

Voces

**CEDIS EL
ROSARIO**

**¡FESTEJANDO
A NUESTRAS
MAMÁS
EN SU DÍA!**

**SEGURIDAD
EN POLIPASTOS**

**EL
RESPETO**

Favor de dejar la
revista en su lugar
después de leerla.



COCA-COLA UNA EMPRESA SOCIALMENTE RESPONSABLE

[CONTENIDO]

👤	El Respeto	3
👤	Proceso EAD	4
👤	Seguridad en polipastos	6
👤	Elektros ganador de EAD	8
👤	Nutrición en fiestas y reuniones	9
👤	Fatiga laboral	10
👤	Coca-Cola ESR	12
👤	Biografía Rafael López	14
👤	Festejando a las madres	16
👤	5 preguntas que debes hacerte antes de abrir un enlace web	18
👤	Cedis El Rosario	20
👤	Humor y trivia	21
👤	Cumpleaños	22

DIRECCIÓN GENERAL

Luis Fernando Gómez Malta

COORDINACIÓN EDITORIAL

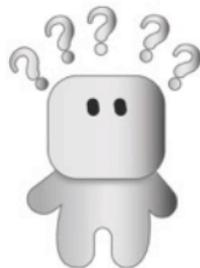
Diego Alexis Vargas Hernández

DISEÑO Y PRODUCCIÓN

Vasni Isai Preciado Torres
Alex Daniel Martínez Rodríguez

COLABORADORES

Javier García
Jairo Ibrahim Curiel
Edgar López
Teresa Mendoza
Ivan Rodríguez
Carlos Hernández
Jeanifer Sanchez Vega



DUDAS Y ACLARACIONES

comunicacion@elnayar.com
info@grupoembotelladornayar.com
www.grupoembotelladornayar.com

 Grupo Embotellador Nayar



[VALOR DEL MFS]

RESPETO

“EL RESPETO ES LA BASE DEL ENTENDIMIENTO ENTRE LOS SERES HUMANOS; TENEMOS QUE APRENDER A RESPETAR PARA QUE LOS DEMAS NOS RESPETEN”.

El respeto exige un trato amable y cortés, es la esencia de las relaciones humanas, del trabajo en equipo, de cualquier relación interpersonal. Es garantía de transparencia. El respeto crea un ambiente de seguridad y cordialidad; permite la aceptación de las limitaciones ajenas y el reconocimiento de las virtudes de los demás.

¿CÓMO PUEDO APLICAR ESTE VALOR EN LA EMPRESA?

- * Respetando tu horario de entrada.
- * Respetando las ideas de los demás.
- * Aceptando las críticas buenas o malas.
- * Guardando el respeto a tus mayores.

¿QUÉ ENGLOBA EL VALOR RESPETO?

No solo es un valor que se aplica hacia los demás, el respeto comienza desde tu persona. Respetando tu cuerpo, tus ideas y tu tiempo. Dicho valor se aplica cuidando tu salud, respetando tu forma de ser.



CON MÁS
RESPETO,
UN MEJOR LUGAR

EQUIPOS AUTODIRIGIDOS (EAD)

¿QUÉ ES UN EQUIPO AUTODIRIGIDO?

Es un grupo de personas que son responsables de resultados específicos, y que tienen la autoridad de actuar para cumplir esa responsabilidad, son "autodirigidos" porque se espera que hagan lo necesario para lograr sus objetivos.

Los equipos autodirigidos están basados en la filosofía del "empowerment", que busca trasladar las decisiones al más bajo nivel posible de la organización, con el propósito de que el personal tome las decisiones que son relevantes para su propio trabajo.

No se organizan con la jerarquía tradicional, donde cada miembro del equipo realiza una tarea según la complejidad de su puesto, sino que se reparten las tareas dependiendo de los deseos de cada miembro.

Algunas de sus mayores ventajas son:

- Mejora de la calidad, productividad y servicio al cliente (interno y externo).
- Mayor flexibilidad.
- Reducción de costos operativos.
- Rápida adaptación al cambio tecnológico.
- Mejor respuesta a las necesidades de los trabajadores.
- Aumento del compromiso del empleado con la organización.
- Habilidad para atraer y retener al talento humano.

PROCEDIMIENTO QUE SE LLEVA EN GRUPO EMBOTELLADOR NAYAR

Cuando se detecta la necesidad de implementar el programa de Equipos Autodirigidos en algún área o departamento se solicita que se realicen las capacitaciones para el inicio de las actividades.

Una vez solicitada la necesidad, se programa la capacitación del personal que compondrá el equipo autodirigido, durante la capacitación se garantiza que el equipo aprenda la parte teórica y se asegurará que el equipo quede conformado en un 100%; para poder concluir con su formación se tendrá que tener:

Identificación del equipo (Nombre), designación de los roles del equipo, reglamento del equipo, designación de objetivos e indicadores, asignación de días y horarios de reunión.

A cada EAD se le asigna un tablero de resultados al equipo autodirigido, el cual deberá contener lo siguiente:

Nombre del equipo, Gráficos de indicadores, plan de acción.

Los gráficos deberán estar actualizados dependiendo de la frecuencia que el equipo asigne.

Dependiendo de la necesidad propia del equipo, se realizará un plan de acción el cual atacará la causa raíz que el mismo equipo decida, este plan de acción deberá contener los formatos que dicta el sistema de calidad. Este plan de acción también tendrá que estar a la vista en el tablero del Equipo Autodirigido.



Una vez que se demuestra que un indicador ha sido cumplido y controlado se podrá elegir un nuevo indicador que sustituya a este, para que mediante la metodología se logre también la mejora continua y el control del mismo.

Mensualmente el Equipo Autodirigido estará presentando sus resultados al gerente del área y al personal que el mismo gerente decida, en esta presentación podrá estar presente el equipo completo, o solo la persona que expondrá los resultados. Durante la presentación se dará a conocer los resultados de los indicadores, así como el seguimiento al plan de acción.

Durante este recorrido de presentación de resultados se elige al azar un expositor de resultados y además de evaluarle a él su exposición se evalúa al equipo en los siguientes puntos:

Compromiso y sentido de pertenencia.

Actualización del tablero.

Que todos los integrantes conozcan cómo se calculan sus indicadores.

Correcto llenado y seguimiento de minutos.

Compromiso del jefe del área.

Evidencia y efectividad de las acciones correctivas.

Enfoque, llenado y seguimiento del plan de acción.

Con esta revisión mensual se presenta al mejor equipo de cada área.



Dentro de los procesos de las grandes industrias existen diferentes tipos de maquinaria que facilitan la transformación, movimiento y transporte.

Grupo Embotellador Nayar no es la excepción, dentro de sus herramientas de trabajo existen los Polipastos, pero...

¿Qué es un polipasto?

"Un polipasto es una máquina compuesta por dos o más poleas y una cuerda, cable o cadena que alternativamente va pasando por cada una de ellas. Se utiliza para levantar o mover una carga con una gran ventaja mecánica, porque se necesita aplicar una fuerza mucho menor que el peso que hay que mover."

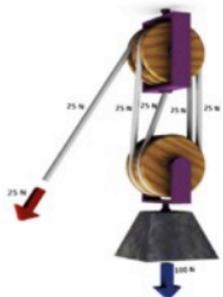
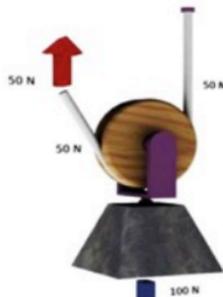
Dentro de las capacitaciones de la compañía existe la de Seguridad en Polipastos que tiene como objetivo que los cursantes tengan los conocimientos básicos de seguridad para la inspección, operación y mantenimiento de ésta herramienta de trabajo; esto nos permite cumplir con las normativas de la STPS 006 y Coca Cola de México ES-RQ-195 sobre el manejo y almacenamiento de materiales.

¿Qué es una Polea?

Una polea es una máquina simple que sirve para transmitir una fuerza y tiene las siguientes características:

- Rueda con hendiduras.
- Funcionamiento silencioso.
- Permiten cambiar la dirección de las fuerzas mediante cuerdas.

Una polea móvil requiere de la mitad de esfuerzo, esto depende del largo de la cuerda y estar al doble de la distancia que se desea subir la carga, a diferencia de polea compuesta o polipasto que requiere un menor esfuerzo y tiene mayor capacidad de carga. Por ejemplo: Para levantar un peso con una polea móvil se requieren 50 newtons de fuerza; para levantar el mismo peso con una polea compuesta o polipasto se requieren solo 25 newtons.



¿Cuáles son las condiciones de seguridad que se requieren para un polipasto?

Para asegurar el funcionamiento óptimo del polipasto y la seguridad del operador se requiere lo siguiente:

- El dispositivo anclado al piso.
- Terminales eléctricas aterrizadas a tierra físicamente.
- Capacidad de carga máxima señalizada.
- Tensión o Voltaje manejado señalizado.
- Topes de delimitación de operación.

Se debe realizar una inspección visual previa a su uso, así como unas inspecciones detalladas mensuales y anuales establecidas por escrito, en donde se documenta todas las revisiones y mantenimientos correctivos si fuera el caso.

¿Cuál es el proceso de operación del dispositivo?

1. Se debe asegurar que los cables o cadenas estén sin nudos o torceduras.
 2. Balancear la carga para evitar una caída y un accidente.
 3. Asegurar de tener las manos fuera de zonas de pelizco o atrapamiento.
 4. Subir y bajar la carga lentamente.
- Es importante nunca sobrepasar la carga máxima de utilización.

Mayor tiempo de preparación de carga nos da mayor seguridad.

LOS MEJORES DEL MES DE MAYO

En el mes de mayo el equipo Elektros logra posicionarse en el 1er lugar.

Debido a la gran dedicación y esfuerzo que dan durante sus labores diarias realizadas en el mes de Mayo lograron cumplir 7 de sus 8 indicadores. Además el expositor representante de su equipo demostró la evidencia de las acciones realizadas, el apego a la metodología, el compromiso y trabajo de este gran equipo.



Felicitamos al equipo Elektros por su calificación perfecta y exhortamos a todos los equipos a seguir mejorando con esta gran herramienta de EAD.

El equipo de Elektros pertenece al departamento de MANTENIMIENTO INDUSTRIAL, son los responsables de las actividades eléctrico-electrónico de toda nuestra Planta Tepic.

Tienen como indicadores: accidentes, puntualidad, 5s, quejas de calidad, cumplimiento al CMI, cumplimiento de prerequisites y Tiempo perdido por Eq. E-E L1 Y L4.



NUTRICIÓN en fiestas y reuniones

Cuando asistimos a una reunión sabemos que la comida estará a la orden del día y que generalmente solo estamos ingiriendo los alimentos en el transcurso de la misma. Es importante tener en cuenta que también podemos aplicar los buenos hábitos de la alimentación aun estando en evento social. La primera situación que debemos tener en cuenta es la comida previa al evento, lo ideal es nunca dejar comer durante el día porque en ese caso, llegamos con mucho más apetito a la reunión y cuesta mucho más controlarse al momento de ingerir los alimentos. Se termina comiendo más de lo que hubiéramos comido normalmente. Las compensaciones se hacen siempre después: si comí mucho hoy, mañana disminuyo, nunca al revés.

En ocasiones festivas, por lo general, estamos expuestos a comidas que son más elaboradas que las que estamos acostumbrados a ingerir porque tienen más cantidad de grasa y azúcar. Además, se está más tiempo expuesto a la comida; la mayoría de las veces son bandejeadas y esto hace que se ingiera más cantidad y por ende, más cantidad de calorías y grasas. Sucede también si el evento incluye baile, al bailar se van gastando calorías y no nos damos cuenta que estamos llenos de alimento. Cuando acudimos a estos eventos en un periodo de dieta para bajar de peso, debemos encontrar la manera de no sobre pasarse, sin dejar de disfrutar del evento. Esto se convierte un poco complicado cuando existe un menú fijo; lo ideal es elegir dentro del menú los alimentos con la menor elaboración posible y preferir las verduras o frutas, carnes, pollo sin piel o los pescados.

No hay porque probar todo, no es la última vez que vamos a una fiesta.

Ultimamente en reuniones sociales se ofrecen muchas platos: recepción y después entrada, dos platos principales, postres y mesa de dulces; con un menú así se pueden llegar a consumir hasta 4000 calorías.

Se recomienda evitar los tragos, cuanto más graduación alcohólica tienen más calorías aportan. En el caso de reuniones en restaurantes puede ser más fácil porque se tiene la opción de ver una carta e ir eligiendo entre los diferentes platos. Lo ideal es empezar con sopas o caldos. Dentro de los platos principales lo ideal es pedir cualquier carne a la parrilla o a la plancha.

El gran tema de comer afuera son los postres, los ideales son:

- 1 o 2 bolas de helado,
- Frutas con helado,
- Ensalada de frutas.

Ahora ya sabes de qué manera puedes disfrutar y cuidar tu alimentación, recuerda que es muy importante tener un balance energético, quemando las calorías que ingerimos.

Fatiga laboral

La fatiga laboral es un aspecto que se encuentra presente en cualquier situación de trabajo, sin embargo, cuando esta es excesiva o no se presenta un nivel adecuado de descanso pueden originarse algunas situaciones que podrían afectar el bienestar de los trabajadores, como es el caso de la ocurrencia de incidentes laborales.

Es claro que la presencia de fatiga laboral en los conductores puede desencadenar accidentes en la vía, que pueden atentar contra el bienestar del trabajador, del peatón y de otros factores.

Entendamos por definición que la fatiga es un estado de ánimo que puede indicar cansancio, debilidad, falta de energía, deseo intenso de dormir, falta de capacidad de concentración, debilidad muscular y hasta dificultad para respirar.

La fatiga provocada por el trabajo es una manifestación (general o local) de la tensión que este produce y suele eliminarse mediante un descanso adecuado.

La fatiga se clasifica en:

1. Fatiga muscular: Esta se encuentra asociada al aporte de energía muscular y la eliminación de toxinas del cuerpo, su principal causa es la actividad física prolongada y exigente. Esta se caracteriza por la presencia de dolor agudo en los músculos, contracción y tendones e insuficiencia de flujo sanguíneo (varices). **2. Fatiga sensorial:** Esta puede ser visual y auditiva: la primera se presenta con mayor frecuencia en aquellos trabajos que deben desempeñar funciones con pantallas con los operadores y los digitadores.

Se manifiesta por la presencia de una sensación de cansancio visual, hipersensibilidad a la luz, irritación y enrojecimiento en conjuntiva y párpados, mareo, lagrimeo, visión borrosa o doble, dolor de cabeza: La fatiga auditiva se presenta en trabajos que requieren un nivel de sonido constante y alto. Trabajar en un ambiente ruidoso puede ser un factor desencadenante de fatiga, estrés en el medio laboral, lo que, finalmente, se expresa con irritabilidad, falta de concentración, sensación de trabajo excesivo y dolores de cabezas persistentes: estos síntomas dependen en gran medida de la intensidad del sonido y de la frecuencia de la exposición.

3. Fatiga mental o psicológica: Se presenta en trabajos que predominan el esfuerzo mental.

Los síntomas que aparecen en la fatiga mental son de tres tipos

- 1) Alteraciones psicósomáticas (dolores de cabeza, diarreas).
- 2) Perturbaciones psíquicas (ansiedad, irritabilidad, depresión).
- 3) Trastornos del sueño (insomnio, pesadillas).

Existen factores alternos que influyen en la presencia de fatiga laboral como:

1. Lo relacionado con la vida familiar: ser soltero, sin pareja estable, la pérdida de un ser querido, el nacimiento de un hijo, los conflictos conyugales, la infidelidad de la pareja, la separación de la pareja, y la distancia de la familia.

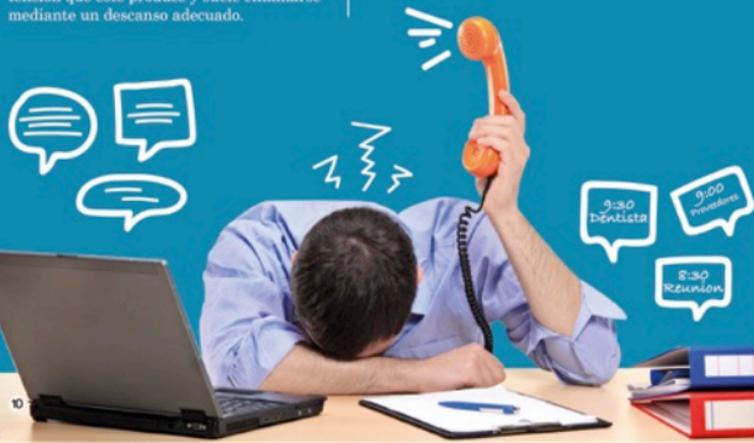
El trabajo y la familia son dos espacios que se retroalimentan mutuamente, ya que el comportamiento en el medio laboral es un reflejo directo del mundo de la familia y viceversa.

2. Lo relacionado con la alimentación: Una dieta que no sea equilibrada y la irregularidad en la ingesta afectan al organismo. Este se resiste y ante la carencia de algún elemento nutritivo, puede reaccionar más lentamente de lo normal lo que conlleva a una pérdida de fuerzas, acompañada de sensaciones de desfallecimiento y cansancio.

Así podemos darnos cuenta que los factores que influyen en la presencia de fatiga laboral pueden estar directamente relacionados con los aspectos personales, familiares, sociales y laborales. Dentro de estos últimos encontramos factores consecuentes de la fatiga, los cuales pueden afectar la dinámica organizacional, el rendimiento del trabajador, y por ende, la productividad.

Grupo Embotellador Nayar te invita a tener un estilo de vida activo y saludable que ayude a tu mente y cuerpo a estar relajados, mantener tu sistema nervioso sano y alerta y a mejorar tu clima laboral y familiar.

Recuerda que una dieta adecuada asegura tu rendimiento energético durante tus actividades diarias.



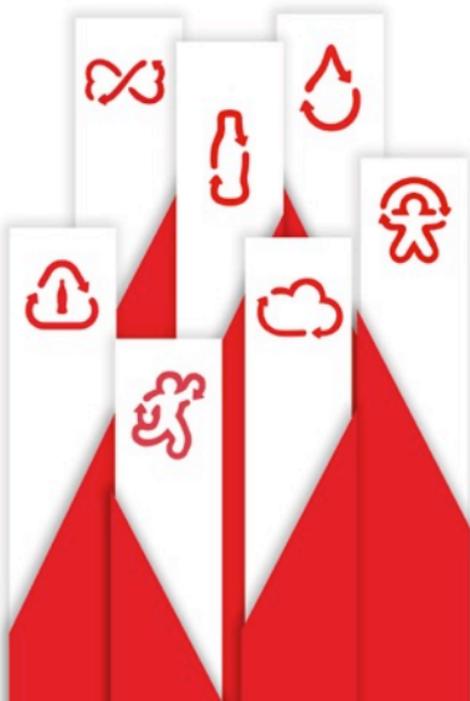
COCA-COLA, UNA EMPRESA SOCIALMENTE RESPONSABLE



Coca-Cola de México obtuvo dos reconocimientos otorgados por el Centro Mexicano para la Filantropía (CEMEFI) que la certifican como Empresa Socialmente Responsable, reconocimiento que ha recibido durante 15 años ininterrumpidos, siendo la única compañía de bebidas que lo ha obtenido todos los años desde su creación; además del reconocimiento por su política de inversión social para destinar al menos 1% de sus utilidades antes de impuestos al desarrollo social como un estándar de buena práctica.

En el marco del VIII Encuentro Latinoamericano de Empresas Socialmente Responsables, Coca-Cola de México firmó el compromiso de establecer como buena práctica de referencia destinar al menos el 1% de las utilidades antes de impuestos a la inversión social, destacando que en 2014 fue el 1.6% de sus ingresos a programas en favor del bienestar integral de México, es decir un 60% más del compromiso adquirido públicamente, por lo que fue distinguida entre el grupo de empresas que lo cumplen.

Desde hace quince años, CEMEFI en colaboración con la Alianza para la Responsabilidad en México (AliaRSE) y Forum Empresa, reconocen a través del distintivo ESR la labor de empresas que por medio de sus modelos de gestión de negocio sustentables representan un motor de cambio positivo en materia de responsabilidad social y ambiental.



“Estamos muy orgullosos de recibir este distintivo por 15 años consecutivos, pues ha sido un honor ser de las compañías fundadoras del mismo y participar en esta iniciativa tan importante desde su inicio, consolidando a la Responsabilidad Social Empresarial como un elemento de desarrollo no sólo de los negocios, sino del país y de los mexicanos” comentó Joan Prats, Vicepresidente de Asuntos Públicos y Comunicación de Coca-Cola México. “Este reconocimiento nos inspira a seguir trabajando con las comunidades, sumar esfuerzos con las organizaciones de la sociedad civil y el sector público, para construir juntos un mejor futuro, así como seguir invirtiendo con responsabilidad social para generar progreso”, concluyó.

Desde sus inicios en México hace 89 años, Coca-Cola busca marcar una diferencia positiva a través de la manera en que trabaja y vive, es por eso que promueve que todos los miembros de la organización actúen por un futuro sustentable, buscando el crecimiento del negocio a la par de la sociedad a la que sirve y de la que forma parte, invirtiendo en favor de la prosperidad del país.

Asimismo, ha implementado una plataforma de acción sustentable basada en los ejes del Bienestar Personal, Social y Ambiental, y que busca contribuir al desarrollo integral de México a través de iniciativas que promueven los estilos de vida activos y saludables, la actividad física, el impulso a la educación, el empoderamiento de las mujeres y el empleo, así como el reabastecimiento de agua, el desarrollo de empaques sustentables y el uso de energías renovables.

RAFAEL LÓPEZ GÓMEZ

Edad: 44 AÑOS

Comida favorita: Pescado zarandeado

Bebida favorita: Sidral Mundet



Rafael ingresó a Grupo Embotellador Nayar el 5 de Septiembre del año 2008 en el CEDIS de Villa Hidalgo al puesto de almacenista, aun viviendo en el municipio de Santiago no le importaba la distancia y el hecho de trasladarse hasta el centro de trabajo ya que era un reto enorme.

"No es fácil estar trabajando lejos de tu familia y más estar recorriendo distancias a diario, en ocasiones solo llegaba a dormir un poco a casa y levantarme muy temprano para estar al día siguiente a las 6.00 a.m. en el centro de trabajo."

Al cabo de 3 años, se abrió una vacante de almacenista en el CEDIS Santiago, motivo que lo llevó a pedir su cambio y con orgullo seguir portando la camisa, por ende cerca de su familia y hogar.

"Yo considero que se me dio la oportunidad del cambio gracias a mi buen desempeño y lealtad a la compañía".

Su familia siempre es su mayor motivación, ellos le dan ánimos porque aseguran que pertenece a una gran empresa y que es reconocida en el estado.

Padre de 5 hijos, disfrutan salir de paseo los fines de semana a la playa en donde realizan actividades como pescar en familia y bañarse en el mar. Su hijo mayor actualmente radica en Estados Unidos al cual visita en sus vacaciones y se dan el tiempo para convivir.



Algo que el valor de su trabajo es el conocer más a fondo los procesos de su área, como el proceso de rotación de producto en almacén y la importancia que tiene. Otra de sus satisfacciones es el poder tener un gran equipo de colaboradores a su cargo, de los cuales aprende lo mejor de ellos.

"Para mí es un orgullo pertenecer a Grupo Embotellador Nayar porque en esta empresa tienes la oportunidad de aprender, además de tener la constante capacitación que eso me permite realizar mi trabajo de manera correcta. Las prestaciones aquí son excelentes."

"Pertener a Coca-Cola es una gran satisfacción porque es una marca reconocida mundialmente y con gran valor en las personas que comercializa productos de calidad; ser parte de Coca-Cola me llena de orgullo y por consiguiente a mi familia".



festejando a nuestras *Mamás en su día*

El pasado 16 de Mayo se llevó a cabo un alegre festejo para todas las mamás del grupo que ponen su dedicación y esfuerzo en la compañía; el evento tuvo lugar en el Club Deportivo Del Valle en donde al ingresar, los gerentes entregaron un presente y se les recibió con un caluroso abrazo.

Para iniciar, nuestro Gerente General el Lic. José Elías Faz García dedicó unas palabras a las asistentes, en donde hizo énfasis en la importancia de su labor, la admiración de ser madre y la importancia que tiene esta celebración.

Después del acto de bienvenida y la presentación de los asistentes especiales, las madres disfrutaron de una deliciosa comida de 2 tiempos acompañada de un grupo musical.

Acto seguido de la comida, llegó el Mariachi "El Quevedeño" iniciando con las mañanitas para después entretener a las asistentes con sus tradicionales canciones e invitarlas a bailar.

Para finalizar el festejo se realizó la rifa de regalos, en donde se repartieron desde celulares hasta electrodomésticos.

Grupo Embotellador Nayar agradece la asistencia de sus colaboradoras, quienes mostraron una alegre respuesta ante su festejo.



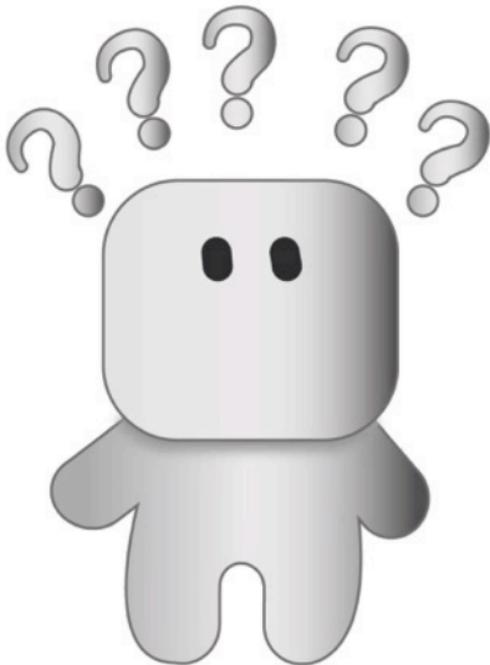
5

preguntas que DEBES hacerte antes de abrir un enlace WEB

Los "enlaces web" solían ser una simple manera de dirigir a un destino en línea sin los links largos e incómodos, pero en el mundo actual del cibercrimen, pueden conducir al robo de contraseñas e información o incluso a ataques. Así que mejor hazte las siguientes 5 preguntas antes de hacer clic en un enlace recortado.

1) ¿Confío en la persona que envía/publica el enlace?

La confianza debería ser la misma estando online que en el mundo real, pero lamentablemente no suele suceder en la mayoría de los casos. Por esa razón debes mantenerte alerta, así que la primera pregunta que debes hacerte es "¿confío en la persona que está enviando o compartiendo este enlace?".



Si ha sido enviado por un amigo o un familiar en una red social o cliente de correo confiable, hay grandes posibilidades de que no exista ningún problema. Si por cualquier motivo no estás seguro, quizás puedas llamarlos para verificar que han sido ellos quienes enviaron esa información. En cambio, si no reconoces el nombre, la cuenta de correo electrónico o el contenido, es mejor evitarlo.

Deberías desconfiar particularmente de correos que buscan llamar tu atención a partir de la mención de tu nombre en el asunto o que dicen ser de tu banco

2) ¿Confías en la plataforma?

Esta pregunta está por sentido común. Por ejemplo, probablemente no hay necesidad de preocuparse si el enlace ha sido compartido en la intranet de tu compañía o en un grupo privado de WhatsApp. Pero si hay algo en la carpeta de spam de tu correo electrónico, o en una cuenta anónima de Twitter, deberías tomarlo con precaución. Préstale especial atención a Twitter y Facebook ya que ambos han sido utilizados para enviar spam, con algunos enlaces inclusive dirigiendo a los usuarios a sitios web infectados con malware. Si no estás seguro sobre el enlace, y no conoces la plataforma, deberías buscar en otro lado. Además, cuentas de alto perfil han sido atacadas, por lo que si el texto que lo acompaña parece no tener mucho que ver con el que lo publica, piénsalo dos veces.

3) ¿Confías en el destino?

Mira el enlace que han compartido. ¿Se dirige a un sitio web que reconoczas? Si no confías o no conoces el destino, no deberías hacer clic en el enlace. En su lugar, deberías hacer una búsqueda web y visitar el sitio web a través de esa ruta.

4) ¿El enlace coincide con un evento de gran trascendencia?

Los cibercriminales son muy oportunistas y aprovechan cualquier ocasión para hacer que alguien haga clic en un enlace que los lleve a un sitio web malicioso. Esto sucede especialmente alrededor de eventos importantes tales como desastres naturales, los Juegos Olímpicos o Copas Mundiales: el número de correos electrónicos y tweets con spam simplemente se disparan en esos momentos.

5) ¿Es un enlace acortado?

El crecimiento de redes sociales como Twitter, Facebook e Instagram ha sido también el crecimiento de los enlaces acortados, por una cuestión de comodidad. La mayoría de estos son bien intencionados pero aun así puede haber algunos riesgos.

Por ejemplo, un cibercriminal puede acortar sus enlaces maliciosos utilizando Bitly, goo.gl o cualquier otro servicio, con el objetivo que el usuario confíe ciegamente en dicho enlace como proveniente de una fuente confiable. Además, si combinan este enlace con un tweet o un correo auténtico, el usuario tranquilamente podría pensar que se trata de un mensaje legítimo de un usuario legítimo.

Entonces, en lo que respecta a enlaces recortados, el consejo es claro: hazte las cuatro preguntas expuestas anteriormente y si continúas teniendo dudas, usa servicios como LongURL y CheckShortURL, para restaurar el enlace recortado a su original.

El Rosario

Grupo Embotellador Nayar tiene sus Centros de Distribución extendidos por todo el estado de Nayarit, en esta ocasión hablaremos del CEDIS El Rosario, ubicado en la zona sur de nuestro mapa organizacional. Este Cedis estaba localizado en el poblado de la estancia de los López en el año de 1985, actualmente está ubicado en el pueblo de El Rosario desde 1991.



La primer cajera que hubo se llama María Guadalupe y el supervisor de ventas era Benjamín Rodríguez; En aquel tiempo el papeleo, nóminas y de más pendientes se pasaban vía telefónica y todo el papeleo se hacía a mano o con máquina de escribir. En 1998, llega una nueva flotilla de camiones y, para entonces, se comenzó a trabajar con equipo de cómputo para llevar una administración controlada. Para otorgar el servicio de mantenimiento a las unidades los mecánicos asistían desde el CEDIS Ixtlán del Río, después de un tiempo se realizaron algunos cambios en la organización y cambian de manera permanente a Rubén Jiménez, actual mecánico automotriz. Con el paso del tiempo fueron cambiando el personal; Sergio Cibrián, Ana Monteón Zepeda, Ramiro Baraja, David Castañeda, Rubén Jiménez, Ignacio Martínez Cruz, Juan Eduardo Silva y Norma Parra Ayón son algunos de nuestros colaboradores que desde hace algunos años ponen su mayor esfuerzo para sacar adelante a dicho CEDIS.

Actualmente se encuentra como supervisor Martín Alonso Valderrama Parra, quien inició como meritorio y vendedor de ruta. Con el paso del tiempo se capacitó como almacenista y cajero para cubrir vacaciones, pasando así como supervisor del Centro de Distribución desde hace 2 años. En la actualidad se cuentan con 4 rutas, un relevo de ruta de Ciel garraron 20 lt. La actividad de carga y descarga se realiza manualmente. El CEDIS cuenta con 17 colaboradores que reparten en los poblados de Amatlan de cañas, Yerba Buena, Jesús María, San Blasito, La Estancia de los López, El Rosario, Tepuzhuacan, Mezquites, La Ciénega, Llano Grande, Zacatongo, San Valentín, Los Agrios, Amaquillo, La Tortuga, Santa Cruz de Camotal, San Felipe de Híjar, Copales y El Carrizo. **Hasta el momento, ha sido el único CEDIS que tiene desde hace 4 años con cero accidentes.** Cuenta con aproximadamente 730 clientes entre canal tradicional y hogar con venta, más los clientes atendidos por parte del servicio de agua Ciel.

Humor y trivia



Era un niño tan bruto, tan bruto, que cuando la maestra borraba la tarea del pizarrón, él la borraba del cuaderno.

Tengo la sensación de haber estado antes aquí.
- ¿Por qué lo dices?
- El wifi se me ha conectado solo...

Entran 2 chicos al aula, y la maestra le dice a uno de ellos:
Alumno, ¿por qué llegó tarde?
Es que estaba soñando que viajaba por todas partes, conocí tantos países, y me desperté un poco tarde.
¿Y usted, alumno?
¡Yo fui al aeropuerto a recibirlo!

Entra un nuevo profe al curso y se presenta:
Buenos días, mi nombre es Largo.
Dice Juancito:
No importa, tenemos tiempo.

-Mamá, ¿cuál de las amigas que te presenté, crees que es mi novia?
La de negro
¡wow! ¿cómo lo supiste?
Fue la que me cayó mal.

Do you speak English?
¿Cómo dice usted?
Do you speak English?
¡No lo entiendo!
Le pregunto que si habla usted Inglés.
¡Ah sí, perfectamente!

¡Encuentre todas las palabras!

J	P	V	F	F	J	L	H	B	A	E	V	E	M	Y
K	S	U	H	H	Y	L	J	D	Y	H	B	Q	G	Z
X	M	O	O	R	W	I	A	F	E	U	A	M	A	R
G	U	F	T	L	E	D	N	F	J	R	D	E	G	A
K	N	K	B	S	I	S	A	S	M	P	S	L	I	Y
D	D	K	V	R	A	V	P	Y	G	D	W	R	T	A
B	E	Z	U	K	U	P	W	E	G	D	B	O	A	N
G	T	G	Z	N	S	T	I	Ñ	T	L	P	S	F	R
H	E	F	O	G	D	A	U	L	Y	O	M	A	I	Y
S	C	O	C	A	C	O	L	A	O	R	R	R	D	F
M	R	A	F	A	E	L	H	O	W	P	Y	I	E	Z
L	K	N	W	B	U	A	P	W	W	T	F	O	O	Q
I	V	E	R	D	A	M	V	E	A	D	N	T	S	U
R	H	Z	G	B	Ñ	W	Y	Ñ	N	T	R	J	F	G
Ñ	T	T	A	L	D	G	P	V	U	I	F	U	Y	V

PALABRAS A BUSCAR:
nayar, cocacola, elrosario, polipastos, seguridad, rafael, mundet, fatiga, respeta, madre

Ganadores de la trivia del mes de Mayo:

Arturo Zuñiga
Lidia Barajas
José Alfredo Romero
Blanca Muñoz

NOTA: No se podrá ganar más de dos veces seguidas en un lapso de 3 meses y dará prioridad a aquellos que no hayan ganado. Si eres ganador pasa por tu vale al Dpto. de Desarrollo organizacional.

ENSA

DICOSA

Junio

■ Cortes Soria Francisco Javier	16
■ Sánchez Pérez María De Jesús	17
■ Ramos Díaz Juan José	17
■ Mayorga García Guadalupe	18
■ Cruz Hinojosa José Juan	18
■ Márquez Castellanos Efraín	18
■ Sánchez Reyes Octavio	19
■ Agosto Cobián Julio Cesar	21
■ De Riquer Rosas Lidia Cristina	21
■ Sandoval Rodríguez Cristhian	21
■ Soriano Vidal Sergio Marvin	21
■ Salazar Guzmán Héctor Manuel	22
■ Ramírez García Antonio Stevens	22
■ Romero Torres Héctor Manuel	23
■ Guzmán Díaz Ponciano	24
■ Ibarra Carlos Francisco	24
■ García Cisneros Francisco Javier	25
■ Cruz Verdín Jovan Isaias	25
■ Sánchez Cisneros Roberto	27
■ Bustamante Desiderio Oscar	27
■ Ortega Trejo Christian	27
■ Hernández Medrano Homero	28
■ Suarez Medina Flor De Dalía	28
■ Gómez Rodríguez Irene De La Cruz	28
■ Negrete Bravo Mario Alberto	28
■ Olivares Villarreal José Luis	29
■ Macías Cano Vidal	29
■ Carrillo González Wilbert Alejandro	29
■ Franquez Andrade Verónica	30
■ Hernández Barragán Eduardo	30
■ Díaz Hernández Jorge Luis	30
■ Flores Arreola Victor Severo	30

Antigüedad

- Mayor de 20
- Entre 10 y 20
- Menor de 10
- Menor de 3



Julio

■ Ramírez Peña José Luis	1
■ Macías Andrade Aarón	1
■ Martínez Aceves Mario Alberto	1
■ Jacobo Puentes Enrique	2
■ Serrano Guzmán Alan Leonardo	2
■ Velázquez Beltrán Eloy	3
■ Méndez Martínez Julio Cesar	4
■ Villalobos Soria Cesar Manuel	5
■ Esquivel Duran Adrián Eduardo	5
■ Rodríguez López Nora Fabiola	5
■ Barrera Sánchez Cesar Iban	6
■ Ramirez Orozco Mario Armando	6
■ Ramirez Cedano Hugo Enrique	6
■ Sandoval Cortez Cesar Octavio	6
■ Orozco Pérez Arturo Bertín	6
■ Partida Flores Roberto Hildebrando	7
■ Larios Mejía Juan Pablo De Jesús	7
■ Pérez Casas Luis Daniel	7
■ Pérez Alegria Diana Carolina	7
■ Barocio Herrera Héctor Isaias	9
■ González Valenzuela Victor Hugo	9
■ Cruz Torres Felipe	9
■ Anguiano Parra David Alonso	9
■ Talamantes Luis Humberto	10
■ Zavala Medina Gildardo	10
■ Vázquez Peña Francisco Armando	10
■ Rubio Solís Mario	10
■ López Ruiz Mario	11
■ Jaime Urenda Pedro	12
■ De Dios Rosales José Rubén	12
■ Hermosillo Guerra Ángel Gabriel	12
■ Maldonado Pérez José Alejandro	12
■ Castellanos Martínez Miguel Adolfo	12
■ Díaz Valdez Sergio	12
■ Cano Santana Rubén Omar	13
■ Ramirez González José Alonso	13
■ Muñoz Hernández Rodrigo De Jesús	14
■ Ramirez Jiménez Edgar	14
■ Francisco García Salvador	15
■ Contreras Cano Enrique Guadalupe	15
■ Romero Esparza Maurilio	15
■ Blancarte Murillo Andu	15
■ Arellano Parra Luis Alberto	15
■ Melgoza Coronel María Guadalupe	15
■ López Sánchez Mara Lizbeth	15

Junio

■ Castañeda Cárdenas Abraham	16
■ Ramirez Robles José Trinidad	16
■ Salcedo Medina Andrés	17
■ López Frias Verónica	17
■ Rodríguez Rodríguez Manuel	17
■ Avalos Benitez José Antonio	17
■ Orozco Medina Edwin Gilberto	18
■ Armenta Ontamucha Guillermo	19
■ González Castro Jorge Luis	19
■ Estrada Arreola Christian R	19
■ Navarrete Flores Silverio	20
■ Jiménez García José Alfredo	20
■ Guerrero Valdo Juan Raúl	21
■ Ontiveros Robles Luis Adolfo	21
■ Huitron Riszo Sonia Yesenia	21
■ Ramirez Cárdenas José Antonio	22
■ Saucedo Ramos Arturo	22
■ Ramirez Cervantes Jorge Antonio	23
■ Morales López Rosendo	23
■ Rodríguez Melchor Juan	24
■ Plascencia Cruz José Manuel Guadalupe	24
■ Cardona Llanez Juan Carlos	24
■ Carlos Martínez Juan	24
■ Flores Langarica Juan José	24
■ Prado Casas Juan	24
■ Espericueta Ruvalcaba Héctor Rafael	25
■ Ochoa Reyes Santiago	25
■ Cervantes Bravo Cristian Armando	27
■ Guerrero Romero Jose Miguel	27
■ González García María Elizabeth	27
■ Lopez Adalíz Juan Antonio	27
■ Oropeza Chavez Miguel Angel	27
■ Alvarado Curiel Prisma Marcela	28
■ Márquez Flores Francisco Javier	28
■ Camacho Santana Carlos Ignacio	28
■ Sánchez Ruiz José De Jesús	29
■ Rodríguez Aguayo Pablo Ernesto	29
■ Rodríguez Sánchez Noel Iván	29
■ Sánchez Román Pablo Eric	29
■ Castellanos Ledezma José Manuel	30
■ Estrada Padilla Carlos Enrique	30
■ Almaraz Juárez Jorge Armando	30

Julio

■ García Hernández Arnulfo	2
■ Vázquez Zamora Salvador	2
■ Zavala Raygoza Victor Eduardo	2
■ López Sánchez Karla Leticia	2
■ Álvarez Sotelo José Alejandro	3
■ Cruz González Tomas	3
■ Valle Martínez Miguel Ángel	4
■ Segovia Rangel Victor Anselmo	4
■ Morelos Sánchez Francisco	4
■ Morelos Rosales Edgar Emmanuel	4
■ Ramirez Burgoín Michael	4
■ Parra Ayón Norma	5
■ Tarula Ruiz Gustavo	5
■ Castillo Ruelas Tranquilino	6
■ Ibáñez Venegas Hilario Isaias	6
■ Del Castillo Cristian David	6
■ Jaime Rodríguez Francisco Fernando	6
■ Zepeda Velarde Alejandro	8
■ Ochoa Mejía José Isabel	8
■ Cortes García María Isabel	8
■ Ventura Sánchez Jesel Sanyar	8
■ Andrade Alejandro	12
■ Rodríguez Mora Martín Francisco	13
■ Jiménez Salcedo Oscar Gerardo	13
■ Atreola Flores Pedro Ángel	13
■ López López Carlos	13
■ Robles Figueroa Alberto	14
■ Hernández Díaz Luis Servando	15
■ Díaz Sánchez Dante	16
■ Quintero Arias Edgar Alonso	16
■ Jiménez Mancillas Juan Carlos	16
■ Aguilar Manguía Alejandro	16

Grupo Embotellador Nayar
LES DESEA UN FELIZ CUMPLEAÑOS



Sidral Mundet

Desde marzo de 1902 es un refresco mexicano elaborado con jugo pasteurizado de manzana. Su característico y delicioso sabor está inspirado en México: sus colores, tradiciones y costumbres. Es otra opción de hidratación de nuestro portafolio, es baja en sodio y no contiene colorantes artificiales.



LO
BIEN
HECHO
HACE
BIEN.