



Recomendaciones para cuidar tus ojos de la pirotecnia en las fiestas de fin de año



Huawei cierra el año con hitos importantes y una visión clara para 2024

Consejos para motociclistas en época de fin de año



Elektra y Banco Azteca entregan premios del Mega Finde 2023 por fidelidad de sus clientes

Desde finales de noviembre las empresas pusieron a disposición grandes ofertas y beneficios que fueron aprovechados por la población guatemalteca.

Elektra Guatemala y Banco Azteca Guatemala, unidades de negocio de Grupo Salinas Guatemala, arrancó la temporada de ofertas del Mega Finde en el mes de noviembre, y ahora llegó el momento de entregar los extraordinarios premios a los clientes que aprovecharon las promociones y descuentos de hasta un 50% de descuento.

Los guatemaltecos que adquirieron productos en Tiendas Elektra con el crédito inmediato de Banco Azteca durante el Mega Finde participaron en el sorteo de un MEGA CARRO Y MEGA CHEQUE de Q5 mil. Asimismo, quienes contrataron un crédito efectivo o crédito Mi Negocio Chapín en Banco Azteca, también tuvieron la oportunidad de entrar al sorteo por los MEGA CHEQUES de Q5 mil y el MEGA CARRO.

Banco Azteca también premió la preferencia de sus clientes y para quienes renovaron su crédito durante la temporada de Mega Finde ganaron MEGA BONOS de Regalo de hasta Q1,500, más dinero en su crédito.

Recientemente, Elektra y Banco Azteca Guatemala entregaron a los ganadores los premios a los que fueron acreedores, durante una ceremonia de agradecimiento y reconocimiento por su fidelidad y preferencia al haber adquirido sus artículos durante el Mega Finde 2023:



1 Mega Carro Suzuki Alto 2024

3 Mega Cheque Q5 mil

Con gran emoción, los clientes que recibieron sus premios y agradecieron a ambas empresas por su iniciativa y compromiso. Elektra y Banco Azteca felicitan a los ganadores e invitan a los guatemaltecos a visitar sus sucursales abiertas de 8 a 8 todos los días del año y a que estén pendientes de las promociones y ofertas para aprovechar su mejor compra y ser los próximos afortunados.

Recomendaciones para cuidar tus ojos de la pirotecnia en las fiestas de fin de año



Durante la temporada de navidad y las fiestas de fin de año, la Unidad Nacional de Oftalmología –UNO- le brinda recomendaciones para evitar accidentes que pongan en riesgo sus ojos y los de toda su familia, sobre todo con la quema de juegos pirotécnicos.

Según la UNO, en la clínica de Trauma Ocular se atienden 450 nuevas consultas durante el año, pero durante diciembre, la atención aumenta en un 20%, aproximadamente. De ese porcentaje, el 10% son a causa de la manipulación de fuegos artificiales o pirotecnia.

El trauma ocular ocurre por cualquier fuerza física o química que afecte a los ojos, es decir, un golpe por objeto o cuerpos extraños superficiales. Estas emergencias pueden ocurrir en el hogar, trabajo o en la calle.

Entre las lesiones más graves está la de ojos abiertos, que puedan llegar a un desprendimiento de retina o una infección. Las consecuencias del trauma ocular pueden ser la disminución visual leve, lesiones cosméticas leves, pero también se puede perder la vista definitivamente.

Los ojos son órganos que están expuestos al medio ambiente, y cualquier cosa que pueda brincarles y lastimarlos, ya sea con una fuerza química como la pólvora, les puede producir mucho daño, máxime si es en los dos ojos.

Medidas de Prevención

Entre las recomendaciones propuestas para no sufrir un trauma ocular están:

- Evitar quemar pólvora.
- Si es una tradición familiar utilizar juegos pirotécnicos, supervisar a los niños en todo momento.
- Usar gafas protectoras.

Qué hacer en caso de una lesión

- Buscar atención médica de inmediato.
- Evitar tocarse el ojo afectado.
- No manipular el área de la herida.
- No enjuagar los ojos.
- No aplicar ungüentos.
- No automedicarse.



Como estar Calmado en el Intenso Tráfico por las Fiestas De Fin De Año



Por el incremento del tráfico vehicular, principalmente por las fechas de navidad y año nuevo, los conductores y pasajeros pueden experimentar ansiedad, ira y enojo. Te proporcionamos algunas recomendaciones para hacer frente a esta situación.

¿Cuántos de nosotros hemos pensado seriamente no salir de casa en estas fechas con tal de evitar horas en el espantoso tráfico de la ciudad? Si eres una de esas personas, las fiestas decembrinas pueden dejar de causar el mismo estrés en tus trayectos. Para todos aquellos que necesiten salir de casa estos días, ya sea para realizar compras, ir a cenas con amigos o familia, posadas, y hasta asistir al trabajo, en el caso de aquellos que no salieron de vacaciones.

Las emociones que más se siente a la hora de conducir en horas pico son nerviosismo, ansiedad o sentimientos similares al momento de conducir provocan malestar mental, lo que desemboca en estrés. Lo recomendable es encontrar las formas de evitar estresarte tras el volante y si se aprovecha el tiempo, puede ser hasta para desconectarse de su día a día.

Las formas para relajarse durante las largas filas de vehículos es escuchar música tranquila para calmar la situación, también se sugiere escuchar audiolibros o podcast, estos son educativos y lograrán hacerle sentir comodidad. Lo más importante es controlar la respiración, la que es clave para calmarse, el proceso consiste en tres tiempos, inhalar, mantenerse y exhalar.

La respiración nos va a calmar en ese momento, bajará nuestra presión arterial, el cortisol disminuirá; además, nuestra frecuencia cardíaca también se reducirá y, al finalizar, vamos a tener un momento de más tranquilidad. Es importante organizarse para realizar compras y visitas, ya que no es necesario llevar a cabo todo en un mismo día, pues, con esta medida, se evitará momentos de ira y enojo en el tráfico.

Consejos para no estresarte en el tráfico

Calcule su tiempo: No salir tarde de casa o con el tiempo justo. La tensión del reloj puede generarle preocupación.

No se presione: Hay factores externos que no puede controlar. Si tiene que cumplir con un tiempo estipulado la velocidad mínima estresará si no lo consigues.

Coordinar los pensamientos: Si siente que la ansiedad o malestar puede salir de control, no tiene nada de malo parar por unos minutos.

Viaje en buena compañía: El tiempo pasa volando con una buena conversación. Al salir del trabajo, puede llevar a un compañero y aprovechar de su compañía para desconectarse.

En navidad donde colocar dentro de casa Clavo de Olor para atraer riqueza, proteccion y suerte



Esta especia brinda diversos beneficios en el hogar. A los clavos de olor se les reconoce por ser grandes aliados en los hogares. Una de sus características es el potencial que tienen para dar sabor y sazón a diferentes preparaciones gastronómicas.

Se dice que esta especia posee propiedades medicinales que ayudan a hacerles frente a algunas afecciones médicas; también es una importante fuente de nutrientes, como vitaminas A, E y betacaroteno. De acuerdo con la técnica china del feng shui, estos ingredientes son capaces de atraer dinero de una manera fácil.

Es importante ubicarlos en sitios específicos con el fin de que abran caminos hacia la abundancia en poco tiempo. La recomendación, de acuerdo con esta técnica milenaria, es colocarlo en una planta, pero no en cualquier especie. Tiene que ser una en específico porque su relación con el feng shui incrementa las energías económicas a favor. Se trata de la lengua de suegra.

se requiere de tres muestras de este ingrediente de cocina. Son en específico esa cantidad porque cada uno tendrá la misión de atraer prosperidad a la vida y la de la familia. De acuerdo con esta filosofía, estos son los significados de los tres clavos de olor que se pondrán en la mencionada planta:

Suerte

Protección

Dinero

Para colocarlos solo se tienen que ubicar en la tierra de la matera en la que está la planta y ponerle energía positiva para atraer la abundancia.



Huawei cierra el año con hitos importantes y una visión clara para 2024

Huawei Guatemala está concluyendo el 2023 con un impacto local positivo que refuerza su compromiso de llevar lo digital a cada persona, hogar y organización para un mundo totalmente conectado e inteligente. La compañía ha revolucionado los campos de redes de las telecomunicaciones, TI, dispositivos inteligentes, servicios en la nube, soluciones inteligentes de automatización y energía digital, al proporcionar productos, soluciones y servicios competitivos, seguros y confiables.

Huawei continúa reforzando su visión a lo largo de más de 170 países. A nivel local se desarrolla de la mano de más de 300 empleados de los cuales el 90% son guatemaltecos y mediante su programa de pasantías pagadas ha abierto las puertas a estudiantes universitarios de distintas carreras. Asimismo, mediante diversos programas ha contribuido al desarrollo de la economía y vida digital en 2023:

Seeds for the Future

Con la edición de este año, el programa insignia de Huawei ha alcanzado a beneficiar a más de 100 alumnos de diversas instituciones educativas universitarias del país, desde su implementación en 2018. Además, este año en la edición regional que se llevó a cabo en Costa Rica una de las estudiantes seleccionadas de Guatemala, Karen Alfaro, fue una de las ganadoras de la categoría Best Performance, a nivel Centroamérica y el Caribe.

Primera ICT Academy en el país

Huawei e Intecap realizaron la inauguración de la primera Academia de Tecnologías de la Información y la Comunicación de Huawei (ICT Academy) en las instalaciones de Intecap, Centro TICS e iniciará operaciones en los primeros meses de 2024. Ofrecerá capacitaciones en tecnologías TIC y certificaciones avaladas por Huawei para que colaboradores, instructores, alumnos y profesionales desarrollen sus habilidades y fortalezcan sus conocimientos en esta área.



Huawei entre las empresas más innovadoras

Este año, Huawei ha consolidado aún más su posición de liderazgo en el campo de las TIC y continúa trabajando arduamente para satisfacer las cambiantes necesidades de los clientes y abordar los puntos débiles de la industria a través de la innovación. Según el último informe del Boston Consulting Group (BCG), Huawei ocupa el octavo lugar entre las empresas más innovadoras de 2023.



Consejos para motociclistas en época de fin de año

Guatemala enfrenta actualmente un panorama desafiante en cuanto a la seguridad en el uso de motocicletas.

La Asociación de Importadores de Motocicletas (ASIM) hace un llamado a los guatemaltecos a disfrutar las festividades con responsabilidad, respetando las normas de tránsito.

La falta de una cultura de seguridad vial en Guatemala, combinada con la condición desafiante de algunas carreteras y la presencia limitada de señalización, crea un entorno propicio para situaciones peligrosas. Estos retos se vuelven más pronunciados durante las festividades, cuando los motociclistas se ven expuestos a factores adicionales, desde la exposición natural inherente al ser un medio de transporte liviano hasta la amenaza de conductores bajo la influencia del alcohol.

Los datos recopilados durante el año 2022, según el Boletín Estadístico del Departamento de Tránsito de la Dirección General de la Policía Nacional Civil, revelan que los hechos de tránsito se intensifican entre las 17:00 y las 00:00 horas. Estos números enfatizan la necesidad urgente de abordar la seguridad vial durante las festividades y resaltar la importancia de las medidas preventivas.

ASIM destaca 3 consejos cruciales para motociclistas durante las festividades:

1. Equipo de seguridad en buen estado: Siempre utilizar un casco certificado y asegurarse de que el equipo de protección esté en condiciones óptimas. El uso del equipo de protección es esencial para la seguridad del motociclista. En caso de un accidente, el equipo reduce las lesiones y, en el caso del casco puede marcar



la diferencia entre la vida y la muerte. ASIM recomienda seguir estándares internacionales, como DOT, SNELL y ECE, para la elección de cascos.

2.Revisión de la motocicleta: Verificar el buen funcionamiento de la motocicleta, incluyendo luces, frenos y neumáticos. Si van a emprender un viaje es fundamental que los motociclistas revisen exhaustivamente el estado de sus motocicletas mediante una revisión de 360 grados. Además, descansar adecuadamente antes de un viaje largo y tomar descansos durante el trayecto son medidas cruciales para evitar el agotamiento físico al volante.

3.Abstenerse de sustancias: Evitar conducir bajo el efecto de sustancias que afecten la capacidad cognitiva y las destrezas.