



ENTRE FRUTAS Y VEGETALES

*¡FELIZ
DÍA DE REYES!*



Programa de Ayuda al Empleado

Por: Brenda Massanet

El próximo miércoles, 11 de enero de 2006 a las 12m tendremos la visita del personal de la Compañía Lucy López Roig & Asociados. Esta compañía es la que nos provee los servicios del programa de ayuda al empleado (PAE) desde hace casi dos años. Como Hill Brothers ahora cuenta con muchos empleados nuevos, que no estaban con nosotros cuando se dieron las orientaciones iniciales, decidimos traer representantes de esta compañía que les hablarán sobre los beneficios y servicios que ellos ofrecen.

El programa de ayuda al empleado es una herramienta para todos nosotros y es libre de costo. Ellos proveen desde servicios psicológicos y de consejería hasta orientaciones financieras y terapia del habla para niños. Este servicio es tanto para nuestros empleados como para su núcleo familiar inmediato y es totalmente confidencial.

Les invito a que nos acompañen el próximo miércoles en el salón de adiestramiento para escuchar esta charla. Tendremos algunos refrigerios y será una oportunidad para compartir y hacer cualquier pregunta sobre el programa que puedan tener. Todos hemos tenido momentos difíciles en nuestras vidas donde hemos necesitado hablar con alguien con una perspectiva imparcial. Tal vez ahora estemos

bien, pero es importante saber donde están los recursos para poder localizarlos cuando nos hagan falta.

También les comento que ya tenemos una serie de talleres de dos horas planificados desde enero hasta junio. El cupo es limitado, pero están abiertos a todos los empleados. De estar interesados en participar en ellos favor de dejarnos saber en la oficina de Recursos Humanos para anotarlos en la lista. A continuación un listado de estos talleres.

- **20 de enero** - Manejo de Tensión (Estrés)
- **26 de enero** - Planificación y Manejo de Tiempo
- **9 de febrero** - Relaciones Interpersonales
- **21 de marzo** - Trabajo en Equipo
- **28 de abril** - Toma de Decisiones
- **9 de junio** - Servicio al Cliente

Ahora me despido no sin antes agradecerle a todos aquellos que han llenado nuestra encuesta a empleados. Estoy segura que esta nos arrojará valiosa información para seguir ampliando y mejorando los servicios y programas que les ofrecemos. Si alguien no la ha llenado y desea hacerlo les recuerdo que tienen hasta el 13 de enero. Esperamos poder publicar los resultados de la misma en una próxima edición.

Cumpleaños de Enero

- Efraín Arzuaga 2
- Jaime Santiago 3
- Douglas Severino 7
- Marianela Sánchez 13
- Omar Rivera 15
- Eddie Rodríguez 16
- Carmen Cruz 19
- Víctor Monge 21
- Mary Báez 31

¡FELICIDADES!



Before
and
After
Pág. 3



EN ÉSTA EDICIÓN

Nuestra Gente	2
Clases de Salsa	2
"Before and After"	3
Degustaciones	3
Relación entre Estrés y Enfermedades	4
La Nueva Risa	4
¡Adiós al 2005!	5
Resoluciones 2006	6

Estamos consternados ante la trágica noticia del accidente que sufriera junto a sus hijos, Edilia Flores, propietaria de Alpha Café. Sabemos del alto costo de transportar los cuerpos de sus dos hijos desde Venezuela y deseamos ayudar a recaudar fondos para esta familia. Si deseas contribuir, puedes dejar tu donativo en la ventanilla de nuestras facilidades. También te ofrecemos el número de cuenta que los medios han estado ofreciendo.

645-415831 Banco Popular de Puerto Rico, Pro-fondos traslado Angela y Eduardo Ramos Flores.



Nuestra Gente

Por: Aixa Ayala



El 2006 comienza en Hill Brothers con un nuevo reto. Como ya es de conocimiento de todos, nuestra compañía a partir del 8 de enero estrena un nuevo horario para convertirse así en una compañía de 24 horas. Pero los retos no terminan ahí, porque cabe destacar que nuestro compañero Jaime Santiago ha aceptado otro reto, pues Jaime será el supervisor en este nuevo turno.

Nuestro compañero es natural y residente de Canóvanas. Con gran orgullo nos dijo que es el feliz padre de Jamielee de 6 años de edad.

Nos remontamos al 1988 cuando Jaime comienza en su primer empleo como “bagger” en los Supermercados Pueblo donde luego pasa a ser ayudante de “produce” limpiando neveras. Para el 1991 trabajó en el área de vegetales en el Supermercado Pitusa de Carolina. Del 1993 al 1998 fue “Produce Manager” en Econo de Isla Verde. Es en el 1998 cuando comienza labores en Hill Brothers en la nevera de

especialidades, así como verificando mercancía y haciendo inventario. Para ese entonces, José Pérez y Piti aún no trabajan en la compañía. Posteriormente comenzó a trabajar en facturación y luego pasó a ser parte de nuestros “Merchandisers”. Nos dejó por un tiempo ya que se fue a Estados Unidos, pero a su regreso comenzó en el turno de las 2:00pm verificando notas y mercancía.

Recientemente se le ofreció la plaza de supervisor de despacho en el nuevo horario de 10:00 pm a 7:00 am. Cuando le ofrecieron la plaza se sorprendió y la aceptó ya que entiende que tiene mucho conocimiento de los productos y sobretodo la base para ser supervisor. Jaime terminó su entrevista haciendo énfasis en que está muy agradecido de Don Cecilio y de la familia Massanet por la oportunidad que le han brindado y recalcó que se siente muy a gusto ya que siempre lo han valorado no sólo como empleado sino como ser humano. Le deseamos éxito a Jaime en esta nueva labor y por favor, felicítenlo por su cumpleaños ya que cumplió el día 3 de este mes y nadie se enteró porque la revista no había salido. ¡Felicidades dos veces!

Clases de Salsa en Hill Brothers



Después del éxito que tuvieron las clases de salsa el año pasado, se repite la historia como preparativo para las “Octavitas de Hill Brothers”. El pasado miércoles 21 de diciembre dieron comienzo las clases de

salsa en nuestras facilidades. Allí vimos de todo, desde principiantes hasta compañeros que no perdieron ni un pasito de los aprendidos el año pasado. Fue una hora de total relajación ya que disfrutamos, no sólo de las clases, sino de las ocurrencias de algunos compañeros cuando se encontraban en aprietos por la pareja con la que les toco bailar. El 14 de enero, en nuestra fiesta, darán testimonio de lo aprendido.



“Before and After”



“Before”

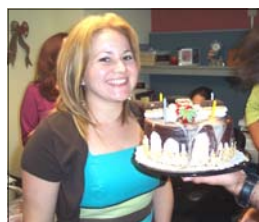


“After”

Mayra Pérez
Servicio Al Cliente



El pasado jueves 22 de diciembre sorprendimos a nuestra compañera Mónica Rohena quien estaba de fiesta por motivo de su cumpleaños.



Degustaciones de Enero y Febrero

Durante los meses de enero y febrero se estarán degustando los aderezos Litehouse en los Walmart Super Center y en los Supermercados Amigo, dando así la bienvenida a las tiendas de Amigo que se unirán a nosotros a partir del próximo 9 de enero.

El día 1 de febrero a las 12 M Hill Brothers dirá presente en la apertura de Walmart Super Center en Caguas donde tendremos una serie de degustaciones de

ensaladas mixtas, y frutas precortadas. Además contaremos con la presencia de un chef que estará confeccionando varias recetas con nuestros productos.

En adición se estará demostrando el Kiwi orgánico en la Base Buchanan el día 13 de enero de 1:00 a 5:00.

A continuación el programa de degustaciones de los productos Litehouse.

Amigo Caparra	5 de enero 3:00 a 7:00
Amigo Paseos	5 de enero 3:00 a 7:00
Amigo Altomar	7 de enero 11:00 a 3:00
Amigo Guaynabo	7 de enero 11:00 a 3:00
Amigo Caguas 1	13 de enero 3:00 a 7:00
Amigo Catalinas	14 de enero 11:00 a 3:00
Amigo Naranjito	14 de enero 11:00 a 3:00
Amigo Caguas 2	15 de enero 12:00 a 4:00
Amigo Corozal	15 de enero 12:00 a 4:00
Amigo Rexville	20 de enero 3:00 a 7:00
Walmart Manatí	21 de enero 11:00 a 3:00
Amigo Lomas Verdes	22 de enero 12:00 a 4:00
Walmart Caguas	25 de enero 3:00 a 7:00
Amigo Aibonito	28 de enero 11:00 a 3:00
Walmart Cayey	28 de enero 11:00 a 3:00
Amigo Hatillo	29 de enero 12:00 a 4:00
Walmart Ponce	3 de febrero 11:00 a 3:00
Walmart Santa Isabel	4 de febrero 11:00 a 3:00



Kiwi Orgánico
Base Buchanan
13 de enero
1:00 a 5:00

Científicos prueban relación entre estrés y enfermedades

Aportación: Ginger Rivera

Fuente: www.salud.com



Un grupo de investigadores australianos afirmaron haber probado científicamente la sospechada relación entre el estrés emocional y la aparición de enfermedades, incluyendo el cáncer.

El grupo del Instituto Garvan de Sydney, descubrió que la hormona neuropéptido ("NPY") que el cuerpo humano produce en situaciones de tensión, deteriora el sistema inmunológico y causa literalmente la aparición de enfermedades.

"Durante los períodos de estrés, los nervios producen mucha NPY que va en el sistema sanguíneo e inhibe las células del sistema inmunológico encargadas de destruir los agentes patógenos del cuerpo humano". Señalaron los investigadores, que publicarán sus conclusiones en el

Journal of Experimental Medicine.

"Que el estrés provoque las enfermedades, ya no será un mito sino una realidad que necesitamos tomar muy en serio", añadieron los científicos.

Herbert Herzog, uno de los miembros del equipo investigador, señaló que la hormona NPY era conocida por afectar a la tensión arterial y provocar problemas cardíacos pero añadió que haber descubierto su impacto en el sistema inmunológico abre nuevas fronteras para combatir otras enfermedades.

"Lo mejor que se puede hacer para acabar con el estrés en nuestras vidas es reorganizar nuestra forma de vivir, cambiar nuestro estilo de vida y usar métodos como el yoga y la relajación", añadió.

La Nueva Risa

Aportación de David Piñeiro y Aixa Ayala

Un hombre está en la mesa de operaciones, previo a ser operado por su propio hijo, el cirujano.



El padre dice: "Hijo, opérame sin ningún tipo de presión, con tranquilidad y todo saldrá bien. Pero sólo piensa que si algo me pasa a mi, ¡Tu madre tendrá que vivir contigo!

¿Conoces el castigo para la bigamia?

- ¡Tener dos suegras!

¿Cuál es la diferencia entre un terrorista y una suegra?

Que con el terrorista se puede negociar.

El esposo le dice a la esposa...

- María, que felices éramos hace quince años.
- Mi amor, para ese entonces no nos conocíamos.
- ¡Por eso mismo María!

Suena el teléfono a las 6 de la mañana en la recepción de un hotel, y dice un borracho a la recepcionista:

- Señorita, ¿Me puede decir a qué hora abren la barra?



Ella le contesta:

- A las 5 de la tarde, pero déjeme decirle que con la borrachera que tiene no lo van a dejar entrar.

Y el borracho le contesta:

- Si yo no quiero entrar, lo que quiero es salir, anoche me quedé encerrado aquí.

Entra un hombre a una biblioteca, y le dice a la señora que atiende: ¿Dónde puedo encontrar el libro "Hombre, el ser más grandioso de la tierra"?



Y la señora le contesta: Allá al fondo, en la sección de Ciencia Ficción.

¿En qué se parece un boxeador a un astrólogo?
En que todo el tiempo miran las estrellas.

Coinciden tres ex-combatientes y hacen alusión a sus heridas de guerra:

El primero enseña una cicatriz en el pecho y dice: -Kansas City

El segundo enseña otra en el brazo derecho y dice -London City.

El tercero, enseña una en el bajo vientre y dice: - ¡Apendi citi.!

¿Qué le regaló Batman a su mamá para Navidad? Una Batidora.

¡Adiós al 2005!



El pasado viernes 30 de diciembre, nuestros compañeros de la oficina de servicio al cliente se unieron para realizar un intercambio de regalos culminando así varios días de compartir mediante bromas y ocurrencias de “amigos secretos”.

Otros compañeros de diferentes áreas, disfrutaron de un almuerzo de fin de año que nos obsequió Oscar Vélez a quien le agradecemos este gesto. También queremos agradecer a nuestro compañero Harry Meléndez quien el día 23 de diciembre obsequió a los

compañeros del área de empaque con un almuerzo de Navidad.

Ya casi al finalizar la jornada de trabajo, el día 30 de diciembre, nos unimos en un brindis que estuvo a cargo de David Piñeiro, nos deseó mucha salud y prosperidad para el nuevo año, no sin antes, exhortarnos a aprender de errores pasados. Sin duda el ánimo de todos nuestros compañeros en Hill Brothers era muy positivo para comenzar el 2006.



Resoluciones 2006

Todos los años cuando recibimos el año nuevo pensamos en como hacer para que nuestra vida cambie para mejorar. Llegó la hora de pensar en las resoluciones de año nuevo. Es el momento de hacer planes, promesas y buenos propósitos para corregir malos hábitos o para cambiar ciertas actitudes viciadas que nos han creado problemas. Al mismo tiempo, hay que diseñar nuevas estrategias o formas de responder ante las dificultades, emprender proyectos y asumir retos.

Pero la lista no encabeza una resolución que quizá es la más importante: *cumplir con las resoluciones que nos hemos propuesto*. A veces termina el año y no cumplimos con ellas convirtiéndose esto en un círculo vicioso.

Las resoluciones más populares de siempre incluyen:

- Perder peso o ejercitarse.
- Dejar de fumar.
- Mejorar las finanzas o ahorrar dinero.
- Metas de trabajo o para el retiro.
- Mejorar nuestra salud y hábitos alimentarios.
- Mejoras personales en general.
- Mudarse y comprar o vender una casa.
- Portarse mejor y llevarse con los demás.
- Pasar más tiempo con la familia.

¡Cumple tus Resoluciones de Año Nuevo, no lo Dejes para el Año que Viene!

Las Octavitas de Hill Brothers

14 de enero de 2006

Club de Los Telefónicos
La Muda, Caguás



8:00 PM a 1:00 AM

Reservación Requerida

1 acompañante por persona

Información: Mary Báez Ext. 259



¡Tu Opinión Cuenta!

Deseamos conocer tu sentir en relación a tu trabajo y a la empresa en general.

¡Anímate, contésta la encuesta y deposítala en el buzón localizado debajo del ponchador en o antes del 13 de enero de 2006.



Hill Brothers desea extender su más sentido pésame a nuestro compañero "Merchandiser" José Aponte por la partida de su mamá, Igna Vázquez Rodríguez. Acompañamos sus sentimientos en este momento de dolor.

NO PERDAMOS LA TRADICIÓN

Cada 6 de enero la Iglesia Católica celebra la Epifanía o la manifestación de Dios hecho hombre. En Occidente, la festividad gira en torno a la adoración a la que fue sujeto el Niño Jesús, por parte de los Reyes Magos, como símbolo del reconocimiento del mundo pagano de que Cristo es el salvador de toda la humanidad.

No Perdamos la Tradición de esta Fiesta.

Disfruta con Moderación Junto a tu Familia.

¡FELIZ DIA DE REYES!



Córrelo o Camínalo
"World Best 10K"

Maratón Teodoro Moscoso
Como ya es tradición
Hill Brothers dirá presente.
Si estás interesado en el formar parte del grupo que nos representará en el maratón comunícate con Brenda Ext. 258