

IMPRESA **LIDER** NOGALES

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

Abraham Zaid #457  
Col. Luis Donaldo Colosio

631 302 8111  
631 314 3050

imprensa-lider-nogales@hotmail.com

# DOS NACIONES



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

631 2709833

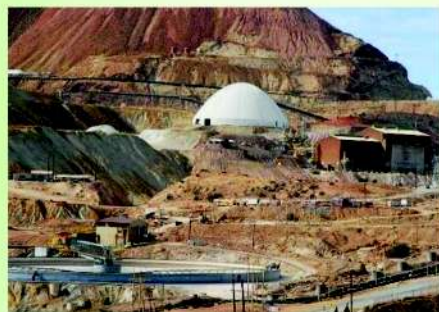
▶ Periódico Dos Naciones

[www.dosnaciones.com.mx](http://www.dosnaciones.com.mx)

f Periódico Dos Naciones

## Ofertarán más de mil plazas en la Feria del Empleo 2024

Producción minera sonorense fue líder nacional en 2023



## Avanza gestión de energía para Nogales: Gim

Ana Bernal diputada federal cobija a familias de su distrito



Producción minera sonorense fue líder nacional en 2023





## Dar y recibir

**La Familia:  
El núcleo social  
más pequeño**

Por Elizabeth Martín  
ely22marin@hotmail.com

La familia es el núcleo social más pequeño desde el que se puede hacer mucho por conseguir la paz, en la familia también hay conflictos, malentendidos, hay ofensas, malos sentimientos, malas reacciones, celos y culpas.

Nuestra labor educativa en la familia o en la escuela tiene una gran repercusión en la sociedad.

Enseñar a nuestros hijos el valor de la paz e invitarles a reflexionar sobre las situaciones molestas que han vivido en la escuela o en casa para que intenten buscar la causa y la solución, es fomentar actitudes y sentimientos de amor y conciliación con el prójimo, aquel al que tenemos al lado, que es con el que más nos solemos pelear.

Nunca nadie puede adjudicarse una victoria en los conflictos porque todos perdemos demasiado en el combate.

Nuestro compromiso con la paz es

nuestro compromiso con nuestros hijos.

\*La familia es la fuente de toda fraternidad y por eso es también el fundamento y el camino primordial para la paz.\*

# La Terraza

SALÓN DE EVENTOS

Dirección: Blvd. Del Raquet #114,

Col. Luis Donaldo Colosio

Horario de atención:

Lunes a Viernes

8:00 AM - 5:00 PM

Tel. oficina: (631) 158 1265

WhatsApp: (631) 306 4756

Correo:

laterrazasalon@outlook.com



Bodas  
XV años  
Cumpleaños  
y todo tipo  
de eventos

florería  
**Jessica**

Visita nuestra tienda, en cualquiera de nuestras sucursales.

Llama al 631 101 3808. Escribe por WhatsApp.

Compra en línea en [www.floreriajessica.com](http://www.floreriajessica.com)

Ramos Buchones  
★ Arreglos a su gusto  
Su idea la mejoramos

Aparta tu arreglo antes del 6 de Febrero y te respetamos el precio de 2023

Realiza tu pedido  
Ímuris: 632 609 4793  
Nogales: 631 312 5521  
Puerto Peñasco: 638 384 6788

Obregón y Calle Aguirre Loc. 202  
Col. Centro Nogales, Sonora.

Servicio a Domicilio

# Copy Digital

DISTRIBUIDOR AUTORIZADO  
**SHARP**



➔ **RENTA Y VENTA  
COPIADORAS Y MULTIFUNCIONALES**

➔ **CENTRO DE COPIADO**

➔ **SERVICIO TECNICO**

Periférico Luis D. Colosio  
No. 2680 L-1 Nogales, Son, Méx  
**Telefono: 631314 4255** Lada Sin Costo 01 800 267 9832



# Producción minera sonorense fue líder nacional en 2023

Hermosillo, Son.- Sonora es líder en la actividad minera a nivel nacional, y actualmente se consolida como una de las industrias más importantes en la entidad para la generación de empleos, capital humano y atracción de inversiones al ocupar el primer lugar en el país con el 31.4 por ciento del total de la producción.

Este escenario permitirá impulsar los proyectos de electromovilidad para eficientar la minería en el estado. A la fecha Sonora es el principal productor de cobre, seguido de oro, barita, fierro y plata, generando una derrama económica de 87 mil 595 millones de pesos para el estado de forma anual y los principales minerales que se extraen de las distintas zonas mineras son molibdeno, wollastonita, carbón y grafito.

En respuesta a la demanda de la industria minera hospedada en Sonora, todas las universidades del estado forman perfiles profesionales enfocados a la minería.

Eso refleja la importancia de esta actividad en la entidad, además el talento sonorense está en todo el país y el extranjero liderando proyectos mineros; todo esto ha permitido que el ingreso de los profesionistas ocupados en el sector minero sea 33 por ciento superior al promedio nacional.

Esta actividad económica que está presente en 39 municipios del estado, genera más de 20 mil 858 puestos de empleo directos, y más de 120 mil indirectos.

## RENTA PLATAFORMAS DE TIJERA AL MEJOR PRECIO



**INGENIERIA Y SERVICIOS DE MANTENIMIENTO**

**631 306 4756**  
**631 158 1265**

[ismantenimiento@outlook.com](mailto:ismantenimiento@outlook.com)



- Space Available for Lease
- Build to Suit • Dividable
- Premium Location





# Ofertarán más de mil plazas en la Feria del Empleo 2024

Organismos empresariales, y la participación del Gobierno de la Ciudad, se realizará la Onceava Feria del Empleo 2024 en la que cerca de 40 empresas de diferentes giros estarán ofertando más de mil vacantes para los buscadores de una fuente de trabajo.

En rueda de prensa llevada a cabo en las instalaciones de la Asociación de Maquiladoras de Sonora (Index), el Director Ejecutivo de ese organismo Genaro Vecerra Álvarez y el Alcalde Juan Gim Nogales, así como representantes de las distintas organizaciones camarales de la industria de transformación y del comercio organizado dieron a conocer los detalles del evento, a llevarse a cabo el próximo miércoles 31 del presente mes, de las ocho de la mañana a las tres de la tarde.

Los organizadores de esta Onceava Edición de la Feria del Empleo explicaron que los módulos de las empresas ofertadoras de empleo estarán instalados en el domo de la Universidad Binacional y ahí mismo las dependencias de los tres niveles de gobierno ofrecerán el servicio gratuito para la obtención de los documentos que les pidan quienes contraten a los candidatos a trabajar.

Informaron que, si en dado caso los buscadores de una fuente de empleo que acudan a dicho evento no cuentan con algún requisito ahí estarán presentes

funcionarios del SAT, IMSS, Infonavit, Registro Civil, Seguridad Pública, así como representantes del Servicio Nacional del Empleo, entre otros, que expedirán los documentos que se les pidan, tales como carta de no

antecedentes penales, acta de nacimiento, registro del SAT y del IMSS.

El Director Ejecutivo de la Asociación de Maquiladoras explicó que esta Feria del Empleo 2024 tiene como principal motivo atender la necesidad del sector productivo en torno a su planta laboral y sobre todo dar oportunidad a quienes no cuentan con una fuente de trabajo para que la obtengan de manera fácil e inmediata.

"Aprovecho para invitar los ciudadanos que buscan un empleo a que acudan a esta actividad que ofrecerá más de mil vacantes para meseros, electricistas, mecánicos,

cocineros, vendedores, técnicos, operadores de producción, abogados, contadores, carpinteros, profesores, camareras, recepcionistas, afanadoras y muchos más", dijo el Presidente Municipal.



## LA MAGIA DE LA Dulzura

Plaza Palomera Álvaro Obregón  
#691 local 4, Col. Centro.  
**631 690 1955**

Sucursal Tec. Avenida Terrenate  
#54 Col. Las Praderas.  
**631 162 8933**

Periférico L.D Colosio #2693,  
local 8 Plaza Galería Norte.  
**631 314 6166**

Sucursal San Carlos Av. los  
Nogales 332 local D  
**631 690 2151**

Parque Industrial, Proi. Ave.  
Obregón #3035, frente a  
Escuela Secundaria Técnica #3.  
**631 162 2227**

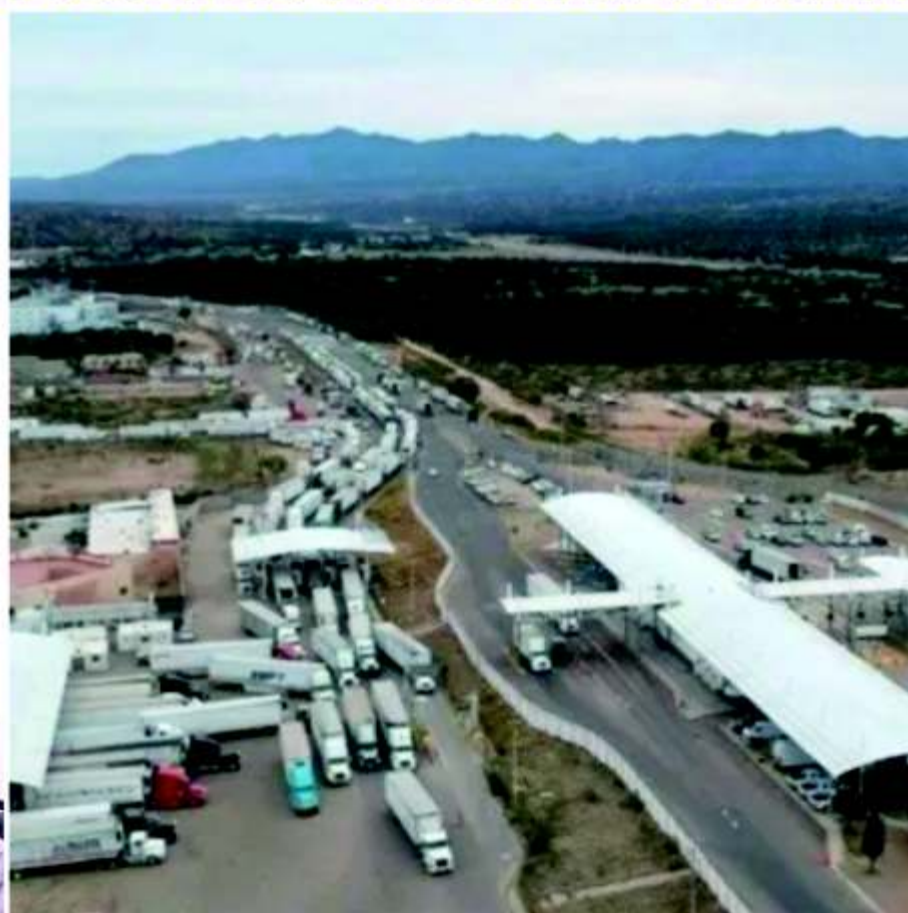


# Vital la recuperación del recinto Fiscal: Juan Gim

Uno de los proyectos más importantes para el desarrollo de La Gran Frontera es la labor que realiza el Gobernador Alfonso Durazo para el rescate de la concesión del Recinto Fiscal que vendrá a mejorar la conectividad carretera de la entidad para fortalecer la competitividad. Así lo expresó el Presidente Municipal Juan Francisco Gim Nogales al dar a conocer que la semana anterior el mandatario estatal se reunió con el Secretario de Infraestructura, Comunicaciones y Transportes Jorge Nuño Lara, para dar seguimiento a las negociaciones de recuperación de tan importante rúa por la que cruzan miles de toneladas de productos perecederos y de la industria manufacturera local y nacional. "Es un excelente trabajo el realizado por el Gobernador Durazo para la recuperación del Recinto Fiscal, considerado como un paso importante que debe modernizarse y que en manos del concesionario poco se ha hecho para mejorarlo, especialmente en cuanto a la cinta de rodamiento e instalaciones para la inspección de mercancías se refiere", expresó el Alcalde Juan Gim. Mencionó que una de las principales trabas que presenta es el hecho que el concesionario no ha aplicado los recursos destinados por el gobierno federal para su rehabilitación y ahorita presenta una deuda superior a los 600 millones de pesos y que sólo han sido registrados 220 en la aplicación de los

recursos federales destinados para su mejoría. Los momentos de desarrollo que presenta Nogales con el decidido apoyo del Gobierno del Estado y la Federación, que han aplicado recursos trascendentales para mejorar las vías de comunicación terrestres son evidentes, por lo que el primer edil ponderó el interés para impulsar a La Gran Frontera al mercado global con la construcción de obras de gran envergadura. Señaló que ha sido informado por parte del Ejecutivo Estatal que es interés del Gobierno del Estado controlar el 49 por ciento del Recinto Fiscal porque esta rúa es considerada de vital importancia para el movimiento comercial que se espera a corto plazo con E.U.

Nogales sigue siendo el centro de atención de los gobiernos estatal y federal para promover el comercio internacional, por ello los proyectos de mejoramiento carretero, reubicación de las vías del tren y rehabilitación y construcción de las instalaciones de las distintas garitas", terminó diciendo el Presidente Municipal Juan Francisco Gim Nogales.



 **Oficinas & Más**

**NUEVO AÑO**   
**NUEVOS Espacios**



**Acrópolis #161, Col. Kennedy**

 Tel: 631 209 0700

 [info@oficinasymas.com.mx](mailto:info@oficinasymas.com.mx)

 [www.oficinasymas.com.mx](http://www.oficinasymas.com.mx)





By Dr. Lilia Orduño Peña (Doctor LI)

## This is My Year

Human beings are ritualistic beings. Our unconscious, with all its neuroanatomy and neurophysiology, understands through certain acts the closing of one cycle and the beginning of another. That is why in the New Year there are already universal traditions that have been transmitted from generation to generation. I consider that the most significant is to have a list of resolutions. It is exciting to contemplate positive changes that will impact our personal lives and those around us. Beyond the novelty, which we hope never lasts just a couple of weeks, but rather perpetuates the spirit and attitude until the desired success is achieved, there are resolutions that must always be considered. Although they are small acts, they will undoubtedly improve our health and with this, in this vehicle we call the

human body, we will be able to get one step closer to our goals.

The first would be: drink more water. You've probably already bought your 3 liter thermos to track how much water you drink (which is great), now it's time to repeat that for the next 366 days (considering we're in a leap year). Staying hydrated will help you improve your overall health, since it is related to all metabolic activity, from the production of energy for our body to maintaining smooth and hydrated skin. If you do physical activity, consider the consumption of oral electrolytes, depending on the type of activity you do. Also, consider leaving behind drinks with high levels of sugar or energy drinks; instead, look for alternatives such as plain water, coffee or tea.

Another resolution that goes hand in hand with water consumption is to improve nutrition. This does not mean entering into highly restrictive diets, which will most likely end in binge eating. It is about healing the relationship with food, recognizing it as our source of energy. To do this, it is important that, first of all, you are realistic in how you will measure your progress so that you are sustainable in the long term. It's about creating and maintaining a lifestyle. Sleep is another habit that must be taken care of. Did you know that our brain stores long-term memory while we sleep? Sleeping with proper sleep hygiene habits is related to maintaining healthy blood pressure, as well as better stress management,

maintaining body weight, improving mood, and helping with the development of motor skills. Now, a tip: Muscle is made while you sleep. Always remember to consult your doctor if you have any questions. Each age range has specific protocols for an annual checkup. In your list of goals, try to add having at least one general medical, urological or gynecological check-up (depending on your case), an ophthalmological and a dental check-up. Take it easy, you have the whole year. I remember listening to your body and always treating it gently. I wish you all the best for 2024, may it be a year full of new beginnings, prosperity and above all, good health.



PERIODICO DOS NACIONES



www.dosnaciones.com.mx

f Periódico Dos Naciones  
 YouTube Periódico Dos Naciones  
 S Periodicodosnaciones

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



Por Dra. Lilia Orduño  
Peña  
(Doctora Li)



atracones. Se trata de sanar la relación con los alimentos, de reconocerlos como nuestra fuente de energía. Para ello es importante que, en primer lugar, seas realista en cómo medirás tu progreso para que seas sostenible a largo plazo. Se trata de crear y mantener un estilo de vida.

El sueño es otro de los hábitos que se deben de cuidar. ¿Sabías que nuestro cerebro almacena la memoria a largo plazo mientras dormimos? El dormir con hábitos de higiene de sueño adecuados tiene relación con el mantenimiento de una presión arterial saludable, así también con un mejor manejo del estrés, mantenimiento de peso corporal, mejora el estado de ánimo y ayuda con el desarrollo de habilidades motoras. Ahora, un tip: El músculo se hace mientras duermes. Recuerda siempre consultar a tu



médico si tienes alguna duda. Cada rango de edad cuenta con protocolos específicos para un chequeo anual. En tu lista de propósitos procura agregar realizarse por lo menos un chequeo médico general, urológico o ginecológico (dependiendo de tu

caso), un chequeo oftalmológico y un chequeo odontológico. Llévalo con calma, tienes todo el año. Recuerdo escuchar a tu cuerpo y siempre tratarlo con gentileza.

Te deseo todo lo mejor para este 2024, que sea un año lleno de nuevos inicios, prosperidad y sobre todo, buena salud.

## Este será mi año

Los seres humanos somos seres ritualísticos. Nuestro inconsciente, con toda su neuroanatomía y neurofisiología, comprende a través de ciertos actos el cierre de un ciclo y el inicio de otro. Es por ello que en Año Nuevo existen ya tradiciones universales que se han transmitido de generación en generación; considero que el más significativo es tener una lista de propósitos.

Los propósitos son aquellas metas, pequeñas, medianas o grandes, que queremos lograr en estos siguientes doce meses. Es emocionante contemplar cambios positivos que impactarán en la vida personal y en quienes nos rodean.

Más allá de la novedad, que esperemos nunca dure solamente un par de semanas, sino que perpetúe el ánimo y la actitud hasta alcanzar el éxito deseado, existen propósitos que se deben de considerar siempre. Si bien, son actos pequeños, sin duda mejorarán nuestra salud y con ello, en este vehículo al que llamamos cuerpo humano, podremos acercarnos un pasito más a nuestros objetivos.

El primero sería: tomar más agua. Probablemente ya hayas comprado tu termo de 3 litros para monitorear cuánta agua bebes (lo cual es genial), ahora es repetir eso los siguientes 366 días (considerando que estamos en año bisiesto). Mantenerse hidratado te ayudará a mejorar tu salud en general, puesto que está relacionado con toda actividad metabólica, desde la producción de energía para nuestro cuerpo hasta el mantener una piel tersa e hidratada. En caso de que realices actividad física considera el consumo de electrolitos orales, dependiendo del tipo de actividad que realices. Así también, considera dejar atrás las bebidas con altos niveles de azúcares o las bebidas energizantes; en su lugar, procura alternativas como agua simple, café o té.

Otro propósito que va de la mano con el consumo de agua es mejorar la alimentación. Esto no significa entrar a dietas altamente restrictivas, que muy probablemente terminen en

# EL PARQUE DE LAS Y LOS NOGALENSSES EN RENOVACIÓN





# Avanza gestión de energía para Nogales: Gim

Con la ampliación de la empresa Black & Decker, así como de otra próxima a abrir sus líneas de producción y que en conjunto crearán entre mil y mil 500 empleos, afirmó el Alcalde Juan Francisco Gim Nogales.

Sin embargo reconoció que se requiere la disponibilidad de energía por parte de la Comisión Federal de Electricidad (CFE), gestión que desde el año pasado se inició ante dicha empresa de gobierno.

Para ello empresarios de Nogales acompañaron al Gobernador ante el titular de la CFE para hacer las gestiones y Nogales cuenta con más infraestructura eléctrica para atender las necesidades de nuevas empresas. Gim Nogales dijo que los principales retos de su gobierno para garantizar su continuación en la senda de ciudad competitiva a La Gran Frontera es reforzar y mejorar las estrategias de seguridad, ampliar la capacidad de servicios como agua potable, movilidad y limpieza de la ciudad, así como la captación y distribución adecuada y suficiente de energía para mover la productividad.

"Nogales es un atractivo permanente de los inversionistas de la industria manufacturera internacional porque cuenta con un alto nivel académico con los servicios de múltiples instituciones de educación profesional que constantemente ponen a disposición

del mercado laboral la invaluable mano de obra y conocimiento de sus egresados", expuso.

Nogales continuará siendo una ciudad competitiva porque el Gobierno de la Ciudad trabaja coordinadamente con el Estado y la Federación para fortalecer la seguridad pública y mejora en los servicios básicos necesarios y con la energía adecuada para atender las necesidades de los inversionistas extranjeros, especialmente en el ramo de la industria manufacturera para crear nuevos empleos y ofrecer bienestar a la población.

El Presidente Municipal Juan Francisco Gim Nogales reiteró que La Gran Frontera continúa su galopante paso al progreso en la búsqueda del bienestar de sus habitantes, especialmente en lo que se refiere a la creación de empleos bien remunerados para garantizar el desarrollo de las familias nogaleses.

Recordó que recientemente Nogales fue reconocido como una de las ciudades con mayor competitividad en

cuanto al mercado laboral se refiere, por lo que insistió que se aprovechará al máximo el "nearshoring", para atender las necesidades de las empresas del país contratante en cuanto a la mano de obra, productividad y traslado de las mercancías al mercado se refiere, en este caso de Estados Unidos.

"Hace dos o tres meses el Instituto Mexicano de Competitividad, (IMCO), calificó a Nogales como una ciudad competitiva y déjeme decirles que este tipo de reconocimientos no se alcanzan de la noche a la mañana, sino que se requiere de un trabajo constante, coordinado y solidario con todos los entes productivos, sociales y gubernamentales de Sonora y México", expresó el primer edil.

"Y para sostener ese posicionamiento entre las ciudades que mayor capacidad tiene para ofrecer trabajo, seguiremos promoviendo la ciudad para atraer más inversión, especialmente en el rubro industrial,

porque la industria manufacturera es el motor que mueve a Nogales, generador de empleos, transferencia en tecnología, que derivan en una frontera con índices altos de salario", insistió Gim Nogales.

"Vamos a mantenernos en este camino de gestión, promoción y atracción de inversión porque es la senda correcta del progreso y bienestar de una ciudad, porque el empleo nos da seguridad y nos evita situaciones que trastocan la tranquilidad de sus habitantes", señaló.

En cuanto a la participación de los empresarios locales inmiscuidos en el ramo industrial, mencionó que se ha avanzado, junto con el Gobierno del Estado en el diálogo con la Federación para garantizar el adecuado suministro de energía para su productividad.

De acuerdo a desarrolladores y empresarios del ramo hay interés de nuevas empresas por establecerse en Nogales pero la falta de capacidad de energía por parte de la CFE impide que estas inversiones se hagan realidad.



## Soluciones Para tu negocio



- Renta de personal limpieza y mantenimiento de edificio
- Por día, mes, o año.
- Contamos con REPSE.



(631) 308- 6755 (631) 195-8231 (631) 140-9846

www.SonoraInplant.com

bestrella@rhinplantnogales.com

## UNIFORMES - 631-144-0616

Xtreme

DISTRIBUIDOR

AUTORIZADO

COMPRA ESTILOS EMPRESARIALES



## PORT AUTHORITY



**MAQUINADOS PERALTA**

**DIVISION**

Agradece su confianza a las empresas



**MOVIMIENTOS  
MONTAJES Y  
MANIOBRAS**

Por permitirnos, con orgullo desde 2007, que una empresa netamente nogalense, sea parte de su gran equipo de proveedores durante el 2023, y demostrar que los sonorenses podemos cumplir con los estandares internacionales de calidad. Sin duda, su confianza y respaldo nos ha permitido consolidarnos como líder en el ramo a nivel regional, y aprovechamos la oportunidad para desear a todos nuestros clientes y amigos. En especial a los talleres de maquinados y empresas que nos respaldan en nuestras maniobras, el mayor de los éxitos en este 2024!!!



Javid de México



*Coca-Cola* Sinceramente  
*César Peralta Torres*



COMISION FEDERAL DE ELECTRICIDAD





# 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.

## Inicia en la Unison Jornada de Donación Voluntaria de Sangre

Con el objetivo de visibilizar la importancia de la donación altruista inició en la Unison la Jornada de Donación Voluntaria de Sangre, coordinada por la Dirección de Apoyo a Estudiantes de la Universidad de Sonora y el Centro Estatal de Transfusión Sanguínea. Al respecto, Aracely Ornelas Arana, coordinadora Administrativa del Programa de Salud Estudiantil, dijo que a través de esta actividad se hace una atenta invitación, especialmente a estudiantes, pero también a trabajadores y docentes que integran la comunidad universitaria, a unirse a la jornada de donación de sangre que estará presente en posteriores ocasiones en algunos departamentos de la institución.

Comentó que donar sangre también es donar vida y, además, promueve valores importantes como la empatía, solidaridad, compañerismo y reciprocidad.

"Se le hace una invitación a los estudiantes a que acudan a una charla de inducción para saber si son candidatos a donar sangre, también se hace promoción en el Departamento donde se llevará a cabo la campaña", enfatizó.

Calendario

Ornelas Arana explicó que la jornada inició este 17 de enero en el Departamento de Trabajo Social y concluye mañana, 18 de enero, en un horario de 7:00 a 13:00 horas; los requisitos básicos para ser candidato a donar son: ser mayores de 18 años, tener un peso mínimo de 50 kilos, ayuno mínimo de seis horas, contar con identificación, no haber ingerido bebidas alcohólicas 48 horas antes de la donación, no estar embarazadas y no estar en período de

lactancia.

Informó que, durante el semestre 2024-1, la unidad móvil del Centro Estatal de Transfusión Sanguínea tiene calendarizado los departamentos que visitarán; el próximo es el Departamento de Administración, los días 30 y 31 de enero.

Los días 13 y 14 de febrero se llegará al Departamento de Arquitectura y Diseño, edificio 3-0; los días 20 y 21 de febrero se visitará al Departamento de Derecho; mientras que el 27 y 28 del mismo mes se ubicarán en la unidad académica de Contaduría Pública.

En el mes de marzo, se contempla visitar el Departamento de Medicina, así como el Departamento de Deporte y Actividad Física; en tanto en el mes de abril, los días 02 y 03 será el Departamento de Ingeniería Industrial y de Sistemas y los días 09, 10 y 11 de abril se llegará al Departamento de Ciencias Químico Biológicas.



**POLIUR  
EPOXICOS**  
Pisos para la industria

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



### NUESTROS SERVICIOS

1. Preparación, Pulido y Acabado.
2. Recubrimientos Epoxicos de alta calidad y estética.
3. Tratamiento con cera para un periodo.
4. Membranas anticorrosivas de PVC.
5. Pisos Conductivos y de protección.
6. Alta Limpieza.
7. Mantenimiento de pisos.
8. Acabados para Hospitales y Cuartos Limpios.
9. Muebles a edificios industriales.

ATENDEMOS EL  
SECTOR INDUSTRIAL

[www.poliurepoxicos.com](http://www.poliurepoxicos.com)

Ing. Enrique Melliton Bolanos  
Cel: 652 2011402



**La Casa De La  
NANA**  
RESTAURANT

**DESAYUNOS Y COMIDAS  
DESDE \$125.00**

NOS UBICAMOS EN BLVD.BELLOTAS S/N FRACCIONAMIENTO



LAS BELLOTAS LOCAL COMERCIAL.  
( A UN COSTADO DE LA GASERA )



**HORARIO**

**MARTES A DOMINGO  
7:00 AM A 5:00 PM**



La Casa De La Nana Restaurant



La Casa De La Nana

**HAZ TU PEDIDO Y RECOGE**

6312769039  
6311130387  
6311005600



ATENDIENDO PETICIONES DE LOS NOGALENSES EN ESTA ÉPOCA DE FRÍO

# Ana Bernal realiza gira "Cobijando Sonora"

Más de 500 cobijas, bicicletas y roscas fueron repartidas por la diputada federal Ana Bernal durante su recorrido por parte de los 11 municipios que conforman el Segundo Distrito, donde además refrendó su compromiso con los electores y retomó nuevos compromisos. Durante los primeros días de este 2024 la legisladora federal recorrió los municipios de Agua Prieta, Cananea, Magdalena, Santa Cruz, Imuris y Nogales entregó roscas, cobijas y juguetes a los niños de su distrito.

Además durante el recorrido se estuvieron atendiendo peticiones de los ciudadanos en una gira denominada "Cobijando Sonora" con la entrega de cobijas, ante las bajas temperaturas, pero además atender las peticiones de los ciudadanos y autoridades de los municipios, con quienes se tiene una excelente relación.

Expresó que Naco también es un municipio donde se mantiene un contacto estrecho con los ciudadanos, como parte de los 11 municipios que conforman el distrito, y donde existe una gran cantidad de necesidades, y donde 500 personas recibieron cobijas al inicio de este 2024.

Entre las experiencias vividas en este recorrido, la legisladora mencionó que visitó un albergue para entregar cobijas, pero resultó que carecían de calentón por la falta de gas, y ese problema se solucionó de inmediato.

Expresó que estos recorridos a los municipios generan una gran enseñanza, por ello también se tomó nota de ocho familias de la colonia Buenos Aires que viven en un callejón, pero todas tienen al menos una persona con discapacidad.

La legisladora afirmó que se buscarán apoyos para esas familias para facilitar el acceso a sus viviendas, y dotarlos de sillas de ruedas para su movilidad.

También, dijo, nos tocó una petición una deportista, como es África Ayala, originaria de Nogales Sonora, que solicitó por medio de sus padres con una bicicleta de ruta de montaña.

África, nunca había tenido una bicicleta y



siempre había entrenado y competido con bicicletas prestadas.

En febrero tiene una competencia y no podría asistir, si no tenía una bicicleta de ruta propia.

¡Hoy ella competirá! Estoy sumamente orgullosa de nuestros deportistas que llevan en cada competición el nombre de nuestro estado, afirmó Ana Bernal.



[www.tucsoncontainer.com](http://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**



# Atienden educación y desarrollo comunitario en Condado Santa Cruz

Nogales, Arizona.- El Comité de Asuntos Gubernamentales de la Cámara de Comercio del Condado de Nogales-Santa Cruz expresa su gratitud a los miembros de la comunidad y líderes empresariales por su asistencia a la Mesa Redonda de este mes, gentilmente organizada por el Distrito Escolar Unificado de Nogales #1.

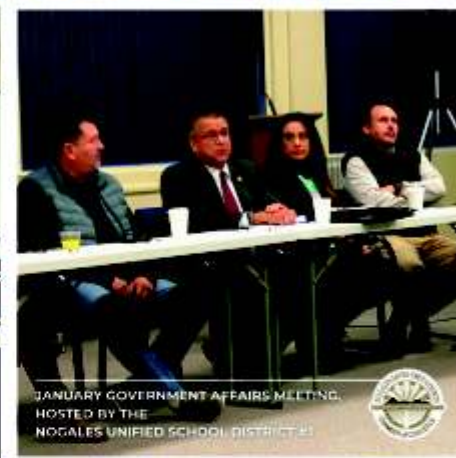
Los oradores invitados, incluida la Sra. Angel Canto, Superintendente de N.U.S.D. #1, compartió información integral sobre las próximas elecciones especiales, centrándose en la iniciativa de bonos y la anulación. Además, el Sr. Greg Lucero, N.U.S.D. #1 y miembro de

la Junta de Colegios Comunitarios Provisionales del Condado de Santa Cruz, explicó en detalle las iniciativas de desarrollo de la fuerza laboral local.

Esta reunión bimestral fomentó debates informados, contribuyendo significativamente al discurso actual sobre educación y desarrollo comunitario en nuestra región.



JANUARY GOVERNMENT AFFAIRS MEETING,  
HOSTED BY THE  
NOGALES UNIFIED SCHOOL DISTRICT #1



JANUARY GOVERNMENT AFFAIRS MEETING,  
HOSTED BY THE  
NOGALES UNIFIED SCHOOL DISTRICT #1



JANUARY GOVERNMENT AFFAIRS MEETING,  
HOSTED BY THE  
NOGALES UNIFIED SCHOOL DISTRICT #1



JANUARY GOVERNMENT AFFAIRS MEETING,  
HOSTED BY THE  
NOGALES UNIFIED SCHOOL DISTRICT #1

BOLETÍN BISTURÍ | JOSÉ LUIS PARRA

## JOSÉ LUIS PARRA

El fracaso del socialismo se evidencia cuando se agota el dinero... de los otros", decía Margaret Thatcher. Esta afirmación parece resonar en el cierre del sexenio de López Obrador.

Recientemente, en redes sociales surge un run run: de la mano del Banco de México, AMLO estaría incrementando la masa monetaria, duplicándola desde 2018, pero sin el respaldo de una producción correspondiente de bienes y servicios. En términos claros, el gobierno de la 4T ha obtenido acceso a la impresora de billetes y no duda en utilizarla.

A pesar de que el Banco de México es teóricamente colegiado y autónomo, es bueno recordar que tres de los cuatro subgobernadores fueron nombrados por el presidente.

Esto podría explicar la inflación.

Tanta obra faraónica de López Obrador nos salió caro.

Al acabarse los préstamos y los fideicomisos, ahora usará la técnica infalible de las repúblicas bananeras latinoamericanas: Imprimir más billetes. Mirando hacia Argentina, encontramos un botón de muestra.

Durante la presidencia de Cristina Fernández de Kirchner, el gobierno tomó control de la Casa de Moneda y comenzó a imprimir dinero a un ritmo acelerado para cubrir los intereses de su creciente deuda. Esa cobardía de no afrontar la deuda,

causó que hoy en día el 40% de los argentinos no tengan para comer.

En México, el panorama no es más alentador.

Según una nota de Reforma, este sexenio ha marcado un récord en la fuga de capitales. Se ha registrado una salida de 349 mil 858.5 millones de pesos de capital extranjero invertido en México.

Gabriela Siller, directora de Análisis de Grupo Financiero Base, destaca que el

sexenio de López Obrador sería el primero desde la administración de Ernesto Zedillo en registrar una salida neta de capital, sumando 68 mil 969.68 millones de pesos. Siller descarta la pandemia como causa principal, apuntando que la fuga comenzó en febrero de 2019, antes del COVID-19.

La incertidumbre sobre la política económica interna parece ser el factor determinante.

Este fenómeno se intensificó en mayo de 2023, cuando el gobierno federal

## El costo de imprimir sueños: Inflación y fuga en tiempos de AMLO

intervino las instalaciones de Ferrosur. Ese mes, se registró una fuga de 64 mil 895.08 millones de pesos, aproximadamente 3 mil 623.15 millones de dólares, según datos de Banxico.

La disputa por las concesiones y la eventual expropiación de las vías férreas tuvieron un impacto en la economía, el único ganador fue Germán Larrea, mientras los mexicanos resultamos ser los grandes perdedores.

Victor Gómez, director de Analítica de datos del Instituto Mexicano para la Competitividad (Imco), sugiere que si el

mismo partido político gana las próximas elecciones, podría continuar la tendencia de salida, aunque no necesariamente bajo el concepto de fuga.

Carlos González Barragán, profesor e investigador del Tec de Monterrey y de la UDEM, señala que al cierre del año pasado, se observó una reducción del 16% en el capital extranjero invertido en México.

Los capitales no confían en López Obrador.





# Energía solar fotovoltaica y economía circular

El uso de energía solar fotovoltaica eventualmente contribuirá a que México alcance el Objetivo de Desarrollo Sostenible 7 emitido en la conferencia de Beijing, China, en 2015, cuyo contenido promueve el acceso universal a energía asequible, segura, moderna y sostenible, fundamental para la reducción de la pobreza, al ser facilitador crítico del desarrollo (ONU, 2015).

Entre las más importantes ventajas que ofrece a la salud del planeta el uso de la energía solar fotovoltaica, destacan: no genera gases efecto invernadero, minimiza el cambio climático, reduce la huella de carbono y los excedentes de energía son compensables. Por otro lado, la vida útil de los paneles fotovoltaicos alcanza los treinta años, su mantenimiento es asequible, no emiten

ruido, su instalación es fuente de empleos verdes y representan una alternativa al uso de combustibles fósiles que contribuye a alcanzar la soberanía energética sostenible (Sener, 2017).

La Agencia Internacional de Energías Renovables estima que en el 2050 se estarán generando 78 millones de toneladas de residuos fotovoltaicos, por lo que es necesario que en México, como una medida de prevención de ese fenómeno, se actualicen legislaciones y políticas públicas que consideren la economía circular: rediseñar, reducir, reutilizar, reparar, renovar, recuperar, reciclar (Irena, 2016).

Una investigación realizada en el Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo (CIAD) tuvo el objetivo de realizar el análisis estadístico de las

variables meteorológicas (radiación solar, temperatura, humedad relativa, precipitación y velocidad del viento) para determinar su grado de incidencia en la generación de energía de la planta solar fotovoltaica La Orejana de Hermosillo, Sonora.

Los datos se obtuvieron de la estación meteorológica automática Chipilón, correspondiente al área de análisis. Los resultados obtenidos indicaron que la temperatura, la humedad relativa y la radiación solar son las variables meteorológicas que influyen en la generación de energía fotovoltaica.

Hallazgos

La capital sonorense tiene una situación geográfica privilegiada para la producción de energía solar fotovoltaica; sin embargo, no cuenta con un lugar

específico para la disposición final de residuos fotovoltaicos donde puedan ser recicladas o reutilizadas sus partes.

Las celdas fotovoltaicas tienen componentes tóxicos que requieren de un lugar adecuado para su disposición final (Céspedes, et al., 2020). La transición hacia un modelo energético sustentable debe de realizarse con una acertada planeación gubernamental, liderazgo, ética, transparencia y acceso a la información para que esta transición contribuya a que Hermosillo sea más competitivo e innovador y atraiga más talento e inversión que genere una mejor calidad de vida para su población.

**Autoras(es):** *María Guadalupe Cantú Córdova, egresada de la maestría en desarrollo regional, y Vidal Salazar Solano, investigador de la Coordinación de Desarrollo Regional del CIAD.*



Que no te sorprendan los amantes de lo ajeno... Contamos con la solución

# MSP

Multisistemas de Protección y Seguridad



Para mayor seguridad de tu casa y de los tuyos.  
No quites los ojos de tu hogar...



6311086140  6311770903



# Consejos para cumplir los propósitos de salud de año nuevo

Lograr un estado óptimo de salud es uno de los propósitos que los mexicanos más comúnmente persiguen al iniciar un nuevo año. Sin embargo, este compromiso es abandonado con frecuencia en los primeros meses. Hoy le daremos recomendaciones que le ayuden a lograr esta meta.

Los siguientes consejos son sugeridos por Humberto Astiazarán García, profesor investigador de la Coordinación de Nutrición del Centro de Investigación en Alimentación y Desarrollo (CIAD), y por la nutrióloga clínica Ana Teresa Limón Miró, egresada del doctorado en ciencias de esta institución.

Acuda con un profesional de la nutrición "Ponerse a dieta" es uno de los propósitos más comunes, sino es que el más popular. No obstante, los planes de alimentación restrictivos, es decir, aquellos que prohíben contundentemente la ingesta de determinados alimentos, por lo regular llevan al fracaso, pues someten a las personas a niveles de ansiedad extraordinarios al prohibir el consumo y racional las porciones de la comida en esquemas que eventualmente son insostenibles por falta de voluntad o por encontrarse fuera de la realidad de la vida cotidiana. Lo mejor es acudir con un nutriólogo(a) que diseñe una dieta individualizada acorde al estado de salud de cada individuo y a sus posibilidades de adquisición de alimentos y que busque controlar el peso fomentando buenos hábitos alimenticios y de salud, sin estresar

al paciente o sugerirle alimentos fuera de su alcance o interés.

Los nutriólogos deben comprometerse con cada uno de sus pacientes y partir de su diagnóstico nutricional y características iniciales para establecer junto con él metas factibles y saludables. Debe evitarse dar copias de la misma dieta sin adaptarla a cada persona.

Lo más recomendable es que el profesional de la salud haga una valoración física de manera personal, pero debido a la actual contingencia sanitaria se han vuelto populares las consultas online. Si usted utiliza esta opción, es muy importante que se cerciore de que la persona a la que consulta sea un profesional certificado por una institución académica, así como por las autoridades gubernamentales, para brindar este tipo de servicio.

## No busque "productos milagro" o estrategias extremas

El mercado está plagado de productos que ofrecen ayudar a perder peso sin ningún otro esfuerzo más que el ingerir una pastilla o cápsula o usar un ungüento; muchos de estos se promocionan, incluso, como alternativas naturales.

También hay diversos productos que se

ostentan como potenciadores del sistema inmune, aprovechándose de una publicidad engañosa y sin ningún sustento científico que los respalde. La realidad es que solo debe ser un profesional de la salud el que indique el consumo de un fármaco, mismo que deberá estar avalado por la Comisión Federal para la Protección contra Riesgos Sanitarios (Cofepris). De igual forma, los "suplementos" deberán ser recomendados por un profesional de la salud exclusivamente cuando se requieran para subsanar alguna deficiencia, a fin de evitar un riesgo para la salud.

## No hay pretextos: sí se puede

Una de las cosas que hemos aprendido en los últimos años es el descubrimiento de que podemos realizar desde casa muchas tareas que antes no creíamos posibles. Si bien es cierto que existe una diferencia entre el disfrute de ejercitarse al aire libre, en un gimnasio o en casa, no hay que perder de vista que lo importante es lograr la disciplina de realizar actividad física de baja o moderada intensidad por lo menos cuatro días a la semana.

Si somos flexibles, veremos que un espacio de dos metros cuadrados en el hogar es más que suficiente para hacer ejercicios de estiramiento, yoga, pesas o

rutinas aeróbicas que pueden transformar positivamente nuestra salud.

No hay duda de que el secreto para lograrlo es mantener constante la fuerza de voluntad que nos empuje a mantener este hábito, por lo que también puede respaldarse en el apoyo de su familia o de un entrenador(a) que le ayude a alcanzar sus objetivos.

## Erradicar malos hábitos

"Si supiera que el mundo se acaba mañana, yo hoy todavía plantaría un árbol", dijo una vez Martin Luther King, lo cual nos recuerda que nunca es tarde para dejar malos hábitos que afectan nuestra salud, como fumar, comer en exceso, ingerir alcohol sin moderación o usar sustancias nocivas.

Si usted se ha comprometido en erradicar un vicio, lo más recomendable es que se apoye en la experiencia en un especialista en adicciones. Existe un programa de salud pública del gobierno federal gratuito llamado "La línea de la vida", de la Comisión Nacional contra las Adicciones, donde le pueden orientar por vía telefónica (01 800 911 2000) en el caso de requerir ayuda con el consumo de sustancias adictivas.

## Un esfuerzo integral

A veces se cree que lograr un buen estado de salud se trata solo de aprender a comer o de empezar a hacer ejercicio; sin embargo, aunque ambas cosas son de vital importancia, hay muchos otros hábitos que repercuten también a la hora de controlar el peso, como dormir entre siete y ocho horas diariamente, reducir el estrés, mantenerse bien hidratado y erradicar el abuso de sustancias tóxicas, etcétera.

Así que si estar más sano(a) para vivir mejor es uno de sus propósitos de año nuevo, no dude en acercarse a un profesional de la salud; existen muchos programas en los sistemas de salud pública que le pueden orientar gratuitamente a lograr sus objetivos y que, sobre todo, están basados en la evidencia científica.



Venta de refacciones

**REFACCIONARIA LOS MOCHES**

General

Torneado de

Disco y Tambores

Reconstrucción de Balatas

Carrocería y Auto

**NUEVA UBICACIÓN**

refacciones\_losmoches@hotmail.com

Calle Natación No. 106 Col. El Rastro  
Nogales, Sonora. **Tel. 3152184**

**VETERINARIA**

**MVZ. DIPL. José Ariel Félix Ortiz**

UNIVERSIDAD AUTONOMA DE SINALOA  
DIPLOMADO EN MEDICINA, CIRUGIA Y ZOOTECNIA  
EN PERROS Y GATOS

UNAM CED. PROF. 1611824

**Además tenemos ESTETICA CANINA PROFESIONAL**

**YA ABRIMOS**

**SUCURSAL "ALAMOS"**

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

DEL SOL

SI USTED NO PUEDE TRAERLO NOSOTROS VAMOS POR SU MASCOTA

Tel. 631-31-484-97

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



# Co,mentadas



Por Gustavo Gómez Pasco

## "Seguridad"

Estos son Tiempos de fiestas navideñas, de regalos y de convivencia familiar y eso es lo que sinceramente les deseo a todos mis inteligentes lectores, que la pasen rodeados de sus familiares y lejos del frío que ya se nos dejó venir, mucha salud y prosperidad para todos ¡¡Felices Fiestas!!

Uno de los temas que más temen abordar nuestros políticos es el de seguridad y si, es muy escabroso, pero en ese sentido quizá nosotros no podamos hacer muchas cosas para contribuir, quizá la denuncia anónima, pero el riesgo es mucho por no saber ni con quien se está hablando, pero hay algunas cosas en la que nuestra participación SI puede hacer la diferencia, la primera es la velocidad con la que conducimos nuestros automóviles en estas destrozadas calles, la cantidad de vehículos se ha incrementado en nuestra ciudad a raíz de que a los fonapapas se traen cualquier carcacha del otro lado y con la nacionalización barata de autos chocolates, nuestras calles ya no son suficientes, ya no podemos ir en friega por la obregón, por el periférico, por la

Plutarco o por las callecitas laterales, Maclovio, Cortines etc. DEBEMOS limitar nuestra velocidad y proteger así a los peatones, debemos estar conscientes que no solo la policía puede protegernos, nosotros también podemos si queremos, otra aportación que podemos hacer es dejar el celular a un lado y no pelarlo siquiera mientras manejamos, me ha tocado ver accidentes sobre todo por alcance por ir de idiotas en el celular, no solo hablando, también leyendo y mandando mensajes.

Tenemos que usar la direccional y ceder el paso a quien la use, sobre todo en los pasos peatonales.

Nuestro inútil gobierno puede también implementar medidas sencillas, pero no sé si tendrán la inteligencia necesaria, como por ejemplo, sincronizar los semáforos por la obregón hasta la salida de ida y por la Plutarco desde la salida hasta la Vázquez, si los sincronizaran para que, con una velocidad de 25 a 30 millas te tocaran todos en verde, nos limitarían a esa velocidad y despacio, llegaríamos más rápido a nuestros destinos, ahorita lo único que nos limita son los baches y los topes que dejan los que rellenan baches.

Otra medida que nuestro limitado gobierno y su gabinete de seguridad debían pensar (si piensan) es en el famoso y olvidado policía de cruceo que tanto nos ayudó en nuestras mocedades y que aún pueden ayudar a la seguridad, se trata de poner en punto críticos un policía de a pie de planta, sobre todo en horas pico, en las banderas hay mucho tráfico y peatones, en la placita cuidando la obregón y la Plutarco, en la cruz roja, en donde estaba el café combate, cuidando también ambas calles por ahí pasan muchos escolares, en el semeson, en el mono bichi, por ahí también en ambas calles pues es paso peatonal obligado para la secundaria, otro en la zaied, en el puente del greco y en el cruceo de villa sonora, por el

periférico se deben ver mucho más moto-chotas patrullando de ida y vuelta, con patrullas no, hacen peor el tráfico, con ellos ahí se cuidaría un poco más el orden y sabríamos donde encontrar un chota en caso de necesitarlo, porque cuando ocupas, no encuentras uno, solo que tengas la suerte de que pase una patrulla porque si les llamas, acuden cuando pueden y muchas veces nunca van.

Si se dan cuenta serian solo 9 policías en puntos cruciales para automovilistas y peatones, ¿es muy caro? ¿No alcanzan nuestros impuestos? O simplemente no hay voluntad, de que se puede hacer mucho por estar más seguros, se puede, tanto ellos, como nosotros.

# OPORTUNIDAD



**Mac 2013 Core I7  
Monitor 27pulgadas  
16gb Ram  
1tb Hdd  
Teclado Y Mouse**

Informes 631-304-4680

Con la atencion que su mascota se merece



Clinica Veterinaria  
**VETSON**

De Pequeñas y Grandes Especies....

Atencion Profesional

Estética  
Canina

Clínica Cirugía Vacunación Desparasitación Vitaminas

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

f ClinicaVeterinariaVetson







Por Mtra. Alma Rivera

# Llega un nuevo año, de propósitos, de cambio o solo intenciones

Un nuevo año llega, y los propósitos de vida se reafirman, las ganas de lograr nuevos retos se retoman pero en ocasiones a medio año ya son solo intenciones de querer hacer cosas, sin lograrlo, por ello es importante compartir la importancia de los hábitos en nuestro día a día, a la par de que o quien nos motiva.

Crear un hábito es tan sencillo como decidir hacerlo una vez y repetirlo al menos 21 días, es lo que los expertos afirman, pequeñas acciones como levantarte a una hora, hacer una actividad que desees o debes realizar, evitar actitudes, problemas o evadir personas, rutinas, lo que desees estará bien si logras

Repetirlo hasta convertirlo en parte de tus hábitos y más aun si lograr sumar uno y otro hábito cambiaras tus días, si estas acciones tienen un enfoque de sumar a tu propósito ten la certeza que lo lograras y con el transcurso de los meses, podrás sumar un nuevo reto.

En el ámbito personal, profesional, laboral,



económico siempre habrá propósitos por alcanzar, hablemos por ejemplo del ahorro como un propósito a lograr este 2024, mi recomendación es la siguiente, enlista todos tus gastos personales, revisalos uno a uno, evalúalos y pregúntate si todos ellos son realmente necesarios, quizá

podas eliminar o cambiar algunos gastos con el propósito de ahorrarte ese dinero, fija la meta cuanto desees ahorrar y ahora inicia estableciendo el hábito de eliminar ese antojo o gasto innecesario que te cuesta diario o a la semana y ahórralo, en tres semanas debiste haber superado ese antojo que comprenderás

era un gasto no necesario y seguramente te darás cuenta que si puedes lograrlo tu meta de ahorrar. Hábitos tan sencillos, como desayunar, tomar agua, sonreír, dar los buenos días, ahorrar, ser honesto, comprometerte con tu trabajo, ser más responsable, son el inicio para que puedas comprender que si puedes lograr cambios para luego fijar propósitos como concluir tus estudios, comprar un auto, una casa, viajar y podrás fijar la ruta de hábitos y cambios que te permitan lograr el propósito de este año.

A manera de recomendación el libro " Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva" de Stephen R. Covey nos permitirá avanzar día a día.



AR Consultores/ Coach Alma Rivera

Centro de Incubación y Desarrollo de Negocios

Blvd. Luis Donaldo Colosio 2703 Local 3B Planta alta

Tel: 631 388 1307 / Whatsapp 6311435637



Consciente te!!  
Por que tu paladar lo Merece



Visitanos 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



## Descartan que melón sonorense cause brote de salmonella en Estados Unidos y Canadá

Hermosillo, Son.- Las muestras que fueron analizadas en el Laboratorio de Diagnóstico para la Detección de Organismos Patógenos del Senasica, en los campos agrícolas de Guaymas y Empalme, descartaron la presencia de contaminantes microbiológicos de la salmonella en unidades de producción de melón cantaloupe de Sonora.

En noviembre de 2023 las autoridades sanitarias de los vecinos países del Norte, alertaron sobre un brote de salmonella spp., por lo que señalaron como probable responsable a la fruta proveniente de dos campos agrícolas del Valle de Guaymas.

La Secretaría de Agricultura, Ganadería, Recursos Hidráulicos, Pesca y Acuicultura (Sagarhpa), indicó que en diciembre, técnicos del Servicio Nacional de Sanidad, Inocuidad y Calidad Agroalimentaria (Senasica) y la Comisión Federal para la Protección Contra Riesgos Sanitarios

(Cofepris), recolectaron muestras en agua, producto y superficies vivas e inertes, que fueron analizadas en el Laboratorio de Diagnóstico para la Detección de Organismos Patógenos del del Centro Nacional de Referencia de Inocuidad y Bioseguridad Agroalimentaria (CNRIBA) del Senasica.

Mencionó que al conocerse la noticia se implementaron los protocolos conducentes y se dió seguimiento puntual al tema, para descartar o confirmar el origen de la contaminación de este producto de exportación.

Fatima Rodríguez Mendoza, titular de Sagarhpa, señaló que las dependencias de la Sader y de Salud, confirmaron que las muestras fueron analizadas bajo técnicas de laboratorio debidamente acreditadas y aprobadas, y en ninguna de ellas se detectó la presencia de las cepas de Salmonella Sundsvall y Salmonella Oranienburg, localizadas en los muestreos practicados en Estados Unidos y Canadá.

La Secretaría de Agricultura y Desarrollo Rural (Sader) destacó que durante febrero se trasladará a la entidad el laboratorio móvil del Senasica, para efectuar un nuevo programa de análisis de muestras de agua, producto y superficies vivas e inertes, y con ello verificar las condiciones que prevalecen en materia de inocuidad en la producción de melón cantaloupe.



**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

Bldv. Del Sur #491, Col. Colinas del Yaqui, Nogales Sonora CP 84093  
atencionacientes@proeser-mexico.com

[www.proesermexico.com](http://www.proesermexico.com)

Empresa certificada por la NOM-144-SEMARNAT-2015



### SERVICIOS

- \*Servicios de seguridad
- \*Inspección de exportación e importación
- \*Inspección de maquiladoras
- \*Inspección de yardas
- \*Custodia de embarques planta a la aduana mexicana o americana
- \*Guardias de embarques
- \*Guardias de seguridad



**631 308 9521**

[www.gruasdelta.com](http://www.gruasdelta.com)

# Gruas Delta

Servicio a la unión 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@gruasdelta.com](mailto:oficina182@gruasdelta.com)

📍 Calle Ruiz Cortines No.1263 Col. Altamira

📍 Prol. Ave. Obregon 4119-A



**6313180910**



## Hablemos de... Futbol

### América: Llego la 14



MDN. José Rafael Hernández Mercado

Antes de darles la más cordial de las bienvenidas al análisis MENOS objetivo del futbol nacional, permítanme estimados lectores desearles un excelente año nuevo, que la paz y la salud abunden en sus vidas.

El pasado 17 de diciembre culminó el torneo de apertura 2023 de la Liga MX y para cuando esto que pretende ser un artículo de opinión llegue a sus manos, es muy probable que ya haya transcurrido más de un mes de que las gloriosas Águilas del América se coronaran campeones de la apertura 2023 de la liga MX, sin embargo, no podíamos dejar pasar, sin comentar este suceso tan importante para los aficionados del mas grande equipo

del futbol mexicano.

Los equipos del norte

Como ya es costumbre, tanto rayados como Tigres hicieron un gran papel y figuraron como potenciales ganadores al título durante el torneo, lamentablemente para ambos se quedaron en el camino, a la afición felina debe de haberles quedado un sabor agri dulce de boca ya que estuvieron a un solo paso del campeonato.

¿Y cómo les fue a los "cuatro grandes"?

De los cuatro grandes solo queda uno, los demás solo viven y se alimentan de su pasado, de sus añoranzas, de sus tiempos de gloria.

Cruz Azul

El Cruz Azul paso de ser un equipo exitoso, ganador de títulos a uno que por lo menos ilusionaba a sus aficionados, aunque al final terminaba por quedarse siempre en la orillita, terminaba por "cruzazulearla", para el apertura 2023 ni siquiera eso, se convirtió en un equipo del montón, jamás provoco a lo largo del torneo la más mínima expectativa y concluyo con mas pena que gloria sin ser uno de

los invitados a la liguilla.

Pumas

Por algún momento en el torneo este equipo ilusiono a sus seguidores y como desde hace mucho tiempo no sucedía uno de sus jugadores causo muy buena impresión, sin embargo, al final y a pesar de haber derrotado a Chivas en octavos de final terminaron como "mininos" ante unos verdaderos felinos que son los Tigres

Chivas

Ay las Chivas, lo más relevante, de lo que más se habló del otrora grande del futbol mexicano no fue por su despliegue futbolístico o grandes actuaciones, no, como ha sucedido los últimos años las

indisciplinas de sus jugadores fue lo único digno de comentar de este equipo que fue eliminado y humillado por los Pumas en octavos de final y de la mano de Cesar el "chino" Huerta que salió como apestado de chivas.

AMERICA (nótense las mayúsculas)

Sin duda alguna el mas grande equipo de México, sus números fueron avasalladores, mejor defensiva, mejor ofensiva, solo un juego perdido lo largo del torneo, gano a sus acérrimos rivales Cruz Azul, Chivas y Pumas y por supuesto culmino con la copa en sus manos, la anhelada 14 por fin llego para demostrar y reafirmar la grandeza de este club.



# Montacargas YEPÍZ

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



# DEPORTES Firma joven sonorense con el club de futbol profesional Santos Laguna

Hermosillo, Sonora; 8 de enero de 2024.- La alumna del Colegio de Bachilleres del Estado de Sonora (Cobach) del plantel Caborca, Estefanía Cisneros Aguiar, firmó contrato con Santos Laguna de la Liga MX del fútbol profesional para participar con el equipo de la categoría Sub 19 Femenil.

La alumna de 17 años, seleccionada por el Club Santos, ya se encuentra entrenando en los campos de esta organización en Torreón, Coahuila, destacó Rodrigo Arturo Rosas Burgos, director general de Cobach Sonora.

"Cuando recibí la invitación -de los directivos del Santos Laguna- me sentí afortunada y contenta porque desde pequeña mi sueño era ser una futbolista profesional", expresó Estefanía quien juega en la posición de contención y practica este deporte desde los 10 años.

La estudiante, quien pasó a cuarto semestre de preparatoria, dio a conocer que, en unas visorías, en San Luis Río Colorado, la invitaron a asistir a las instalaciones de Santos para realizar otras pruebas durante una semana entrenando con la Sub 19, al término de esos días le informaron que había sido elegida para pertenecer al Club Santos.

"Mi pasión por el futbol surgió porque mi padre practicaba este deporte, fue él quien decidió meternos a un equipo a jugar futbol a mí y a mi hermano, desde



pequeña y con el paso de los años se hizo parte de mi vida", indicó, "mi propósito es seguir entrenando día a día para poder ser una mejor futbolista".

Estefanía, quien ha competido en diversos torneos estatales y nacionales, fue seleccionada por sus habilidades y su gran capacidad futbolística, pero además consideró que ha llegado hasta donde está porque no se da por vencida y es un deporte que ama.



## Sonora gana cetros nacionales Sub 17 y Sub 14 de softbol varonil

Hermosillo, Son.- Sonora pegó el "doblete" en el Campeonato Nacional de Softbol Varonil de las categorías Sub 17 y Sub 14, ya que conquistó los dos cetros en el evento celebrado el fin de semana pasado en Culiacán, Sinaloa.

Las selecciones sonorenses vencieron en las dos finales a Baja California; en la Sub 17, el equipo "A", se llevó el cetro al ganar al duelo decisivo por marcador de 6-0, con tremenda labor del caborquense y mundialista, José Manuel Contreras, quien lanzó juego sin hit ni carrera para ser nombrado el mejor pitcher del certamen. La otra selección de Sonora en esa categoría, la "B", quedó tercera.

En la Sub 14, Sonora doblegó 10-5 a los bajacalifornianos en el juego por el título,

compañero Dylan Celaya fue galardonado como el pitcher número uno de la categoría.

El equipo campeón de la Sub 17, el Sonora "A", fue dirigido por Carlos Parra y tuvo a Leo Figuereo como coach, mientras que la otra novena, la "B", logró el tercer sitio con el mando de Rodrigo Guerrero; en tanto, la selección de la Sub 14 conquistó el título bajo la dirección de Javier Yépiz, asistido por Ángel López.

De tal forma Sonora inició con el pie derecho el ciclo 2024 de Campeonatos Nacionales de Softbol; en ese torneo, efectuado en la capital sinaloense, además de las selecciones sonorenses, participaron equipos de Baja California, Nuevo León y Sinaloa.

ahí Omar Saucedo tiró la ruta completa para apuntarse el triunfo, cabe destacar que su



**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



- PLANES INTERNOS DE PC
- CAPACITACIÓN DE BRIGADA DE PC
- AMBULANCIAS
- SANITIZACIÓN
- PLANES ESPECIALES PARA EVENTOS
- DICTAMENES 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

**Sueño con pintar  
y luego pinto mis sueños.**  
-Van Gogh

**SHERWIN  
WILLIAMS**

**TEL GRECO 313-4530**  
(631) BLVD GRECO ESCUINA  
KALAMATA PLAZA CUIMBRES

**TEL NUEVO NOG 314-4433**  
(631) CARRETERA INT. KM 7.5  
LOCAL 3 NUEVO NOGALES

**TEL CANOAS 316-0150**  
(631) LUIS DONALDO COLOSIO  
Y CANOAS LOCAL A SIN

**TEL CENTRO 313-1627**  
(631) AV. ALVARO OBREGON  
NO. EXT 1005 BOLIVAR