

Revista de: @impulsaemprendetv Ejemplar N 22 **Junio 2024**

> Especial día del Padre

Liderazgo y paternidad

Stronger Together **RD Evento** internacional

> Outfit de vacaciones

Licenciada en Comunicación y periodismo, periodista y presentadora de televisión 15 años de experiencia. Fotografía: Raúl Ramírez

- Editorial

Directora: Rosario Silva Bravo **Diseño y montaje**: Impulsa Emprende. **Ventas y RRPP**: Ingrith Gutierrez.

- Contáctanos

www.impulsaemprende.com Email: contacto@impulsaemprende.com WhatsApp: +56995005040 <u>https://linktr.ee/impulsaemprendetv</u>

- Nuestras redes

-Facebook.com/impulsaemprendetv
 -Instagram: @Impulsa Emprendetv
 @impulsaemprende.oficial

-Youtube: Impulsa Emprende TV -LinkedIn: Impulsa Emprende

¡Gracias por visitar e impulsar Nuestra Revista! En nuestra edición especial día del padre, te invitamos a navegar en cada página homenajeando a un rol fundamental y valioso en nuestra humanidad.

Celebramos a esos hombres líderes excepcionales que con amor, dedicación y entrega, han abrazado el increíble viaje de la paternidad. Es un día para honrar a los padres que no solo proveen, sino que también enseñan, guían y, sobre todo, inspiran. Gracias por ser los pilares de nuestras familias, los modelos a seguir y los héroes en los ojos de sus hijos. ¡Feliz Día del Padre a todos los papás que hacen del mundo un lugar mejor con su presencia y amor!



Más allá de la celebración comercial, el Día del Padre es una ocasión para homenajear y agradecer el amor, el impulso y entrega de los padres en todo el mundo. Es un día para celebrar, honrar y valorar el invaluable regalo de la paternidad.

Te invitamos a disfrutar nuestra edición especial de Junio.

@rosariosilvabravo, alias RoSi

05



Sección Bienestar

-Si es mamá.

14



Sección Bienestar

-El Silencia Jacqueline Tineo. **1**5



Sección Bienestar

- Liderazgo de un papá, el poder que te impulsa en la vida. Rosario Silva Bravo. 26



Sección Negocios

-El impacto de ventas digitales en el día del padre. Ramiro Parias.

Contenido. 21 33 39 56



Sección Bienestar

-De vacaciones, outfit Miosotis Joaquín.



Destacad@

-No a la violencia de género Mariana Dupleich



Sección Negocios

- ¿En México celebramos
- más a Mamá que a Papá?
- Yazmín Arroyo

Proyectore Magazine

Sección alianzas

- -Hablemos de autoestima en el aprendizaje.
- -Padres tóxicos, ¿Qué hacer con ellos?
- -Karaoke con chinches.

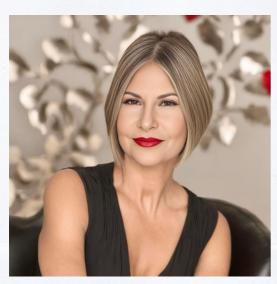
-59 páginas -

Bienestar

"La paternidad es un viaje de amor y aprendizaje continuo que enriquece tanto a los hijos como a los padres, promoviendo el bienestar y la felicidad en la familia"

SI ES MAMÁ MEJOR

-...XX



- Por Mercedes Jahn Coach Ejecutiva Integral www.jahninstitute.com

Me llegó un whatsapp de mi querido amigo, Carlos Vivar, gran experto en capital humano y autor de "La Revolución del Capital Humano". El video que Carlos me compartió mostraba las ventajas para las organizaciones de tener mujeres en su plantilla, y que además sean mamás.

Me quedé pensando en esto, y revisando lo que como mamá aplico en mi trabajo...

¡Es cierto! me dije mis clientes son como mis hijos

Los admiro, los aprecio, y sin duda que me interesa sobre manera que sean plenos y exitosos. Los trato con calidez y admiración, con mucho cariño, gran respeto y ... directo! Sin tapujos ni "adornos" que les confundan y retrasen sus resultados Me aparto para que experimenten, acierten, se equivoquen, y corrijan; Los observo a la distancia.

Escucho lo que me dicen, y escucho lo que no me dicen, sus gestos, su tono de voz, su energía. Leo entre líneas, algo que mis hijos me enseñaron... La tolerancia a la frustración, que maravilla! una destreza tan valiosa. El trabajo en equipo y el beneficio de todos es sin duda una habilidad que desarrollé con ellos, y pensar a largo plazo... hacer hoy lo que a futuro rinde mayor plenitud...

5 - Impulsa emprende

alguna De manera nos hemos comprado que el tiempo con los hijos es "tiempo perdido" y un hoyo en nuestra carrera profesional... contrario!, es una cúspide escalada con precisión, éxito, amor, dedicación, perseverancia, foco, compromiso, interés genuino en el futuro de personas que representan avance, evolución. nuevas perspectivas, desarrollo, prosperidad.

Según les enseñamos. ellos responden y no me extrañaría, que por ello, en las últimas décadas, hemos presenciado avances significativos en la igualdad y equidad de género en diversos ámbitos, sin embargo, persisten desafíos en el mundo empresarial, especialmente en lo que respecta a la representación de las mujeres en roles directivos. Aunque se han realizado progresos, la brecha de género en el liderazgo sigue siendo un obstáculo importante que relentiza el pleno potencial de las organizaciones. Es crucial promover activamente a las mujeres a roles de dirección por varias razones fundamentales.





 Por Mercedes Jahn Coach Ejecutiva Integral www.jahninstitute.com



- a. Diversidad de pensamiento y perspectivab. Representación equitativa
- c. Mejora del desempeño empresarial/financiero: Numerosos estudios

(https://webapps.ilo.org/infostories/es-ES/Stories/Employment/beyond-theglass- ceiling#introduction de la Organización Internacional del Trabajo)

- d. Impacto en la sociedad
- e. Maternidad: Las capacidades que se desarrollan y/o refuerzan con la el maternidad. "multitasking", organización y la estrategia unidas a la implementación, la escucha y comunicación con el trabajo en equipo para fomentar climas laborales estimulantes, el apoyo que motiva y genera personas con iniciativa. responsabilidad creatividad, entusiasmo, el "drive" de hacer lo que es correcto que desarrolla personas con sentido de justicia y equidad, cariño y amor para ser y hacer el bien común e ir más allá de "business as usual".

En resumen, promover a mujeres a niveles directivos no solo es una cuestión de justicia social, sino también una estrategia empresarial inteligente y rentable. Al aprovechar la diversidad de pensamiento y experiencia que las mujeres aportan, las organizaciones pueden impulsar la innovación, mejorar su desempeño financiero y fomentar cultura de una igualdad de oportunidades que beneficie a todos. Es hora de que las empresas reconozcan el valor intrínseco de la diversidad de género y tomen medidas concretas para promoverla en todos los niveles de la jerarquía organizativa para aumentar la innovación, mejorar el desempeño y construir un futuro más equitativo y próspero para todos.

> - Por Mercedes Jahn Coach Ejecutiva Integral www.jahninstitute.com

Siente

por Rosi Bravo

El albúm que impulsará tu vida



"La soledad no deseada en personas mayores de 60 años"

-...un desafío para la salud y el bienestar

Life Go APP

Bienestar 360





La soledad es un fenómeno común en la vida de las personas mayores, pero cuando se convierte en una experiencia persistente no deseada. puede tener consecuencias negativas para la salud y el bienestar. Exploremos en la naturaleza de la soledad no deseada en personas mayores de 60 posibles años. sus causas consecuencias. así como las abordar estrategias para este desafío creciente.

A medida que las personas envejecen, es natural que experimenten cambios en sus redes sociales y en sus roles sociales. La jubilación, la pérdida de seres queridos y la disminución de la movilidad

pueden contribuir a la soledad en la vejez. Sin embargo, no todas las personas mayores experimentan la soledad de la misma manera. Algunas personas pueden sentirse solas incluso cuando están rodeadas de otros, mientras que otras pueden disfrutar de la soledad como un momento de reflexión y descanso.

Es importante distinguir entre la soledad no deseada y la soledad elegida. La soledad elegida se refiere a la elección consciente de pasar tiempo solo, mientras que la soledad no deseada es aquella que se experimenta como una falta de conexión social satisfactoria.

9 - Impulsa emprende



La soledad no deseada puede estar asociada con sentimientos de tristeza, ansiedad y baja autoestima, y puede aumentar el riesgo de depresión y otros problemas de salud mental.

Las redes de apoyo como antídoto contra la soledad

Las redes de apoyo son fundamentales para contrarrestar la soledad no deseada en las personas mayores. Estas redes pueden estar compuestas por amigos, familiares, vecinos, grupos comunitarios y profesionales de la salud. Proporcionan un sistema de apoyo emocional, social y práctico que puede ayudar a los adultos mayores a sentirse conectados y valorados.

Cómo los jóvenes pueden desempeñar un papel significativo en la promoción y fortalecimiento de las redes de apoyo.

Algo muy relevante en torno a este tema, es notar cada vez más la intergeneracionalidad en el bien común, es por ello que acá mencionamos algunas formas en que los jóvenes pueden incentivar y apoyar estas redes:



- 1. Promoción de la inclusión social: Promover la inclusión social de las personas mayores en la comunidad, asegurándose de que se sientan valoradas integral de parte sociedad. Esto puede incluir invitar a personas mayores a eventos comunitarios o actividades recreativas.
- 2.**Uso** de la tecnología: a las Ayudar personas mayores a utilizar tecnología para mantenerse conectadas con sus redes de apoyo. Esto puede incluir enseñarles a usar redes sociales, aplicaciones mensajería o videollamadas para comunicarse con amigos y familiares.
- 3. Fomento de relaciones intergeneracionales:

Fomentar relaciones intergeneracionales al interactuar de manera regular con personas mayores en sus vidas, ya sea a través de la familia, la escuela o la comunidad.

Estas relaciones pueden proporcionar a las personas mayores un sentido de pertenencia y conexión.

- 4.-Sensibilización У educación: Crear conciencia sobre los desafíos que enfrentan las personas mayores en términos de soledad y la importancia de las redes de apoyo. Esto puede hacerse a través de campañas de sensibilización, comunitarios eventos proyectos educativos.
- 5. Escucha activa: Practicar escucha activa la al interactuar con personas mayores, brindándoles espacio seguro para compartir sus experiencias, preocupaciones У necesidades. Esto puede fortalecer las relaciones fomentar un sentido de apoyo mutuo.
- En conclusión,

las redes de apoyo

desempeñan un papel crucial

en la lucha contra la soledad no deseada en las personas mayores de 60 años. proporcionar compañía, apoyo emocional, oportunidades de participación social y acceso a recursos y servicios, estas ayudar redes pueden mejorar la calidad de vida y el de los bienestar adultos mayores.



Todos y todas podemos contribuir a combatir la soledad no deseada

Es por ello que junto a un equipo intergeneracional mujeres de emprendedoras, hemos querido dar respuesta ello, y a través de este artículo, invitarlos a conocer Life Go App, una aplicación móvil que se centra en el aprendizaje social y que hemos diseñado para entregar mayor bienestar compañía, especialmente aquellos que ya viven sus 60+ y para todos quienes quieran seguir aprendiendo sobre temas relacionados con el bienestar Integral, Arte y Cultura, promoviendo la interculturalidad intergeneracionalidad, ya que está disponible para todo habla hispana.

Esta aplicación móvil se encuentra disponible en las tiendas de AppleStore y GooglePlay, con un gran contenido gratuito, donde podrán navegar sobre distintos de asociados al bienestar integral, como:

- Bienestar Físico, Mental, Emocional, Económico, social, etc - Arte y Cultura
- Actualidad Digital
- Emprendimiento y Mundo Laboral

Además de espacios para compartir como Actividades & juegos y Tertulias & Conversatorios. Los temas desarrollados los encontrarán en forma escrita, cápsulas grabadas y acceso a clases en línea.

Creemos que todos y todas podemos contribuir a combatir la soledad no deseada o elegida como sociedad, a veces con acciones tan simples, pero significativas como vincularlos con comunidades y espacios como el de nuestra aplicación, que contribuyan a su sociabilización e interacción como parte de los apoyos que puede acceder la persona, desde su propio celular móvil.

Hacemos la invitación a vivir de manera inclusiva, con disposición siempre a seguir aprendiendo acompañados, siendo parte de una comunidad que ofrece bienestar y compañía a través del aprendizaje.

 Waleska Ide Romero Co Fundadora Life Go App https://www.lifegoapp.com

Academia Nacional de Historia y Geografía UNAM

Centro de Estudios sobre la

MUJER

Directora del Festival

Beatriz Saavedra Gastélum

Palabras de bienvenida

Dra. Elisabeth Kehrer, Embajadora de Austria en México

Participantes

Christine Hüttinger Lucía Rivadeneyra

> 27 de Junio 17:00 horas















Paseo Lomas Altas 211, Col. Lomas Altas Alcaldía Miguel Hidalgo, C.P. 11950 Ciudad de México

Jacqueline Tineo

Periodista, Coach , Speaker, escritora, Productora y capacitadora radial. Fundadora y presidente de Fundación De Mujer a Mujer. CEO de Pregón Latino Radio y Pregón Latino Revista, CEO de Radio Amor Fm.

Creadora Tribu de mujeres Grandiosas y sus productos.

Presidente de Internacional Senate of Womenr

CEO Pregon Latino Radioa



II Silencio

EHace mucho tiempo descubrí que EL SILENCIO - Silencios del alma" (como se llama mi libro), es una de las formas más cercanas, honestas y sinceras para escuchar los sonidos- palabras guardadas, silenciadas, ahogadas en el alma.

Descubrí que estar en silencio es cuando más habitantes hay en mi.

Descubrí palabras ensordecedoras.... Y entonces me di cuenta, que en el silencio de mi alma, en la soledad habitada, convivían los dioses y demonios, la calma y la tempestad, la paz y la guerra ... descubrí cuan fuerte puedo ser , y cuan vulnerable también....

entonces, el silencio me adentro a un laberinto interminable de preguntas, de miradas, risas, juegos, colores !... me enseñó que el silencio es hablador más que las mismas palabras... y me enseño por unas rendijas de luz, mi propia luz, mi propia sombra, la vida misma.

Y allá en una esquinita escondida se encontraba ella, sin máscaras, sin dolor, siempre ella, auténtica, escribiendo su propia historia, los silencios de su alma, escribiendo sobre la otra yo: Ella, con alas de libertad.

Liderazgo de un Papá El poder que te impulsa

Al nacer nuestra seguridad, coraje y confianza en la vida es entregada por nuestros padres.

La paternidad liderazgo, el aunque parecen conceptos distintos a primera vista, comparten una serie de características habilidades fundamentales que se complementan de manera significativa. Ambos roles requieren un delicado equilibrio entre guía y apoyo, disciplina y amor, visión y acción. este artículo. En te comparto los principios del liderazgo que pueden enriquecer la paternidad y cómo la experiencia de ser padre o madre puede mejorar nuestras capacidades como líderes.

El rol de padre es el que impulsa en la vida a cada pequeño o pequeña a vencer sus propios miedos e ir adelante en lo nuevo, aceptando con actitud los desafíos que la vida presente.

<u>@rosariosilvabravo, alias RoSi</u>

 CEO Impulsa Emprende & Impulsaemprende TV Autora de obras de transformación personal y liderazgo



La Visión y el Propósito

Un líder eficaz tiene una visión clara y un propósito definido. De igual manera, los padres deben tener una idea clara de los valores y principios que desean inculcar en sus hijos. Esta visión no solo proporciona dirección, sino que también inspira y motiva a los niños a alcanzar su máximo potencial. Los padres, al igual que los líderes, deben ser capaces de comunicar esta visión de manera comprensible apasionada, asegurando que sus hijos comprendan el porqué de sus enseñanzas y directrices.

La Comunicación

comunicación el pilar es fundamental tanto en el liderazgo como en la paternidad. Los grandes líderes son aquellos que saben escuchar, empatizar y comunicarse de manera efectiva. Del mismo modo, los padres deben ser buenos oyentes, capaces de entender las necesidades y preocupaciones de sus hijos. Una comunicación abierta y honesta fomenta la confianza y el respeto mutuo, esenciales para sólidas construir relaciones duraderas.



El liderazgo paternal

Inspira y motiva a alcanzar el máximo potencial

El Ejemplo Personal

El liderazgo auténtico se basa en el ejemplo. Los líderes inspiran a través de sus acciones, no solo con sus palabras. En la paternidad, el ejemplo personal es aún más crucial. Los niños aprenden observando a sus padres. Si padre 0 madre demuestra integridad, respeto, responsabilidad y amabilidad, es probable que sus hijos internalicen estos valores y los reflejen en su comportamiento. Ser consciente de que cada acción es una lección silenciosa ayuda a los padres a actuar con mayor responsabilidad У coherencia.

La Toma de Decisiones

La capacidad de tomar decisiones firmes y justas es otra habilidad compartida entre líderes y padres. Las decisiones en la paternidad, como en liderazgo, deben estar informadas y considerar tanto el bienestar a corto plazo como las consecuencias a largo plazo. Esta habilidad también incluye cuándo ser flexible y adaptarse a las circunstancias cambiantes. demostrando una mentalidad abierta y resiliente.

La Motivación y el Reconocimiento

Un buen líder sabe cómo motivar a su equipo, reconociendo sus logros y brindando apoyo constante. En la paternidad, la motivación se traduce en alentar a los hijos, celebrar sus éxitos y ayudarlos a superar los fracasos. Reconocer el esfuerzo y los logros de los niños no solo fortalece su autoestima, sino que también los incentiva a seguir esforzándose y desarrollándose. La retroalimentación positiva es un poderoso impulsor del crecimiento personal y emocional.

La Resiliencia y la Paciencia

(go;

(90)

٥٦

Tanto el liderazgo como la paternidad requieren una gran dosis de resiliencia y paciencia. Los líderes y los padres enfrentan desafíos y contratiempos que ponen a prueba su fortaleza y perseverancia. Ser resiliente significa aprender de los errores, mantenerse firme en los momentos difíciles y seguir adelante con optimismo. La paciencia, por otro lado, es esencial para guiar a los hijos en su crecimiento y desarrollo, permitiendo que aprendan a su propio ritmo y ofreciendo apoyo constante sin prisa y sobre todo sin violencia o malos tratos.

EL MEJOR LIDERAZGO EN LA PATERNIDAD

RADICA EN GUIAR CON AMOR DEDE EL EJEMPLO HACIA LA MEJOR VERSIÓN

La Adaptabilidad

El mundo cambia constantemente, "Lo constante en la vida es el cambio" y tanto los líderes como los padres deben ser adaptables para enfrentar nuevas situaciones y desafíos. La capacidad de adaptarse a las circunstancias cambiantes, de aprender, desaprender y reaprender es evolucionar, esto es crucial para el éxito en ambos roles. La paternidad, en particular, implica un aprendizaje continuo y la capacidad de ajustar enfoques y estrategias a medida que los hijos crecen y sus necesidades cambian, siendo la mejor guía la propia intuición.



Si te das cuenta el liderazgo y la paternidad están intrínsecamente conectados por la naturaleza de sus responsabilidades y habilidades compartidas. Ambos roles implican inspirar, comunicar guiar, aprender. Al adoptar y aplicar principios de liderazgo en paternidad, los padres no solo pueden criar hijos más seguros, responsables y empáticos, sino que también pueden mejorar propias capacidades como líderes en otros aspectos de la vida. Al final del día, ser un buen líder y ser un buen padre o madre son dos caras de la misma moneda: ambas buscan el desarrollo y bienestar de aquellos a quienes guían y aman de forma incondicional.

¿Te gustó? ¡COMPARTE EL ARTÍCULO!

Te invito a leer mis obras de transformación personal disponibles en Amazon y oír mi en todas las plataformas. álbum "SIENTE" en todas las plataformas.

@rosariosilvabravo, alias RoSi

 CEO impulsa Emprende & impulsaemprende TV Autora de obras de transformación personal y liderazgo

¿Si te has sentido así?

- Sensación Estancamiento respecto a tus metas
- Problemas para transmitir ideas y expectativas claras.
- Sin hábito de lectura y aprendizaje.
- Dificultad para comunicarse en forma clara.
- Ausencia de visión, plan y propósito

En el café literario lograrás



- Oesarrolla pensamiento crítico en el análisis.
- Amplia tu conocimiento en diversos temas.
- Mejora la comunicación en expresión y verbal.
- Crecimiento personal y profesional
- Reduce el estrés dando un equilibrio emocional y mental
- Conexión en red dando una visión clara y compartida.

(20 - Impulsa emprende)



Participa e inscribe en el formulario

DE VACACIONES OUTFIT Y BUENAS COSTUMBRES

- Miosotis Joaquín

Facilitadora de Imagen Personal y

Corporativa

CEO Imagen y Ética

@miosotis.joaquinoficial

Hola, un honor encontrarme con ustedes una vez más y compartirles un poquito de mi #Vidadeaprendiz.

En esta ocasión hablaremos de las Buenas Costumbres y Agenda cuando organizamos las Vacaciones Familiares.

Waooo, es complicado cuando hablamos de Familia ya sea esta con menores o adultos. Lo primero que debemos coordinar es la fecha, lugar y actividades que realizaremos.

Dedicaremos una serie de articulos, así podrás tener las herramientas que permitan que fluyan en armonía y disfrute de todos.



Reglas de oro

- 1.Lluvia de Ideas que involucre a todos los vacacionistas.
- 2.Si vamos al exterior chequear toda la documentación necesaria.
- 3. Ir un paso a la vez en nuestra agenda de preparación (Transporte, Medicamentos, Ropa, articulos personales, regalos, etc)



La parte que trataremos en este artículo es la Preparacion de nuestro equipaje (recuerda soy Dominicana y quizás algunos términos no sean similares a los tuyos). El mayor dolor de cabeza es que todos deseamos comprar articulos nuevos; vamos de aquí para allá y olvidamos que si ya tienes un Closet Inteligente muchas de las cosas que requieres ya la tienes y es de sabios no hacer gastos innecesarios.

Existe alguna fórmula para tener lo necesario? Y no partir del lema Por si lo necesito?. Te comparto la mía.

- 1. Identificar las actividades. Una vez están identificadas hacer un plan visual de las piezas requeridas por actividad.
- 2. Cantidad..aquí los caballeros ponen la mano en la cabeza. Normalmente no tendremos tiempo de más de 2 cambios de ropa por dia; en ocasiones solo uno. Aunque nunca lo admitimos.
- 3. Las vacaciones tienen la particularidad de que dependerán casi en más de 60% de las actividades el otro 40% de nuestro estilo.
- 4. Las Telas y Colores dependerán de la temporada y el clima del lugar donde vacacionaremos.
- 5. Combinaciones. Para empacar la menor cantidad de piezas posibles visualizalas combinando una pieza en varios Outfit.

- 6. El calzado. Existen calzados que permiten más combinaciones que otros. Nunca fallara mi regla de tres: zapatillas deportivas o tenis, zapatillas casuales color neutro y zapato formal según tu estilo. Otras (os) prefieren combinar por cada Outfit..complicado porque cargaremos más.
- 7. Complementos. Básicos: cinturón, cartera (formal, cangurera y bolso mediano), accesorios que combinen con varios Outfit o una clásico que combinen con todos.

Mis piezas que nunca fallan, cuando estas unas vacaciones que puede pasar de todo y más si somos caribeños:

- 1 pantalón deportivo
- 1 jeans largo color basico
- 1 pantalón clásico en color neutro
- 1 falda (Estilo que Prefieras) para mí la corte A y la circular. Me permiten mayor combinación y adaptación)
- 2 Tshirt o piezas de tirantes
- 2 blusas de mangas (de tu preferencia)
- 1 abrigo (dependiendo el clima del lugar a vacacionar)
- 1 vestido Coctel
- 1 maxi vestido
- 1 chaqueta clásica (color básico)
- 1 jont suite
- 1 ropa de playa
- 2 pashimina o pañuelos que puedas combinar

Y mi punto preferido..*que no requieran* ser planchadas.





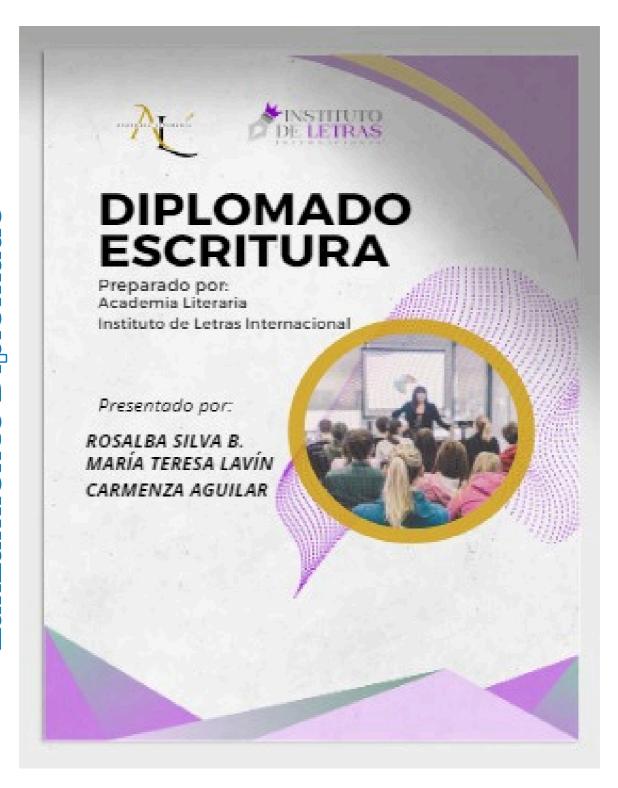
Me gustaría me escribieras a imagenyetica@gmail.com y combinamos juntos tu equipaje.

Gracias por ser parte de mi Vida de Aprendiz.

No olvides "La Imagen es el Reflejo de lo que Eres y deseas Proyectar".

- Miosotis Joaquín

Instagram: @miosotis.joaquinoficial



Sección

Negocios Herocios

> - En nuestra sección de negocios abordamos temas para el crecimiento empresarial, buenas prácticas, metodologías, innovación, finanzas, capacitaciones, aspectos digitales, ¡Esperamos que disfrutes!



-@RamiroParias Conferencista y Consultor de Marketing Digital. Certificado Google Partner.
Contacto en www.RamiroParias.com

- ¿El Impacto del Día del Padre en las Ventas Digitales en LATAM:
- Una Oportunidad para el Crecimiento Sostenible.

El Día del Padre ha emergido una de las fechas como comerciales más relevantes en América impulsando Latina, significativamente las ventas digitales. Como redactor de contenidos educativos para internet, me propongo analizar los factores clave que contribuyen a este fenómeno y explorar las estrategias que las empresas pueden implementar para aprovechar al máximo esta oportunidad.

Adopción acelerada del comercio electrónico: La pandemia aceleró la adopción del comercio electrónico en la región, impulsando a las empresas a adaptar sus estrategias para el mundo digital. Aquellas que han invertido en su presencia online y marketing digital en han experimentado un crecimiento notable en sus ventas.

El Día del Padre, una oportunidad de oro: Esta festividad representa una ocasión única para las empresas en LATAM.



Al aprovechar el poder del marketing digital, la innovación en ecommerce, la inteligencia artificial y el análisis de datos, las empresas pueden no solo incrementar sus ventas, sino también fortalecer su relación con los clientes y asegurar un crecimiento sostenible a largo plazo.





Estrategias de marketing digital: SEO, SEM y campañas en redes sociales son esenciales para aumentar la visibilidad de los productos y atraer clientes potenciales. Promociones y descuentos especiales durante el Día del Padre pueden impulsar aún más las ventas.

Innovación en ecommerce: Las plataformas de comercio electrónico deben ofrecer interfaces intuitivas, opciones de pago seguras y entregas rápidas para mejorar la experiencia del usuario y fomentar la lealtad del cliente.

Inteligencia artificial para personalizar la experiencia: Los algoritmos de recomendación sugieren productos relevantes a los usuarios, aumentando las posibilidades de conversión. Los chatbots brindan atención al cliente en tiempo real, resolviendo dudas y mejorando la satisfacción.

Análisis de datos para comprender al cliente: Las empresas pueden utilizar herramientas analíticas para identificar tendencias de compra y ajustar sus estrategias de marketing para maximizar su impacto.

LATAM, un mercado con gran potencial: La región ofrece un mercado atractivo para las empresas que implementen estrategias innovadoras y adaptadas a las necesidades de los consumidores digitales.

El Día del Padre en América Latina representa una oportunidad excepcional para las empresas que buscan impulsar sus ventas, fortalecer su relación con los clientes y asegurar un crecimiento sostenible a largo plazo. Al aplicar estrategias de marketing digital, innovaciones en ecommerce. inteligencia artificial y análisis de datos, las empresas pueden aprovechar al máximo esta festividad y posicionarse como líderes en el mercado digital.



Elige una agencia con experiencia, capacidad y compromiso para ayudarte a alcanzar las metas.

@RamiroParias Consultor de negocios en internet. Certificado Google Partner. Contactos en www.RamiroParias.com



















FESTIVAL INTERNACIONAL ST



LA MUJER

2024 ENLASLETRAS







Academia Nacional de Historia y Geografía **UNAM**

Directora del Festival

Beatriz Saavedra Gastélum

COORDINADORA INTERNACIONAL MIL MENTES POR MÉXICO Jeanette E. Tiburcio Márquez

COORDINADORA REGIONAL.

LORENA HERNÁNDEZ ALEJANDRO.

Centro de Estudios sobre la MUJER





Este Festival, que se realiza cada año, lo convoca el Centro de Estudios de la Mujer de la Academia de Historia y Geografía de la UNAM (Universidad Nacional Autónoma de México) a través de la Directora del Festival, Beatriz Saavedra Gastelum que, este año, ha depositado su confianza en coordinadoras de todo el mundo.

Se trata de un Festival que nace con la premisa de visibilizar a la Mujer y a su obra, a la vez que genera espacios para su difusión, expansión y conocimiento, convencidos de que las voces de las mujeres han de ser escuchadas para incidir dentro de la realidad social de su tiempo.

Durante los meses de mayo, junio, julio y agosto se realiza este Festival en distintas sedes de varios países, entre ellos Italia, España, México, Argentina, Uruguay y Chile. En cada país se hará en varias Provincias.

Se realiza presentación y lectura de obras literarias a la audiencia, conversatorios y conferencias en relación a la Mujer.

- V FESTIVAL INTERNACIONAL DE LA MUJER EN LAS LETRAS DEL CENTRO DE ESTUDIOS SOBRE LA MUJER DE LA ACADEMIA NACIONAL DE HISTORIA Y GEOGRAFÍA
- COORDINACIONES DE MIL MENTES POR MÉXICO INTERNACIONAL Y LA UNACCC LATAM, Directora del Festival: Beatriz Saavedra Gastélum
- Coord. Internacional Mil Mentes por México Internacional: Jeanette Esmeralda Tiburcio Márquez
- COORDINACIÓN REGIONAL MIL MENTES POR MÉXICO: Lorena Hernández Alejandro
- COORDINACIÓN OUERÉTARO: Lyzzette María Antonieta Tiburcio Márquez
- COORDINACIÓN ADJUNTA QUERÉTARO: Martha Ramírez López
- COORDINACIÓN ADJUNTA QUERÉTARO: Marcela Alderete Saldívar
- COORDINACIÓN ACAPULCO GUERRERO: FRANCISCO XAVIER RAMÍREZ SÁNCHEZ Y NORMA OCHOA LEYVA
- · COORDINACIÓN TABASCO: Yolanda Torres Flores
- COORDINACIÓN BAJA CALIFORNIA: MARÍA DEL ROCÍO GODÍNEZ GUTIÉRREZ
- COORDINACIÓN ADJUNTA BAJA CALIFORNIA: VIRINIA JACQUELINE GARCÍA LARA
- COORDINACIÓN ORIZABA VERACRUZ: Lorena López Vázguez
- COORDINACIÓN HIDALGO: Ana Laura García Solache
- COORDINACIÓN SAN LUIS POTOSÍ: Gloria Ríos Ayzú
- COORDINACIÓN OAXACA: Rocío Morales
 COORDINACIÓN GUANAJUATO: Fernando José Martínez Alderete
- COORDINACIÓN OAXACA: FLAVIO DE JESÚS CASTILLO SILVA
- COORDINACIÓN ESTADO DE MÉXICO: Josefina Toledo Barrón
- COORDINACIÓN YUCATÁN: Libia Lizama Crespo
- COORDINACIÓN CHIHUAHUA: Cuquis Sandoval Olivas
- COORDINACIÓN PUEBLA: Dora María Espinoza Lobato
- COORDINACIÓN NAYARIT: Dinora Partida
- COORDINACIÓN CHIAPAS: Ángeles Ramírez
- COORDINACIÓN MIL MENTES CDMX: Elizabeth Ambriz Olavarrieta
- COORDINACIÓN AGUASCALIENTES: Lilia Lucía del Rocío Rebollo González
- COORDINACIÓN SONORA: Isabel Cristina Murrieta López
- COORDINACIÓN ADJUNTA PUEBLA: Leopoldina Mikaela De La Merced Benitez Robles
- COORDINACIÓN ADJUNTA PUEBLA: Ulises A. Machuca
- COORDINACIÓN MÉXICO: Lorena Hernández Alejandro
- COORDINACIÓN GRECIA: Eva Petropoulou Lianou
- COORDINACIÓN UK: Amiina Mohamed
- COORDINACIÓN MURCIA, ESPAÑA: Isabel A. Martínez Miralles.
- COORDINACIÓN VIENA, AUSTRIA: Neivi Martínez
- COORDINACIÓN URUGUAY: Gabriela Peinado Bertalmío
- COORDINACIÓN ARGENTINA: Kari Krenn
- COORDINACIÓN BULGARIA: Rozalía Alexandrova
- COORDINACIÓN BANGLADESH: TOUFIQ ZOHUR
- COORDINACIÓN FRANCIA: Abu Zubier Mohammed Mirtillah
- COORDINACIÓN PORTUGAL: Maria Do Sameiro Barroso
- COORDINACIÓN ALEMANIA: NATALIE BISSO
 COORDINACIÓN POLONIA: Zbigniew Roth
- COORDINACIÓN GÜIRA DE MELENA, CUBA: Yuray Tolentino Hevia
- COORDINACIÓN PINAR DEL RÍO CUBA: Guillermo Echevarría Cabrera
- COORDINACIÓN ECUADOR: Gisela Jiménez Muñoz
- COORDINACIÓN VENEZUELA: Carla Velásquez
- COORDINACIÓN HONDURAS: DAVID REYNALDO EUCEDA
- COORDINACIÓN AZERBAIJAN: Terane Turan Rehimli
- COORDINACIÓN TUNEZ: Imen Melliti
- COORDINACIÓN PUERTO RICO: ELISA RAMÍREZ
- COORDINACIÓN PARAGUAY: MABEL CORONEL CUENCA
- COORDINACIÓN RUSIA: Olga Levadnaya
- COORDINACIÓN UK: Amina Mohamed
- COORDINACIÓN PERÚ: MIRTHA FACUNDO
- COORDINACIÓN MIAMI, USA: Raysa López
- COORDINACIÓN GUINEA ECUATORIAL: Felisa Úrsula
- COORDINACIÓN BRASIL:Ligia Helena Carvalho
- COORDINACIÓN RÍO DE JANEIRO, BRASIL: Patricia Coelho
- COORDINACIÓN ADJUNTA RÍO DE JANEIRO, BRASIL: Ana Paula Riveiro
- COORDINACIÓN GUYANA FRANCESA: Fred Elisabeth
- COORDINACIÓN ADJUNTA ARGENTINA: Mabel Pereyra
- COORDINACIÓN EL SALVADOR: Elizabeth Marroquín
- COORDINACIÓN COLOMBIA: Damaris Castro Ospino
- COORDINACIÓN ADJUNTA COLOMBIA: Leonardo Sánchez Vanegas
 COORDINACIÓN CANADÁ: Graciela Echaque
- COORDINACIÓN ZARAGOZA ESPAÑA: María Luisa Rubio Orús
- COORDINACIÓN CÓRDOBA ESPAÑA: María Piña COORDINACIÓN SALAMANCA, ESPAÑA: Yordan Arroyo Carvajal

Participa en cada país:

Si deseas participar en Chile escríbenos a editorialimpulsaemprende@gmail.com o por IG @impulsaemprende.oficial _ o https://www.instagram.com/impulsaemprende.oficial/

<u>LinkedIn</u>:revistaimpulsaemprende <u>https://www.linkedin.com/company/94227205/ad</u> min/?

<u>lipi=urn%3Ali%3Apage%3Ad_flagship3_feed%3</u> <u>BpvI9Dgx%2FT%2FOY5CiGIBNGAw%3D%3D</u>

NO A LA VIOLENCIA DE GÉNERO EN TODO EL MUNDO

Quisiera que mi voz se escuche tan fuerte realmente que genere cambios, no sé si en el mundo, pero al menos si en mi país, En un mundo donde la violencia de género sigue siendo una realidad que afecta a millones de mujeres en todo el mundo, es inspirador encontrar a mujeres valientes que luchan incansablemente por un futuro más igualitario y justo.

Mi profesión en el periodismo me llevó a conocer realidades realmente difíciles y entender que no podemos ser indiferentes antes hechos de violencia porque es un mal que puede tocar nuestras puertas en cualquier momento, después de 15 años dedicándome a hacer periodismo estoy más comprometida que nunca con la causa de la equidad de género y la lucha contra la violencia machista.

Es imposible que me conforme con las injusticias que veo a mi alrededor, y he decidido poner especial atención en estos casos para hacer frente a la violencia de género y a promover la igualdad de oportunidades para todas las mujeres.

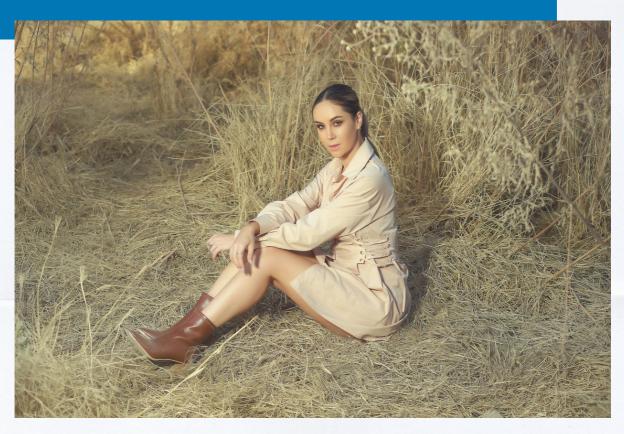
Mariana





La igualdad hacia la mujer es progreso para todos

Me he planteado la misión de ser la voz que desafía las normas de género establecidas y lucha por un mundo donde las mujeres sean tratadas con el respeto y la dignidad que merecen. No es un camino fácil porque vivimos en un país donde las leyes son buenas en papel, pero difícilmente se cumplen a cabalidad en la práctica, esta es una lucha justa y necesaria para construir un mundo más equitativo y justo para todas las mujeres, lo que busco es inspirar a todas las mujeres a no conformarse con las injusticias que muchas de nuestras amigas o conocidas viven, a no normalizar la violencia y a entender que todas son un tesoro valioso.





SEs hora de que la sociedad reconozca y valore el importante papel que las mujeres juegan en la vida profesional y en la lucha por un mundo más justo y equitativo. Es hora de apoyar y celebrar a mujeres que desafían las normas establecidas y trabajan incansablemente por un futuro mejor para todas nosotras

En este artículo quiero invitarlas a todas a que trabajemos juntas por un mundo donde todas las mujeres podamos alcanzar nuestro pleno potencial y ser tratadas con el mayor respeto, les habla una mujer que en 15 años de profesión ha visto historias desgarradoras, feminicidios, golpes y asesinatos, que se pudieron evitar, pero fue tarde, porque el silencio aún habita en muchas mujeres vulnerables.

INI UNA MENOS!

¡¡¡¡Soy Mariana Dupleich, periodista de profesión y una amiga en la que tú que sufres violencia puedes contar!!!!.



(37 - Impulsa emprende







Despierta tus sentidos

★ CON NUESTRA COLECCIÓN DE ACEITES ESENCIALES PUROS.

@mongetun_aceitesesenciales



Descubre el arte de la relajación con nuestros aceites esenciales de lavanda, es una invitación a un estado de serenidad total. ¡Convierte tu espacio en un refugio de paz!

Si deseas emprender en bienestar v si buscas aceites esenciales, contáctanos,

¿En México celebramos más a Mamá que a Papá?

- Yazmín Arroyo Abarca

3

Facebook: yazmin arroyo 391, De Soñador a Empresario, Mesa de Análisis Instagram: yazmin.arroyo2022



A un día de haber celebrado el día del Padre en México, lo hogares en México gastaron entre 500 a mil pesos en regalos, de acuerdo con una encuesta realizada por la firma Pluxee. Según la empresa, para el festejo del día del Padre, la ropa y los accesorios son los favoritos para los regalos, con un 53% de las preferencias, seguidos de los artículos de tecnología, con 30% y las cenas especiales y tarjetas de regalo, con 20% cada una. En tanto que los postres y licores tienen 17% 13% preferencias, las respectivamente.



El dar un obsequio con una diferencia de 9 puntos porcentuales con respecto a la Navidad que ocupa segundo lugar con un 12%, y en primer lugar el día de la Madre y los cumpleaños, que comparten la posición con un 36%.





"Es importante, al momento de las compras de esta celebración, establecer un presupuesto, evaluar opciones, e incluso buscar ofertas en distintos puntos de venta físicos y digitales para elegir mejor", sugirió la empresa.

Según datos de Concanaco Servytur de México, la actividad comercial asociada a este día beneficiará a 4.8 millones de empresas y negocios familiares, de los cuales 50.2% son del sector comercio, 34% de servicios y el 15.8% de turismo. En 2023 la derrama económica por esta festividad fue de 38 mil 500 millones de pesos, de acuerdo con información de ese organismo.

En tanto, de acuerdo con estudios de medición realizados por la Asociación Mexicana de Ventas Online (AMVO), señalo que de cada 10 encuestados, por lo menos ocho afirmaron que celebrarán el Día del Padre y el 86% declaró que es muy probable que realice compras digitales en esta ocasión.

- Yazmín Arroyo Abarca

Escritora Best Seller del libro El lado chido del consumidor Mexicano, Columnista en el periódico digital Gente del Balsas llamada Ecos para la posteridad, Mercadologa, Docente Universitaria, Conferencista y Trainner, Miembro de la International Coaching and Speaker Federation (IC&SF).

Facebook: yazmin arroyo 391, De Soñador a Empresario, Mesa de Análisis

Instagram: yazmin.arroyo2022

Junio es el mes en el que más de 70 países celebran el Día del Padre. En Estados Unidos, Reino Unido y casi toda la región de Latinoamérica, es el tercer domingo de junio (que en 2017 fue el domingo 18); en El Salvador y Guatemala el 17 de junio; y en Nicaragua el 23 de junio.

Y aunque existe una fecha formalmente establecida para celebrar a los papás, es evidente que no recibe tanta atención como el Día de la Madre, sobre todo en términos comerciales y de marketing.

La National Retail Federation (NRF), informa que en 2017 el presupuesto promedio programado por los consumidores para comprar un regalo del Día del Padre es de US\$135. En total esto representará US\$15.5 billones para el mercado estadounidense, según el portal neuromarketing.

Analizando que la figura de mamá tiene mayor peso social y emocional, No estamos diciendo que las mamás sean más importantes que De hecho, numerosos papás. estudios dan cuenta de la importancia que tiene la figura paterna en el desarrollo emocional, social y psicológico.

Sin embargo, la percepción que tenemos de una figura y otra no necesariamente es la misma. Podría deberse en gran medida a los Por ejemplo, el estudio "Modern Parenthood", elaborado por el Pew Research Center en 2013, señala que en promedio los padres ocupan 7 horas a la semana en el cuidado de los hijos. Aunque esto representa 2.5 más horas que las que utilizaban en 1965, es únicamente la mitad de las 14 horas que las madres

destinan para la misma tarea.

El Dr. Lars Perner, un experto en psicología del consumidor de la Universidad del Sur de California, asegura que existe un pensamiento generalizado en el que creemos que las mamás merecen mejores regalos y que casi siempre son consideradas como las mayores contribuyentes a la vida hogareña. Esto podría ser resultado del hecho que pasamos más tiempo con mamá que con papá.

Y es que por siglos los roles sociales han destinado a las madres el cuidado del hogar y los hijos, y a los padres se les ha relegado al rol de proveedores materiales. Aunque en los últimos años se ha visto cambio de rumbo y a muchas familias rompiendo estereotipos, la transición es relativamente reciente.



No se trata solo de las madres, que además de ser amas de casa se integran a formalmente a la vida laboral y profesional, convirtiéndose también en proveedoras. Los padres también están interesados en participar más de la vida hogareña.

El estudio "The New Dad: caring, committed and conflicted" señala que un 6% de los padres en Estados Unidos han negociado horarios más flexibles de trabajo después del nacimiento de un hijo. Al mismo tiempo, un abrumador 75% de nuevos padres afirman que desearían tener más tiempo de licencia de paternidad para pasar con su bebé recién nacido.

En 2015, una <u>encuesta realizada a</u> <u>más de 700 consumidores</u> reflejó que más del 40% sentían que es un reto comprar un regalo para el Día del Padre, en comparación con el Día de la Madre.

Recordemos que el cerebro humano está programado para ahorrar energía, si la tarea de escoger un regalo para papá es percibida como difícil (aún si esto no necesariamente es real), evitará hacerlo.



Por ello muchas personas se conforman con una felicitación verbal, porque quieren hacer sentir bien a sus padres, pero no saben qué regalarles.

Sin embargo, año con año las personas cada vez aumentan su presupuesto para gastar en el Día del Padre, como mencionamos antes.

El experto en psicología del consumidor, Kit Yarrow, de la Universidad de Golden Gate en San Francisco, agrega que hoy los padres tienen relaciones emocionales con sus hijos que en generaciones anteriores. facilitará el proceso de escoger y comprar un regalo, a medida que los hijos lo conocen mejor.

- Yazmín Arroyo Abarca

Escritora Best Seller del libro El lado chido del consumidor Mexicano, Columnista en el periódico digital Gente del Balsas llamada Ecos para la posteridad, Mercadologa, Docente Universitaria, Conferencista y Trainner, Miembro de la International Coaching and Speaker Federation (IC&SF).

Facebook: yazmin arroyo 391, De Soñador a Empresario, Mesa de Análisis



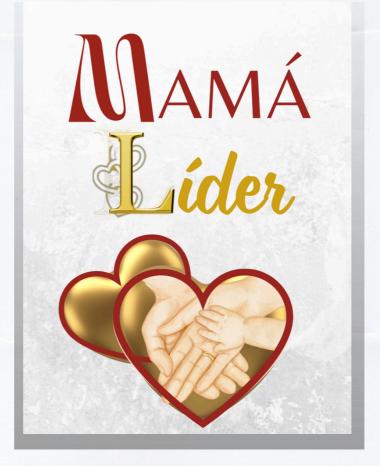
43- Impulsa emprende

Mayo 2024 amazon Mayo Lider



- Susi Velasco

Lanzamiento obra literaria

















LIBRO AUTOAYUDA



- Mamá Líder

Obra literaria colaborativa www.amazon.com

Durante mayo en celebración al día de las Madres en diferentes lugares del mundo se realizará el lanzamiento de la obra colaborativa junto a 12 coautoras, cuyo propósito es compartir el testimonio, historias inspiradoras У hechos importantes de experiencia a la hora de transitar el rol de Mamá, entregando parte importante de su vida a la crianza de un hijo.

Participan coautoras de diferentes países, destacando que independiente de la ubicación geográfica, cultura, todas tenemos una entrega y amor incondicional como progenitores.

Desde tiempos inmemoriales, las madres han tenido un rol fundamental, siendo las guardianas del hogar, las constructoras de sueños y las fuerzas motrices que impulsan el crecimiento y el desarrollo de sus hijos.

Pero más allá de su función tradicional, las madres también son líderes en su propio derecho, ejerciendo una influencia poderosa y transformadora en la vida de quienes las rodean.

En la obra literaria, exploramos concepto del liderazgo maternal y su impacto en el hogar, en la comunidad y en el mundo en general. A través de historias conmovedoras. reflexiones personales estudios de casos inspiradores, descubrimos las cualidades y habilidades que definen a una madre líder y cómo pueden aplicarse en diversos contextos.

A través de estas páginas, celebramos el poder У influencia de las madres como líderes. reconociendo su capacidad única para inspirar, motivar y guiar a otros hacia un futuro lleno de posibilidades. Este libro es un tributo a todas las madres que lideran determinación amor, У un compromiso inquebrantable.

45 - Impulsa emprende

¡Adquiere tu libro en Amazon!

Decidi Emprender.





Mi mundo cambio cuando comprendí que "cada persona tiene un lugar en el mundo que nadie más puede ocupar

Extracto del libro Decidí Emprender Colaborador:

Jaime García, México







Impulsa Emprende

Extracto del libro De Oruga a Mariposa Líder

Coautora: Yazmín Arroyo abarca

Desde que nacemos nuestra familia y la sociedad nos ense- ñan códigos de conducta, sistemas de valores y modelos de significación que se instauran en nosotros, los individuos y se gestan semillas de expectativas de lo que se espera que ha- gamos con nuestra vida.

Sin embargo, existen ciertos acontecimientos que pro- ducen un fuerte rompimiento a nuestra identidad que nos empujan a mirar profundamente hacia adentro, replantear- nos nuestra vida entera y decidir si queremos reconstruir- nos o dejar caer todo al vacío.

48 - Impulsa emprende)



IMPORTANCIA DE LAS DECLARACIONES



NADIA FLORES
TORDOYA

Impulsa Emprende

CONCILIAR CON EL PASADO, ABRAZAR EL PRESENTE Y ANHELAR EL FUTURO.

A veces, empezar es algo difícil, como escribir este capítulo o realizar cualquier actividad por primera vez, más aún cuando hay entusiasmo, pero no hay concentración, disciplina, hábito y otros factores del día a día. A lo largo de mi vida, he adquirido experiencia en el tema, y en la mayoría de los aspectos he sido constante, obstinada y entusiasta, pero poco disciplinada, a pesar de eso, obtuve buenos resultados en lo que me proponía. Cambiar o mejorar algo que es negativo y forma parte de la esencia de cada ser humano siempre va a costar más, más aún cuando hay exceso de sentimiento de libertad y rebeldía ante un procedimiento o sistema.





"Té invitamos a un viaje interno y profundo, con propósito"

Historias que dejan huella e inspiran

Brillantes S

amazon

...También me recuerdo mirando con admiración a mi mamá maquillarse, en una danza con sus manos trazando el delineado en sus ojos. Hoy, viajando por estos recuerdos, descubro ese hilo que, de manera invisible, siempre sostuvo mi pasión latente hasta que despertó muchos años después.







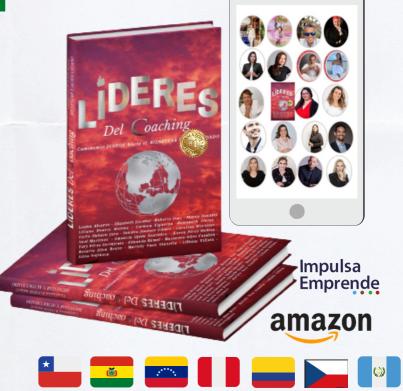
Romaneth Flores



CEO Quántico Consulting Coach Empresarial Organizacional Franquiciadora de GLP Tecnología de innovación

."Trata a un hombre tal y cómo es, y seguirá siendo lo que es; trátalo como puede y debe ser, y se convertirá en lo que puede y debe ser". Jhohann Wolfgang von Goethe

Desde cualquier ángulo de perspectiva, familiar, empresarial, profesional, humana... esta es la frase más redentora, más amorosa la cual puede darle vida hasta la persona que ha perdido el sentido de esta. Esa frase le da valor, en cuánto esta persona haya sentido perderse a sí mismo por las vicisitudes en su vida.





Mamá Líder Lanzamiento



Ingrith Gutierrez realizó junto a las líderes colaborativas presentación del libro Mamá Líder.



Evento Internacional Stronger Together RD

La asesora de imagen y líder colaborativa en nuestra revista *Miosotis Joaquín* electa como Embajadora y Mujer de Poder Stronger Together RD en evento internacional



Casita Literaria Colaborativa



Eventos para promover la cultura de Casita Literaria Colaborativa en diferentes ubicaciones.







REVISTA IMPULSA EMPRENDE



@impulsaemprende www.impulsaemprende.com

Alianza AMéxico







DDDDDDD

Yovana Barón

Tips para NO Implotar Aquí tienes algunos consejos psicológicos para evitar reprimir tus emociones y prevenir que esto afecte tu salud física:

Expresa tus emociones: Habla sobre lo que sientes con amigos, familiares o un terapeuta. Expresar tus emociones verbalmente puede aliviar la carga emocional.

Practica la atención plena (mindfulness): La meditación y las técnicas de atención plena te ayudan a estar en el presente y a tomar conciencia de tus emociones sin juzgarlas. Esto facilita su aceptación y manejo. Escribe un diario emocional: Llevar un diario donde anotes tus pensamientos y sentimientos puede ser una forma efectiva de procesar y liberar emociones.



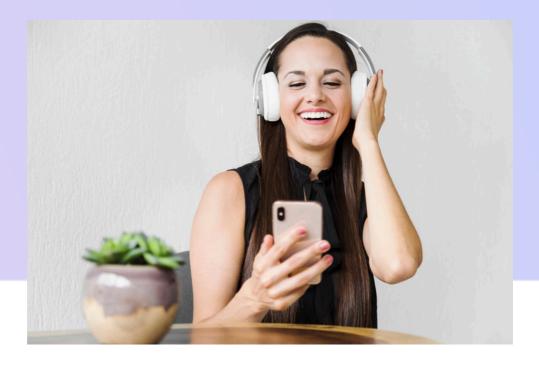
Realiza ejercicio físico: La actividad física regular no solo mejora la salud física, sino que también libera endorfinas que pueden mejorar tu estado de ánimo y reducir el estrés.

Utiliza técnicas de relajación: La respiración profunda, la relajación muscular progresiva y el yoga pueden ayudar a reducir la tensión física y emocional.

Desarrolla habilidades de afrontamiento: Aprende estrategias para manejar el estrés y las situaciones difíciles, como la resolución de problemas y el manejo del tiempo.

Establece límites saludables: Asegúrate de no asumir demasiadas responsabilidades y aprende a decir no cuando sea necesario. Esto te ayuda a evitar el agotamiento emocional.

Busca apoyo profesional: Un terapeuta puede ayudarte a entender y procesar tus emociones de manera saludable. La terapia cognitivo-conductual (TCC) es especialmente útil para cambiar patrones de pensamiento y comportamiento negativos.





Practica la auto-compasión: Sé amable contigo mismo y evita la autocrítica excesiva. Reconoce que es normal tener emociones y que está bien pedir ayuda.

Participa en actividades placenteras: Dedica tiempo a hobbies y actividades que disfrutes, ya que esto puede mejorar tu bienestar emocional y proporcionar una distracción saludable de las preocupaciones diarias. Implementar estos consejos puede ayudarte a manejar mejor tus emociones y prevenir que se acumulen hasta afectar tu salud física.









DDDDDDD

Lic. Ricardo Padilla

¿CÓMO GARANTIZAR
LA CONTINUIDAD
DE MI EMPRESA
FAMILIAR SI FALTA EL
(LOS) SOCIO(S) (AS)
FUNDADOR(ES/AS)?

Las familias no solamente son la forma predominante de organización empresarial actual, una de las más antiguas, y poseen un papel importante en la creación de riqueza social de las comunidades y los países. También se estima que tienen un impacto económico superior al 70 por ciento del PIB mundial.

Para asegurar el crecimiento, la continuidad y el enfoque a largo plazo de esas iniciativas empresariales familiares, se debe procurar inculcar capacidades y transmitir la mentalidad empresarial que permita el surgimiento y el desarrollo de nuevas formas de creación de riqueza multi-generacional (y no solamente un negocio pase de generación a generación).

Es por ello que se debe de actuar de forma preventiva, llevando a cabo la institucionalización de la empresa, mediante la aplicación de procesos para transformar diversas áreas del negocio, desde el control interno, toma de decisiones, modificación estatutaria de la sociedad creando Órganos de

Gobierno Corporativo que operan de forma colegiada para efecto de que la operación de la empresa no se vea detenida, la misión y visión, el código de conducta, hasta las políticas y planes estratégicos para efectos de alinearse con los objetivos a corto y largo plazo.







institucionalización, La busca la generación de valor y rentabilidad del negocio: promueve una cultura de mejora continua desarrollo V constante. proporcionando a los integrantes de la empresa

beneficios, seguridad a futuro y estabilidad. Beneficios de una empresa familiar Institucionalizada

- 1. Transparencia en sus operaciones.
- 2. Promoción de una cultura de cooperación y mejora continua.
- 3. Fortalecimiento de órganos de gobierno, formalización del Consejo de Administración, Comité Ejecutivo, Comité de Auditoría, Director General, consejeros independientes, entre otros.
- 4. Mejores decisiones estratégicas: Permite tomar decisiones inteligentes y supervisar los resultados de la empresa de una forma oportuna y eficiente.

5. Permite generar información financiera oportuna, que reflejan la realidad económica de la empresa. 6. Profesionalización de sus integrantes. 7. Mejores oportunidades de financiamiento y atracción de más inversionistas. 8. No es necesario que el Socio Fundador continúe al frente de la empresa, pues los Órganos de Gobierno Corporativo sesionan de forma colegiada garantizando una sana toma de decisiones y no detener la operación por ningún motivo.







DDDDDDD

Violeta Monge

Fuerza interior

¿Qué es la vida para mí? Es una experiencia integral, en este mundo de los opuestos, o sea acá podemos dar dos ejemplos, empecemos con el color rojo, su contrario es el verde, por eso combina muy bien para la época navideña, y del comer es ayunar. Todo debe tener su extremo para poder tener un panorama amplio, del desarrollo como esencia sagrada que eres, en un "contenedor" humano, lo que ves en el espejo.

Pero cada situación parece ser parte de un plan sagrado milimétricamente ejecutado, con limitación, ya que vivimos sin poder dar vuelta atrás, lo cual es para mi gusto personal es una genialidad, ya que debemos aprender a cuidar lo que hacemos.

¿Cómo reaccionaste cuando te diagnosticaron una enfermedad? ¿Qué paso cuando no te contrataron en la empresa "soñada"? ¿Por qué reaccionaste tan mal cuando no salió como esperabas? Miles de preguntas se nos ocurren, verdad. Pues bien, comienza otro proceso en la vida, otro aprendizaje, otra forma de evolucionar, y empezamos a transitar en una nueva fase, conociendo personas de todo

tipo -Desde buenas, regulares y malas-, así que después de un tiempo llega el refrán "todo tiene solución" como la frase célebre que nuestro espíritu necesita, y así es, hasta la muerte, porque empieza otra aventura. Se van cumpliendo ciclos de aprendizaje, evolución, para lo cual debemos subir escalones que nos llevan hacia la siguiente "prueba" o "nivel" pero para que se da esto. Tenemos un proceso interno a través de la comprobación, empieza la modificación de nuestros pensamientos, comportamientos, inclusive hasta las creencias limitantes son derribadas por uno mismo o alguien te hace ver que es favorable "transcender", pero para lograr el impulso del querer y el hacer, se tiene que tener la motivación -entiéndase situaciones variadas-, hasta inclusive podemos solicitarlo de todo corazón a la fuerza creadora, para auto

trabajarnos, alguien escribió "si te da miedo, hazlo con miedo" obviar todo aquello que sea maravilloso para tu vida humana, desde el amor.





"Creer" en la posibilidad, nos permite adquirir los pensamientos, y gestar la fuerza interior, este es el punto clave, algunas personas lo llaman voluntad. Solo existe esa opción "sucederá", lo correcto para mi vida, lo que conocemos como fe.

¿Qué estás atrayendo? Todos somos un imán, me gusta pensar en esto, porque no nos despegamos de la tierra, que nos mantiene aterrizados, y todo esto tiene sentido, pero cada persona que está atrayendo, a través de los objetos que poseen, sus palabras, sus acciones, lo que mira, lo que compra y todo debe combinar con el interior (su yo sagrado). Vamos a migrar ahora hacia la flexibilidad, al universo de posibilidades, digamos "acá estoy ya llegué, que toca, que viene", eso sí, aprender a agradecer lo bueno y lo malo, también es un súper poder, porque, aunque para usted no tiene explicación, o es confuso, es parte del equilibrio sagrado, muchas veces me pasa que el sincro destino me lleva adonde exactamente debo estar, y luego digo "ahora, todo tiene sentido" gracias. ¿De quien te estas rodeando? Las personas a tu lado, cercano, directo o indirecto son claves, ya que todos son con misiones distintas: personas antídoto, personas que escuchan, personas que nos comprenden, personas que nos valoran, muchos tipos que nos marcan una ruta, nos "despiertan", nos hacen quitada la venda de los ojos, en pocas palabras que nos dejan un legado, claro está, todos tenemos maestros a diario, y de los maestros "no positivos" aprendemos como NO queremos ser, y de los "buenos" nos dejan un sello de vida de ejecución diaria, construimos nuestro estilo de vida.

No piense que una persona que no estudió no es sabia, muchos pasaron por pruebas desafiantes, para sacarnos adelante -fuerza interior, como gestora de sabiduría-, para que fuéramos los primeros en estudiar, viajar, aprender otro idioma, etc. Gracias a esa voluntad suprema marcaron el principio de un mejor futuro, para nuestras futuras generaciones, y el futuro de la humanidad. Toda esa fuerza interior -voluntad supremahabita en cada uno de nosotros. Debes saber que si vas a llorar, que si se acomodarán las neuronas, que si vas a aprender, que si vas a evolucionar, que si vas a convertirte es ese ser humano, sensible, cuidadoso, amoroso que sabe que todos "somos uno", y que alivia mucho ver a cada uno como si fuera un espejo, y con ello todos vemos reflejados en los demás, lo que debemos "trabajar en nosotros", pero recuerda convertirte en ese ser humano que quieres encontrarte a diario, porque te inspira a seguir, y hacer lo sencillo de forma magnífica. Violeta Monge

Anúnciate y llega a más de 30 K suscriptores

visibilidad internacional a través de nuestros medios aliados con suscripción mensual y anual

Escríbenos

Impulsa Emprende

Alianzas internacionales



















@impulsaemprende contacto@impulsaemprende.com www.impulsaemprende.com





Conoce toda nuestra parrilla programática del mes, los temas, invitados/as, los horarios y a nuestras comunicadoras protagonistas de cada programa.





Impulsa EmprendeTV



Punto Tambarria
-Lunes 18.30 hs Chile
@puntotambarria





Líderes que Impulsan

-Miércoles 12 hs Chile

@rosariosilvabravo



De mujer a mujer

-Viernes 18 hs Chile

- Viernes 22 hs EEUU

@pregonlatinoradio





PROYECTATE MAGAZINE

PROYECTATE RADIO

Allestras Allanzas.

— Nuestra revista es un trabajo en equipo, en colaboración de diversas alianzas con medios de prensa de distintos países, y en esta sección te contamos quiénes contribuyen y participan con nuestra revista.



PROGRAMA DE TV PUNTO **TAMBARRIA**

 Transmitido los Sábados a las 8pm desde la República Dominicana.

Canales Nexxo TV, Wind canal 341,

EurolatinTV.

App Entrenos Magazine

TV y Radio Online Pegón Latino Radio,

Canales de You Tube Punto Tambarria e Impulsa Emprende TV.

Podrás desconectarte de tu día a día Conectándote con Historias, Lugares y Personajes de trayectoria positiva.

Producido por Miosotis Joaquín acompañada por un equipo de profesionales en diversas áreas.

Encontrarás los segmen-

#ImpulsaEmprendeconRosi con Rosario Silva Bravo #JoyasyGemas con Cindy Martinez

#35Milimetros con Alma Ramírez

#Decanter con Johanna Madera

#DeportesPT con Cristian

#Conexiones con Jacqueline Tineo y más ...





De Mujer a Mujer

 De Mujer a Mujer presenta cada Jueves a las 1:00 pm hora de Texas, 2:00 pm hora de New York y de República Dominicana y por Impulsa enprende TV cada viernes 18:00 horas Chile a Jacqueline Tineo Junto a diferentes Invitadas, con temas de Interés para todas las mujeres.

Te acompaña nuestra anfitriona y CEO de Pregon Latino Radio, @jacquelinetineo16

Además con segmentos especializados: #hablemosderelacionesydivorcio con Yanira Holistic Divorce Coach].

Esto y mucho más en nuestro programa @demujeramujerjt de la @fundaciondemujeramujer Transmitido por @pregonlatinoradio @radioamor_fm @pregonlatino y @fundaciondemujeramujer @demujeramujerjt en las páginas de Facebook. También disponible por @impulsaemprendetv en Chile los viernes a las 18:00 horas Chile. Puedes descargar las apps de Pregon Latino radio y radio Amor Fm www.radioamorfm.com y @tvhispanic1

Este programa llega gracias al patrocinio de @europeservicesauto



Amor a los Detalles



AMOR A LOS DETALLES KIT I JABÓN EXFOLIANTE CORPORAL, I JABONERA Y I DIFUSOR SO ML. AROMAS DISPONIBLES FRUTOS ROJOS, LAVANDA MANDARINA FRESH HASTA ACOTAR STOCK PRODUCTOS AMIGABLES CON EL AMBIENTE AROMA A ROSAS CON CAPULLOS DE ROSAS @cosmetica_beautyrose

@cosmetica_beautyrose
ventas.beautyrose@gmail.com
+ 56958017338

AMBIENTE ()

AMOK A LOS

DETALLES

72 - Impulsa emprende

REVISTA IMPULSA EMPRENDE



www.impulsaemprende.com

¡Anuncia con nosotros!







in of @impulsaemprendetv www.impulsaemprende.com

REVISTA IMPULSA EMPRENDE

