando a los asistentes las mejores recomendaciones para no dejarse llevar por fake news.

El tercer expositor fue el Lic. Yeshua Gomez Breton, quien es Associate Parthner del área Legal laboral de la firma internacional EY México. Cuenta con mas de 15 años de experiencia en la asesoría legal laboral de las empresas a nivel nacional y nos habló del futuro de las Inspecciones del Trabajo en el sexenio que está iniciando, resaltando las mejores practicas y recomendaciones a toda la membresía.

Littler®



Rios Barrientos y Asociados
Asesoría Legal Empresarial S.C.



*Consciente te!!
Por que tu paladar
lo Merece*



Visítanos en cualquiera de nuestras ubicaciones

Sucursal Bellotas
Horario:
9am a 8pm
63119-23391

Sucursal Kennedy
Horario:
9 am a 6 pm
6313571759

Sucursal San Carlos
Horario:
9 am a 8 pm
63113-28550

HERMOSILLO
Blvd. Encinas Jonson
No. 252 Col. San Benito
9 am a 8 pm
6623981028

Nueva Sucursal
Av. Obregon #1600-A
Col. Moderna
A un costado de la ley chica
631 357 1759

Index Nogales organiza Foro "El Futuro Laboral en México y el Mundo"



Con el propósito de difundir el impacto de las reformas constitucionales aprobadas y otras que están como Iniciativas en las cámaras federales, Index Nogales (Asociación de Maquiladoras de Sonora) realizó el foro "El Futuro Laboral en México y el Mundo".

El evento estuvo encabezado por la directora del comité laboral, Wendee Molina y la mesa directiva de Index Nogales que preside el ingeniero Daniel Rivera.

La organización de este importante evento estuvo a cargo del director ejecutivo de Index, Genaro Vecerra Álvarez y su eficiente equipo de colaboradores integrado por Ing. Erika Andrade, Asistente Administrativo; Ing. Gabriel Armenta, Coordinador de Programas y Proyectos; e Ing. Itzel Zazueta, Asistente Ejecutivo.

Como directora del Comité Laboral de Index Nogales, Wendee Molina, y anfitriona del evento dio la bienvenida a los asistentes y explicó que el objetivo es mantener informados a los socios de las reformas que implican un impacto directo para los centros de trabajo, especialmente al sector ligado a la industria Maquiladora y Manufacturera de Exportación.

"Tenemos -como siempre- mantener a la industria informada de los cambios que vienen, ahorita actualmente tenemos cambios de gobierno, tenemos cambios de gobierno en Estados Unidos, que vienen muy próximos", dijo.

Entonces, detalló, como aliados debemos mantener la comunicación, para que las diferentes empresas tomen las decisiones adecuadas y puedan mantener la industria en México para que siga generando empleos.

Con una gran asistencia de las principales firmas de la industria maquiladora, en este Foro Laboral participaron los expertos especialistas



Estefanía Rueda García con el tema seguido por Yeshua Gómez Bretón, Sistema de Justicia".

"Desafíos para la nueva administración federal, perspectivas de Inspecciones de la STPS en la Nueva Administración". El ciclo cerró con la participación del

El conocido abogado Alejandro Barrientos Garza, con "Iniciativas de Reformas Laborales en la Nueva Legislatura Pendientes por Discutir", Laborales del Nuevo



Amphenol CIT™

Cable & Interconnect Technologies

Celebra Halloween



El pasado 31 de octubre Amphenol CIT organizó su tradicional evento de Halloween en donde se llevó a cabo una competencia de disfraces y un concurso de decoración de oficinas. El talento creativo y entusiasmo del equipo de trabajo se hicieron notar. Este evento no solo permitió disfrutar de un ambiente diferente, sino que



también favoreció la integración de todo el personal, fortaleciendo el compañerismo y trabajo en equipo.

Amphenol CIT está comprometido con sus trabajadores para que disfruten de momentos agradables creando recuerdos que se quedaron por siempre en sus corazones.



Amphenol CIT™ Realiza Tercer Carrera 5K

Cable & Interconnect Technologies

El pasado sábado 26 de octubre, se llevó a cabo por tercer año consecutivo una exitosa carrera deportiva que reunió a más de 200 corredores de todas las edades y habilidades en una jornada llena de energía y competencia. El evento, organizado con el fin de fomentar la actividad física y promover la inclusión en el deporte, tuvo lugar en Amphenol CIT, y contó con la participación de asociados tanto en la categoría femenil como varonil. Los participantes tuvieron la opción de competir en dos categorías: 3 y 5 kilómetros. Ambos recorridos fueron diseñados para ofrecer un entorno seguro y estimulante. Más allá de la competencia, la jornada fue un reflejo de la comunidad unida por el deporte. Familias, amigos y espectadores alentaron a los participantes durante todo el recorrido, creando un ambiente de apoyo. La carrera no solo fue un éxito en cuanto a organización, sino que también sirvió para que más empleados se animen a participar en el siguiente año.





1ra carrera de la salud

El pasado sábado 12 de octubre la empresa La Ada de Acuña celebro su primera carrera de la salud que llevo el slogan de "Corre, trota o Camina", el evento contó con la entusiasta participación de colaboradores y equipo gerencial.

Con este evento nos unimos a la conmemoración de "La lucha contra el cáncer de mama" y aprovechamos la ocasión para promover la salud y bienestar entre todos nuestros colaboradores, fortaleciendo el espíritu de equipo y la convivencia entre los diferentes niveles de la organización.

Con gran entusiasmo y compromiso todos los participantes llevaron a cabo el recorrido de 1.5 kms que se planeó para este evento, al finalizar se llevó a cabo la premiación y entrega de medallas a los 3 primeros lugares de cada categoría.

Otro de los grandes momentos del evento fue cuando el Ingeniero Eloy Martinez, gerente de Planta, un mensaje de agradecimiento los participantes, resaltando importancia de este tipo de

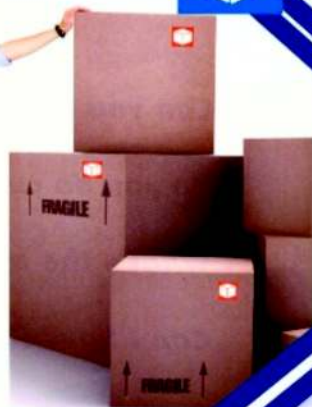


fomentan un entorno saludable enfatizando que la salud y bienestar de nuestros colaboradores son una prioridad para la empresa. Cerrando con broche de oro el evento se lanzaron polvos de color rosa, en conmemoración de este día.



www.tucsoncontainer.com

Tucson Container Corp.
Kino Packaging Co.
Kino Foam Co.
Kino Crating
6601S. Palo Verde Rd.
Tucson, Arizona.
(520)746-3171
(520)741-0962



Tucson Container Corp.

*has the Solution
from Concept, to Design, to Production, to Delivery.*

**Corrugated Box Styles
Packaging Supplies
Creative Design Solutions**



**Shelf & Counter Display
Foam Products
Wood Crating**



Badger Meter Apoya con caminata a Grupo Espiritual Guadalupano

Con el evento "¡Que nada te detenga!", Badger de México, este año logró una gran convocatoria de diferentes empresas de la localidad para reunir recursos por más de 300 mil pesos, que van destinados en apoyar los esfuerzos que realiza el Grupo de Apoyo Espiritual Guadalupano y Lucha Contra el Cáncer, que preside Emma Yolanda Verdugo Rojas.

En una caminata realizada el pasado 19 de octubre, alrededor de 200 personas participaron desde temprana hora para sumarse a las actividades realizadas con motivo del Día Mundial de la Lucha Contra el Cáncer de Mama.

A Badger de México como anfitrión, se sumaron a esta actividad empresas como Agencias Aduanales, Chamberlain, Daher de México, Amphenol CIT, Familia Verdugo, Dormakaba, Lora Supplies, CastBer Logistics, Becton Dickinson, entre otras.

Además participaron diversas instituciones educativas y organizaciones sociales que año con año se suman a esta labor altruista que encabeza el Grupo de Apoyo Espiritual Guadalupano y Lucha Contra el Cáncer, y que en esta ocasión contó con el respaldo de la gerencia de Badger Meter y un gran equipo de colaboradores.



PROMOCIONES Y FELICITACIONES

QUE TU POSADA SEA LA MEJOR!!!

2024

merry christmas

Interesados enviar correo a:
periodicodsnaciones@hotmail.com

63131 68504

631 270 9833

Publicación 15 de diciembre





Por Mtra. Alma Rivera

El manejo de conflictos y su impacto en los negocios

El inicio de un conflicto, puede ser una situación aparentemente pequeña que en muchas ocasiones dejamos pasar, hasta que se vuelve una molestia o algo recurrente y entonces ya es un problema, cuando no se encuentran alternativas de solución aparente, entonces estamos ante un conflicto.

La historia nos ha enseñado que los grandes conflictos que han marcado a las sociedades pudieron haberse evitado si se hubiese atendido una queja, una molestia, una situación o bien si llego a ser problema, dar solución al mismo. Desafortunadamente nuestro día a día, nos absorbe y ocupa con actividades que suponemos son las de gran valía para nuestro negocio, el control de gastos, las ventas, los cambios en las prestaciones a los empleados, todo lo relacionado a los

ingresos y egresos, más de una vez no escuchamos al cliente molesto que sigue esperando una respuesta, o al empleado que se lleva de forma no adecuada con su compañer@, y los dejamos pasar, esas son las alertas que debemos atender en el momento, para evitar un problema, de lo contrario ahí inicia la afectación al negocio, propiciando un ambiente de trabajo hostil, desacuerdos, daños a los recursos de la empresa al querer dañar a un compañero, o peor aun se daña a los clientes por un enojo con otro compañero y como responsables de un área, como supervisor o dueño de la empresa no nos enteramos. Del otro lado del mostrador, entre los pasillos, en la red social, en la banqueta, en la plaza del local, está el cliente, que observa y escucha, situaciones o vive las situaciones entre los empleados y al verse involucrados o peor aun afectados, ellos también se

volverán parte del conflicto, y posiblemente generen un problema mayor. Entonces a quien cuidar, a quien atender primero, si quien está gestionando y atendiendo al cliente, es un colaborador, siempre será el empleado a quien debemos cuidar y escuchar, el representa la fuerza de ventas de la empresa, es la cara y contacto de la empresa con el cliente, si como dueños de la empresa no escuchamos, ni observamos, las situaciones nos obligaran cuando se presente un problema con el empleado o con un cliente.

Si el colaborador es leal y realiza su trabajo de la mejor manera y es el cliente quien se ve afectado por una decisión o situación de la empresa, y no lo atendemos de inmediato, nos ocasionará un conflicto, el ejemplo claro que

podemos exponer, es cuando decidimos realizar cobros extras a los clientes por algo que antes no se hacia por parte de la empresa, como el envío, la envoltura, la entrega a domicilio, oh en horarios no hábiles, o los precios de productos que ya han sido cotizados y no avisamos, el ser sin previo aviso molestará más que el mismo costo, aunque no sabremos como reacciona un cliente hasta realizar la acción de decisión de cobro, el hecho de comunicar y justificar una

decisión nos ayudará a concientizar al cliente de nuestro fuero por mantener los precios hasta ahora.

Todo problema puede tener alternativas de solución, para evitar llegar a un conflicto que termine dañando la empresa, sea en su imagen, en las ventas, en ambiente laboral, la mejor forma de manejar un conflicto es enfrentándolo desde inicio, identificando las causas y estableciendo de manera consiente y en conjunto alternativas de solución, así como comunicar las decisiones, en cada etapa sin evidenciar personas o confrontar. Si el personal de la empresa tiene quejas constantes, es una alerta que no se debe dejar pasar, las políticas y reglamento son la medida para detenerlas, más aún si es un cliente el molesto, escucharle y solucionarle, para evitar sea un detonador de conflictos en el mercado.



Alma Rivera
Coach empresarial.
contacto@almarivera.mx
WWW.ALMARIVERA.MX

EXPOMINERA 2024

El equipo de Oficinas y Más agradece a todos los que nos acompañaron en este evento

ergonomía
Estado de la adaptación en músculos y articulaciones para lograr una mayor comodidad y eficiencia

confort
Del fr. confort, y este del ingl. comfort / bandert/
Estado ideal en situación de bienestar, salud y comodidad en la cual no exista ninguna molestia que perturba físicamente a los usuarios.



 **Oficinas y Más**

Impulsa Index Nogales robótica en Conalep y Cobach



A fin de impulsar entre los jóvenes el interés por la tecnología, Index Nogales, a través del Programa Proyecto Nogales, dotó de diez equipos de robótica que permitirá a los docentes y estudiantes incrementar sus conocimientos y habilidades.

En eventos por separado el presidente de Index Nogales, Daniel Rivera Ontiveros, y el director ejecutivo de Index, Genaro Vecerra Alvarez, firmaron con directivos de Conalep y de Cobach, este importante convenio, que muestra, una vez más, el compromiso de la

industria maquiladora con el sector educativo y la juventud nogalense.

Para el sector productivo de Nogales, donde el 70 por ciento de la fuerza laboral esta en la industria maquiladora, es importante impulsar entre los jóvenes de preparatoria el interés por la robótica, afirmó Vecerra Alvarez, quien agregó que estos convenios se cristalizaron luego de dos años de gestión ante las autoridades educativas.



EMPRESA CON MAS DE 30 AÑOS DE EXPERIENCIA ESPECIALIZADA EN EL MANTENIMIENTO, INSTALACIÓN Y SOLUCIÓN EN PUERTAS ELÉCTRICAS.



Un sinfín
DE SOLUCIONES



Contáctanos

6316881717



631 944 8495

631 164 0728

contacto@lgs.com.mx



Arroyo los nogales 11260
Colonia Moderna

Soy tu asesor
Paul Rubalcaba

Tomamos tu auto a cuenta
Financiamiento disponible
Precios de promoción y
a Plazos.



No esperes mas!!!
márcame al 6313574736



envíame

6311023374

Ochoa Group
Logística Aduanal



(631) 314 4481

AVE PATRAS 44 3, EL GRECO, NOGALES, SON.



METODOLOGÍA 8 DS (OCHO DISCIPLINA) PARA LA SOLUCIÓN DE PROBLEMAS



FRANCISCO FRANCO
DIRECTOR DE PSICASE CONSULTORES
www.psicase.net
franco@psicase.net

INTRODUCCIÓN

La metodología 8 Ds es una herramienta eficaz en la resolución de problemas, especialmente en el ámbito de la calidad. Este enfoque sistemático se utiliza comúnmente para identificar la causa raíz de un problema y asegurar que se implementen soluciones efectivas, evitando que la situación se repita. En este artículo, se detallarán cada una de las ocho disciplinas y su aplicación práctica para aquellos que gestionan y resuelven problemas de calidad. En el sector automotriz es muy utilizada esta metodología, pero realmente su aplicación debiera ser en todos los ámbitos.

1. DEFINIR EL PROBLEMA

El primer paso en la metodología 8 Ds es definir el problema. Este paso implica identificar claramente qué está fallando, cuáles son los efectos del problema, y quiénes están involucrados. Utilizar herramientas como diagramas de causa y efecto puede ser útil en esta etapa. La definición precisa del problema establece una base sólida para todas las etapas subsiguientes.

Ejemplo:

Un fabricante de automóviles puede observar un aumento en las devoluciones de vehículos por fallos en el sistema de frenos. La definición del problema debe incluir la número de devoluciones, los modelos afectados, y la gravedad del defecto.

2. REUNIR UN EQUIPO

La formación de un equipo multidisciplinario es crucial para abordar la resolución del problema desde distintos ángulos. Este equipo debe incluir a personas con diversas habilidades y conocimientos relevantes, lo que aporta diferentes perspectivas y experiencias. Al reunir personal de diferentes áreas, se aumenta la probabilidad de encontrar soluciones efectivas.

Ejemplo:

Para el problema de los frenos, el equipo puede incluir ingenieros de diseño, producción, calidad, y servicio al cliente. Cada miembro aportará su experiencia sobre el problema y su posible impacto.

3. IMPLEMENTAR ACCIONES INMEDIATAS

Una vez que se ha definido el problema y el equipo está en su lugar, se deben implementar acciones inmediatas para contener el problema y evitar que se agrave. Estas acciones pueden incluir medidas temporales que minimicen los efectos negativos o que protejan a los clientes hasta que se encuentre una solución definitiva.

Ejemplo:

El fabricante puede decidir inspeccionar todos los vehículos en stock y suspender la venta de los modelos con fallos en los frenos hasta que se resuelva la situación.

4. DETERMINAR Y VERIFICAR LA CAUSA RAÍZ

Este paso es crítico, ya que implica identificar la causa fundamental del problema. Utilizar herramientas como el análisis de Pareto o el diagrama de Ishikawa puede facilitar la identificación de posibles causas. Una vez que se han identificado, es crucial verificar que realmente son responsables del problema.

Ejemplo:

En el caso de los frenos, la causa raíz podría ser un material defectuoso usado en la fabricación de los componentes del sistema de frenos, lo

que ha llevado a su mal funcionamiento. La verificación puede incluir pruebas de laboratorio en las piezas involucradas.

5. DESARROLLAR Y VALIDAR SOLUCIONES

Una vez identificada la causa raíz, el equipo necesita desarrollar soluciones que eliminen el problema. Es importante realizar pruebas para validar que las soluciones propuestas realmente aborden la causa subyacente. Se deben considerar diferentes enfoques y la viabilidad de cada uno de ellos.

Ejemplo:

La solución puede implicar el cambio de proveedor del material de frenos. Se deben realizar pruebas piloto con el nuevo material para asegurar que cumple con los estándares de calidad y funciona adecuadamente.

6. IMPLEMENTAR SOLUCIONES PERMANENTES

Llegado a este punto, se procede a implementar las soluciones seleccionadas de manera definitiva. Esto puede incluir cambios en procesos, capacitación del personal o rediseño de productos. Es fundamental documentar todos los procedimientos y resultados de esta implementación.

Ejemplo:

El fabricante debe actualizar sus manuales de procedimiento para incluir el nuevo suministro de materiales y asegurar que todo el personal esté debidamente capacitado sobre las nuevas especificaciones.

7. PREVENIR LA RECURRENCIA DEL PROBLEMA

La prevención es fundamental en la gestión de calidad. Se deben establecer controles y monitoreos que aseguren que el problema no vuelva a ocurrir. Esto puede incluir auditorías regulares, revisiones de calidad y capacitaciones periódicas para los empleados.

Ejemplo:

El fabricante puede crear un protocolo

de revisión periódica de los componentes del sistema de frenos, así como establecer relaciones más estrictas con los proveedores para la gestión de calidad de los materiales utilizados.

8. RECONOCER EL ESFUERZO

El último paso de la metodología 8 Ds es reconocer y celebrar los logros del equipo. Esto no solo motiva a los empleados, sino que también establece una cultura proactiva en la resolución de problemas. La documentación de todo el proceso y sus éxitos debe ser parte del reporte final.

Ejemplo:

Después de resolver el problema de los frenos, el fabricante puede reconocer públicamente al equipo involucrado en la solución, promoviendo así un ambiente positivo y colaborativo.

CONCLUSIÓN

La metodología 8 Ds es una herramienta poderosa para aquellas organizaciones que buscan mejorar la calidad y resolver problemas de manera efectiva. A través de un enfoque sistemático que enfatiza la colaboración y la análisis detallado, las empresas pueden no solo solucionar problemas existentes, sino también prevenir su recurrencia. La aplicación de esta metodología no solo mejora la calidad del producto, sino también la satisfacción del cliente y la reputación de la empresa, aspectos fundamentales en un mercado competitivo.

Si tienes alguna duda o requieres apoyo en este tema, no dudes en comunicarte con nosotros.



PERIODICO DOS NACIONES



www.dosnaciones.com.mx

Periódico Dos Naciones
 Periódico Dos Naciones
 Periodicodsnaciones

Director Editorial
Jose Roberto López Flores

Gerente General
Jorge Antonio López
(520) 988 0368

Facturación y Cobranza
Leslye Fernanda López
631 102 1544

Comercialización y Distribución

José Alberto López
631 144 9142

Tucson
Aidee Joy

haideejaz@gmail.com
(520) 878-3099

Hermosillo
662 1725077

COLABORADORES

Gustavo Gómez Pasco
Carlos Barrón López
Dra. Lilia Orduño Peña
Mtra. Alma Rivera
MDN Rafael Hernández M.
Elizabeth Marín
Mtra. Celeste Bojórquez
LLM Dante N. Talavera
Prof. Rafael Flores V.
Prof. Adrian Moroyoqui

Co,mentadas



Por Gustavo Gómez Pasco

¿BURLA?"

Como es mi costumbre, les mando mi más sincero agradecimiento y mis mayores deseos de salud y bienestar a mis inteligentes lectores y familia que les rodea, aguanten mis amigos, ya va de salida el calor, nomás esta semana y empezaran a bajar las temperaturas, animo como todos se habrán dado cuenta, se fue el peje y la catástrofe que pregonaron los jilgueros de la destrucción no sucedió, los malos augurios que desde un inicio vomitaron los periodistas vendidos, los mismos chayoteros que todos conocemos, no sucedieron, vean como no nos convertimos en otra Venezuela, no se reeligió el peje, no nos quitaron las casas, no se hizo ninguna expropiación, no hubo dictadura ni nos convertimos en comunistas ni el peso de devaluó hasta los 35 pesos como lo predijeron, tampoco hubo año de hidalgo, ni las devaluaciones acostumbradas al final del sexenio, no se aumentaron las concesiones a los extranjeros que tenían secuestrada la industria eléctrica, al contrario, se les compararon 14 plantas generadoras a Iberdrola y se compró también la refinadora Deer Park en Texas, cuando los

ratas prianistas nos dijeron que se había acabado la gallina de los huevos de oro para hacernos creer que ya no había petróleo y que pudieran comprar esos corruptos políticos a precio de risa las plataformas y yacimientos petrolíferos, se están recuperando los ferrocarriles y se aumentara su uso público en todo el país, el denostado aeropuerto internacional Felipe Ángeles termina recibiendo el premio Versalles por ser uno de los 5 más bonitos del mundo, tanto que lo atacaron los derecheros, podría nombrar más logros pero el peje no necesito nunca que lo defendiera en mis comentadas y menos ahora que se fue a la chingada (así se llama su rancho en Palenque Chiapas). Ya lo dijo el peje, no nos faltaba dinero, nos sobraban (y siguen sobrando) políticos corruptos y funcionarios ratas. ¡me estoy burlando de la poposición? ¡sí un poco! Mejor vamos a darle sus comentadas al desmaragallate que tenemos aquí, la ruiz cortines sigue siendo una cochinateda y no hay para cuando terminen, el embovedado de la tecnológico esta peor que la cortines, la remoción de las vías del centro de la ciudad no avanza, es probable que más de medio nogales no lleguemos a ver terminada esa obra y ya sabemos que es obra federal y la ejecuta el ejercito pero, ¿no hay ninguna autoridad municipal que pueda enterarse y dar actualizaciones al pueblo?, ¿no hay algún funcionario que pueda dar fe de la calidad de las obras que se hacen en nuestra ciudad?, lei hace unos días que ya se apartaron varios millones de pesos para parchar el periférico, cuando en el momento de su reconstrucción total se les hizo ver por este medio que era una obra muy corriente y presentaba muchas áreas de pavimento demasiado poroso, pues esas áreas ahora son baches, y vuelta la burra al trigo, la intención es, te contrato para hacer una obra corriente a precio de lujo y la dejas mal para que después se tenga que gastar otra millonada en repararla y si no me toca robar a mí, que robe el

siguiente, el mismo círculo vicioso de siempre Ahora dos reconocimientos, Las líneas blancas entre los carriles en la curva de la zaid fueron por fin repintadas, eso evita que los sonos invadan los carriles, y de especial manera, Gracias a oomapas por atender un llamado de auxilio pues por

la calle donde vivo estaba un tapón tamaño elefante en el drenaje y ocasionaba fuga en la calle y hasta dentro de las casas, fue atendido de inmediato. Gracias muchachos, es su trabajo, pero lo han hecho muy bien.

OPORTUNIDAD



Mac 2013 Core i7
Monitor 27pulgadas
16gb Ram
1tb Hdd
Teclado Y Mouse

Informes  **631-304-4680**

Con la atención que su mascota se merece



Clinica Veterinaria

VETSON

De Pequeñas y Grandes Especies....

Atención Profesional

Estética Canina

Clinica  Cirugía  Vacunación  Desparasitación  Vitaminas

Ingenieros 318, Fundó Legal, Centro, 84030 Nogales, Son.  **631 312 2210**

Clinica Veterinaria Vetson





Dar y recibir

La importancia de la catrina en el Día de los Fieles Difuntos

Por Elizabeth Marín
elyzmarin@hotmail.com

La Catrina es un ícono emblemático del Día de los Fieles Difuntos en México y su significado va más allá de su apariencia elegante y distintiva. Esta figura representa la igualdad frente a la muerte, recordándonos que no importa nuestra posición social o económica, todos enfrentaremos el mismo destino. La Catrina simboliza la idea de que la muerte es una parte natural de la vida y que todos somos iguales una vez que cruzamos hacia el más allá. A través de su imagen esquelética y vestuario elegante, nos recuerda que no importa cuán ricos o poderosos seamos en vida, al final todos compartimos la misma suerte.

Al hacer hincapié en la igualdad ante la muerte, la Catrina nos invita a reflexionar sobre la importancia de valorar la vida y las relaciones humanas.

Nos recuerda que debemos aprovechar cada momento y apreciar a nuestros seres queridos mientras están aquí, ya que todos estamos destinados a convertirnos en polvo algún día.

La Catrina nos inspira a celebrar la vida y honrar a nuestros seres queridos fallecidos en el Día de los Muertos.

A través de su figura, aprendemos a aceptar y abrazar la realidad de la muerte, encontrando consuelo en la idea de que todos somos iguales en la eternidad.



Compra y venta de tarimas
nuevas y usadas

Fabricación de crates para
embarques aéreos y terrestres

Fabricación de embalajes
especiales para maquinaria

Variedad en tipos de madera:
Canadiense (HT), Mexicana,
Encino (Hard Wood) y Reciclada



Administración de
inventario IN-HOUSE

Entregas "Justo a tiempo"

Personal capacitado en
Ing. de Diseño

Dos hornos para aplicación
de Tratamiento Térmico

Facturación a empresas
bajo el Régimen IMMEX

Aserradero propio para dar
Respuesta Inmediata

Tels. (631) 314-4483, (631) 314-4484
Fax (631) 314-4493

Blvd. Del Sur #491, Col. Colinas del Yaqui, Nogales Sonora CP 84093

atencionacientes@proeser-mexico.com

www.proesermexico.com

Empresa certificada por la NOM-144-SEMARNAT-2015

De Oportunidad!!

Se vende

Equipada
Cocina integral
Boiler
Aljibe de gran capacidad
Tanque estacionario



Calle Santa Lidia #13
Fracc. Santa Lucía



Información al:
6311681672
Jesús Cervantes

4 recamaras con baños parte alta
1/2 baño parte baja

Cocina
Comedor
Sala
Estancia
Cuarto de lavado
Patio extenso
Cochera eléctrica

www.gruasdeltac.com

Gruas Delta

Servicio a la union americana

24
HRS



Servicio de movimientos industriales
(Rigging and Lifting) 15, 45 y 115
toneladas de capacidad

Renta de Montacargas

Elevadores hasta 15 Toneladas

Servicios de altura con canastilla
hasta de 45 metros

Servicio de auxilio vial

Traslado de vehículos

Apertura de vehículos

Paso de corriente

Cambio de llantas

GRUAS INDUSTRIALES
GRUAS DE PLATAFORMA
GRUAS DE ARRASTRE
GRÚA TIPO RABÓN
GRÚA TIPO TRAILER
MONTACARGAS



oficina182@gruasdeltac.com



Calle Ruiz Cortines No.1263 Col. Altamira



Prol. Ave. Obregon 4119-A



631129 1624



6313180910

Hablemos de...

Culiacanazo, reflejo de nuestra realidad como país



MDN. José Rafael Hernández Mercado

Al momento de escribir estas líneas han pasado ya dos meses del inicio del terror para los habitantes de la capital sinaloense, el ya famoso culiacanazo, dos meses de calles desoladas, incertidumbre, temor y zozobra ante los constantes disturbios, encontronazos y balaceras entre dos bandos del crimen organizado, dos meses de guerra, literalmente hablando.

El detonante y las primeras contradicciones y falsedades

El 25 de julio del presente año se difunden dos noticias importantes y que serían el detonante para la serie de sucesos que se han venido dando en la capital sinaloense, las autoridades presentan como hechos aislados y sin relación la muerte de Héctor Cuén, político sinaloense y que entre sus funciones se desempeñó como rector de la UAS, presidente municipal de Culiacán, legislador del Congreso local, y fundador y líder indiscutido de su propia fuerza política, el Partido Sinaloense (PAS) y la detención de Ismael "el mayo" Zambada, la causa de la muerte se presenta como un asalto y de Zambada se dijo que partió de Hermosillo y fue detenido en El Paso, Texas, sin embargo es el mismo Zambada García quien a través de una carta refuta a las autoridades la versión oficial, tanto de su detención como de la muerte de Héctor Cuén, "Eso no es lo que pasó. Él fue asesinado en el mismo momento y en el mismo lugar donde yo fui secuestrado". De acuerdo con este mismo, documento difundido por el representante legal del capo mexicano, Frank Pérez, con el testimonio del propio "Mayo" Zambada, el capo fue "emboscado" durante lo que presuntamente fue una reunión con Joaquín Guzmán López, hijo de "El Chapo" Guzmán y líderes políticos del

estado Sinaloa, entre ellos Héctor Cuén —asesinado el día de la detención de Zambada— y el gobernador Rubén Rocha, el tiempo y las mismas autoridades han validado esta versión.

Las autoridades

Con la ciudad en llamas, al escuchar y leer las declaraciones de las autoridades de los diferentes niveles del gobierno uno no puede menos que asquearse ante el cinismo, el descaró y la desvergüenza de quienes deberían de protegernos. López Obrador, que para esas fechas ya estaba prácticamente en sus últimos días al frente de la presidencia de la República y con la desfachatez que siempre le caracterizo declaraba "todo esta tranquilo, solo es una campaña de desprestigio de los conservadores, hay que pedirles a estos señores que actúen con responsabilidad". Por su parte Rocha Moya hizo un llamado a la población de Culiacán a mantener la calma: "La situación que ha trascendido, está siendo atendida y se focaliza fuera de la ciudad", dijo en sus redes sociales. Mientras tanto El mando militar de mayor rango en Sinaloa reconoció que volver a la paz no depende de las fuerzas de seguridad sino de los grupos criminales.

Claudia Sheinbaum

El relevo presidencial, para algunos ilusos, representaba la oportunidad de darle fin a esta situación, lamentablemente no ha sido así, la presidenta esta mas preocupada por desviar la atención hacia otros asuntos, esta mas preocupada por reclamarle a Estados Unidos su injerencia y a Felipe Calderón por su guerra al narcotráfico que por solucionar la situación en Culiacán, al respecto declara que la estrategia implementada por AMLO, la de "abrazos, no balazos" esta dando resultados y que así continuara.

La tragedia

Al momento los muertos se cuentan por cientos y ya nos hablemos de desaparecidos, las calles lucen desoladas y la economía de, los culichis esta por los suelos.

A la clase política solo me resta decirle, señores, la víctima no es Rocha Moya, las víctimas son todos los habitantes de la capital sinaloense, ojala así como lo apoyan a él, protegieran a los sinaloenses.



SEGURIDAD MSP

La seguridad no es un gasto, es una inversión

Aprovecha este mes
Par de Camaras PTZ
a solo

\$2300.00

Equipos Innovativos, Inteligentes y Seguros




SCAN ME

ESCANEAR PARA INFORMACIÓN

6311770903

seguridadmsp631@gmail.com

f Seguridad MSP
i Seguridad MSP 631

POLIUR EPOXICOS

Pisos para la industria

Somos una empresa especializada en la aplicación de tratamientos para pisos de concreto, utilizando los equipos mas modernos para preparación de superficie y materiales de calidad, cuidando el medio ambiente.



NUESTROS SERVICIOS

- | | | |
|---|--|--|
| 1. DSW (Sistema Plano y Nivelado) | 4. Membranas (Impermeabilización de PVC) | 7. Mantas antibacteriales |
| 2. Recubrimientos Epoxicos de alta calidad y estética | 5. Pisos Conductivos y disipativos | 8. Acabados para Hospitales y Clínicas |
| 3. Abrasivos Comestibles para uso pesado | 6. Alfombra Modular | 9. Mayores acabados Industriales |

ATENDEMOS EL SECTOR INDUSTRIAL

www.poliurepoxicos.com



Ing. Enrique Meliton Bolanos

Cel. 662 2811482

Atención al cliente y ventas en: Nogales, Sonora, México



"El ejercicio debería ser entendido como atributo al corazón." Gene Tunney

Entrega UES reconocimiento "Orgullo Berrendo" a David Valdez

Hermosillo, Son.- La Universidad Estatal de Sonora (UES) entregó el reconocimiento "Orgullo Berrendo" al estudiante David Valdez Mouet, quien recientemente fue galardonado por el Gobierno de Sonora y la Comisión del Deporte del Estado de Sonora (Codeson), con el tercer lugar del Premio Estatal del Deporte 2024. Martha Patricia Patiño Fierro, rectora de la UES, felicitó al estudiante y atleta de tiro deportivo por su destacada trayectoria y le agradeció por poner en alto a Sonora y a la institución, en las diversas competencias donde ha participado. Resaltó que David Valdez Mouet obtuvo cuatro medallas de oro para Sonora en los Juegos Nacionales Conade 2024 y además, es un estudiante de alto desempeño académico en uno de los programas educativos de más exigencia, la licenciatura en Fisioterapia, en UES Hermosillo. En la reunión, la rectora también felicitó y



reconoció al entrenador, Aurelio Rafael Pérez Andreu, por el empeño y esfuerzo que ha dedicado para contribuir en la preparación de David, lo cual lo hizo ganar, en 2022, el Premio Estatal del Deportivo, como mejor entrenador.

**Publicidad al
63131 68504**

Triunfan estudiantes de Itesca en competencia estatal de ajedrez y tae kwon do

Cajeme, Son.- Con medallas de oro y plata en ajedrez y tae kwon do, estudiantes del Instituto Tecnológico Superior de Cajeme (Itesca), destacaron en la Copa Tec 2024 organizada por el Tecnológico Nacional de México (TecNM) en el campus Cananea. En ajedrez categoría femenil, Mónica

Alejandra Chávez Lugó se consagró campeona al obtener el primer lugar con un rendimiento impecable, logrando 5 puntos de 5 posibles al ganar todos sus enfrentamientos.

En la categoría varonil, David Gustavo Llamas Alfaro también dejó huella, alcanzando el segundo lugar con 4 puntos



de 5 posibles, demostrando gran nivel de juego.

Por otra parte, los estudiantes de arquitectura, Víctor Eduardo Urias Carrillo y José Daniel Salcido, obtuvieron el primero y segundo lugar, respectivamente, al participar en el Torneo Estatal de Tae Kwon Do de todos los grados.

La Copa Tec Cananea 2024 reunió a cerca de 500 deportistas de diez instituciones educativas de diferentes municipios de la entidad, quienes compitieron en diversas disciplinas como fútbol, handball, ajedrez, sóftbol, voleibol y básquetbol.



KRON RENTA DE EQUIPOS

Los mejores en alquiler y gestión de equipos de elevación y equipo menor.



✓ ELEVADORES TIJERAS, ARTICULADO Y TELESCÓPICO.

✓ GENERADORES.

✓ MAQUINARIA LIGERA:
• ROTOMARTILLO
• BAILARINA
• CORTADORA DE CONCRETO
• REVOLVEDORA
• RODILLO COMPACTADOR Y MAS...



NOGALES, SONORA
BLVD EL RAQUET #142

631 108 0303
KRONRENTADEEQUIPO@GMAIL.COM

Tres sonorenses al mundial de softbol 2025



Hermosillo, Son. - José Manuel Contreras, Sergio Celaya Chávez y Martín López León, estudiantes del Colegio de Bachilleres del Estado de Sonora (Cobach), fueron seleccionados para integrar el equipo mexicano de softbol que participará en el campeonato mundial en 2025 en la categoría U18.

Rodrigo Arturo Rosas Burgos, director general del Cobach, indicó que los alumnos fueron convocados por la Federación Mexicana de Softbol para formar parte del equipo conformado con 21 jugadores de varios estados del país, gracias a los excelentes resultados que han obtenido en diversos torneos e incluso ganado campeonatos.

Como parte de su preparación para el mundial, la Comisión Nacional de Selecciones de México llamó también a José Manuel (del plantel Caborca), a Sergio y Martín (Plantel Faustino Félix Serna-Pitiquito) a jugar contra la selección

U18 de República Checa, del 17 al 20 de octubre, en Monterrey, Nuevo León, en donde el conjunto azteca ganó cinco de los seis partidos disputados el pasado fin de semana.

Rosas Burgos deseó todo el éxito a los tres estudiantes del Colegio que han destacado en este deporte y orgullosamente representarán a Cobach, a Sonora y a México en el campeonato mundial del año entrante en sede y fecha que aún está por definirse, de acuerdo con lo informado por la Federación Mexicana. José Manuel Contreras, quien este 2024 hizo historia con el selectivo mexicano al quedar subcampeones en el Campeonato Mundial de Softbol Sub-18 celebrado en Hermosillo, ganó ahora dos de los partidos contra República Checa como lanzador.

VENTAS MONTANA

Directo a tu hogar!



VENTAS
6311412574
6313030120

3, 6 y 9 MSI

CP 84035 Municipal Nogales

526313030120

www.constructoramontanoganogales.com

SERVICIOS INTEGRALES DE SEGURIDAD Y CAPACITACIÓN

- PLANES INTERNOS DE PC
- CAPACITACIÓN DE BRIGADA DE PC
- AMBULANCIAS
- SANITIZACIÓN
- PLANES ESPECIALES PARA EVENTOS
- DICTÁMENES DE SEGURIDAD
- ESTUDIOS DE RIESGOS
- RED VS INCENDIOS
- LICENCIAS DE FUNCIONAMIENTO
- VENTA DE EQUIPO DE SEGURIDAD
- EXTINGUIDORES
- ELABORACIÓN DE PLANOS
- CAPACITACIÓN EN NORMAS DE STPS



info@drlambulancias.com



www.drlambulancias.com



PERIFERICO PONIENTE 543
COL. FUENTES DEL MEZQUITAL CP. 83240
HERMOSILLO SONORA



OFICINA 6622-125432



6621-725077

4 NOV-31 DIC

HASTA
25% DE
DESCUENTO
EN PINTURA VINÍLICA
Y ESMALTES*



PINTURAS
SHERWIN
WILLIAMS®

TEL (631) **GRECO**
313-4530

BLVD GRECO ESQUINA
KALAMATA PLAZA CUMBRES

TEL (631) **NUEVO NOG**
314-4433

CARRETERA INT. KM 7.5
LOCAL 3 NUEVO NOGALES

TEL (631) **CANOAS**
316-0150

LUIS DONALDO COLOSIO
Y CANOAS LOCAL A S/N

TEL (631) **CENTRO**
313-1627

AV. ALVARO OBREGON
NO. EXT 1005 BOLIVAR

TEL (662) **COLOSIO**
216-5972

BLVD. LUIS DONALDO COLOSIO
LOCAL 8, 965 COMPOSTELA

*Consulta productos participantes en mostrador. Aplican Restricciones. Vigencia del 1 de Noviembre al 31 de Diciembre del 2024 o hasta agotar existencias.
No aplica con otras promociones. No aplica en operaciones de crédito, únicamente pagos de contado o tarjetas de crédito (excepto American Express) en el interior de la tienda.



VIDAL

CORPORATIVO

THE NAME BEHIND IMPORT EXPORT

Más de 20 años en el mercado avala nuestra calidad,
comprometidos con nuestros clientes y el desarrollo del Comercio
y la Industria Maquiladora a nivel nacional.

IMPULSORES DE LA INDUSTRIA Y EL COMERCIO INTERNACIONAL

ES NUESTRO COMPROMISO
BRINDARLE:

- Seguridad, Rapidez y confianza en el despacho de mercancías
- Asesoría en materia aduanera y de comercio exterior
- Personal con experiencia y actualizado en comercio exterior a su servicio.

SERVICIOS ESPECIALIZADOS EN:

- Importaciones y Exportaciones IMEX
- Temporales
- Definitivos
- Cambios de régimen
- Reexpediciones
- Transferencias (pedimentos Virtuales)
- Clasificación Arancelaria de sus mercancías
- Operaciones por Ferrocarril

OTROS SERVICIOS:

- Servicio de Almacén en Nogales, Arizona
- Transporte y Cruce Fronterizo
- Servicio de Comercialización
- Embarques Urgentes "Hot Shots" hasta tu destino
- Reporte de operaciones
- Boletines sobre actualizaciones en
- Materia Aduanera y de Comercio Exterior
- Servicio "In House" para la industria maquiladora
- Importación de Automóviles
- Servicios de logística de sus mercancías puerta a puerta.



Somos una Empresa
ISO 9001-2008

En el año 2001 logramos la certificación e implementación del sistema de calidad en servicios de comercio internacional y hemos mantenido este reconocimiento logrando certificarnos cada 3 años.



Teléfono: (631) 314 7240 1204 W. Industrial Park Nogales, AZ Office: (520) 7613754

Contacto: gerencia@aavidal.com www.corporativoida.com