



Hill Brothers

ENTRE FRUTAS Y VEGETALES



¡HASTA LUEGO!

Por: Brenda Massanet

En ocasiones una sola persona puede cambiar el mundo; de ahí la importancia de ser proactivos y poner nuestro granito de arena. En el pasado nuestra experiencia con los estudiantes que solicitaban empleos de verano no había sido muy positiva. Aunque hubo excepciones, tuvimos jóvenes que dejaron de venir a trabajar o tuvieron problemas con los adultos por falta de madurez, pero peor aún tuvimos jóvenes muy buenos a quienes les gustó demasiado el asunto de trabajar y dejaron la escuela. Esa es una de las razones por las cuales lo pensamos dos veces a la hora de acceder a contratar estudiantes para los empleos de verano. En Puerto Rico necesitamos jóvenes que estudien para que forjen el futuro del país.

Este verano Hill Brothers fue sorprendido por un grupo de jóvenes excepcionales que trabajaron en todas las áreas de la empresa. Tuvimos a Gabriel ayudando en compras (y una semana en empaque), a Johannie en servicio al cliente, a John, Jennifer, Rodrigo y Jorge en empaque y a Ake-mi en contabilidad y facturación. Este excelente grupo de jóvenes nos dieron

cátedra de lo que significa estar comprometido con su trabajo y su dedicación. Son jóvenes que a sus 16, 17 y 18 años poseen una madurez envidiable por muchos adultos y una ética de trabajo que nos da esperanza en el futuro del país.

El pasado 29 de julio les dijimos adiós a la mayoría de estos jóvenes; no sin antes desearles mucho éxito en su carrera académica. Ya hay algunos de ellos que van de camino a la universidad y otros están en sus últimos años de escuela superior. Sabemos que todos ellos serán ejemplo para otros y que escucharemos de sus logros profesionales y personales en los años venideros.

No quiero terminar sin señalar un detalle curioso de estos jóvenes. A diferencia de los jóvenes que hemos tenido en años anteriores, este verano todos los jóvenes que tuvimos trabajando eran hijos, sobrinos o vecinos de empleados de Hill Brothers. No se a ustedes, pero a mí me reconfirma la calidad de personas que laboran aquí. Como bien dicen en inglés y traduzco aquí, "la manzana no cae muy lejos del árbol".

¡Este año el Programa de Verano de Hill Brothers fue todo un éxito y esperamos que el próximo año sea aún mejor! ¡Los esperamos! (Más fotos en la página 7).

CUMPLEAÑOS DE AGOSTO

- Nelson Vargas 1
- Orlando Sabó 3
- Moisés Pérez 6
- Zuleyka Mendoza 7
- Ángel Ojeda 9
- Jorge Rosario 11
- Jorge Hughes 13
- Juan Monserrate 16
- Pablo Andino 16
- Reggie A. Báez 19
- Juan Santana 20
- Don Kike 24
- Agustín Rivera 29
- Emmanuel López 31



EN ESTA EDICIÓN

La Risa	2
Ilusion Óptica	2
Nuestra Gente	3
Pérdida de la Memoria con la Edad.	4
Regreso a Clases, Emocionante pero Estresante	5
Rumores	6
"The Island"	6
Abro el Corazón	6
Fotos Despedida	7
Curiosidades	8
Latatón	8



La Nueva Risa

Aportación de: Guillermo Ordaz y Norma Mercado

Juan moribundo dice:
¡Ay María, me estoy muriendo!
Lo sé Juan, ¿Qué puedo yo hacer?



Quiero que cumplas con mi última voluntad.
Lo que tú digas Juan.
Quiero que cuando yo muera, te cases con Pedro.
¡Pero Juan si Pedro es tu peor enemigo!
Precisamente por eso.

Un día estaban tres bebés en el "nursery" y uno de ellos se miró debajo de la sábana y feliz dijo:

¡Soy niña!

Otro hizo lo mismo, y exclamó:

¡Soy niño!

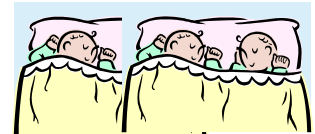
Finalmente, el tercero se miró y dijo tristemente:

¡Yo no se que soy!

¿Por qué?, preguntaron los otros.

Y el bebé respondió:

Porque tengo los zapatitos AMARILLOS.



¿Qué hace una persona con un sobre de ketchup en la oreja?
Escuchando Salsa.



Jaimito a un amigo:
- ¿Cómo sigue tu amigo?
- ¿Cuál?
- El que se tragó la peseta?
- ¡Ah! Sigue sin cambio.

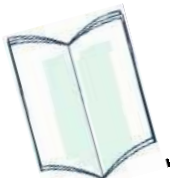


Una pareja de casados, ambos de 60 años, celebraban su aniversario de boda. Durante la fiesta apareció un hada para felicitarlos y concederles un deseo a cada uno. La mujer pidió un viaje alrededor del mundo. El hada agitó su varita mágica y en la mano de la esposa aparecieron billetes para un crucero de lujo. Después el hada le preguntó al marido qué quería. Quisiera tener una mujer que fuera 30 años más joven que yo.

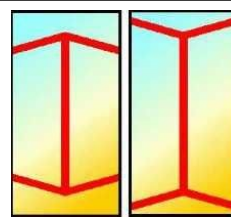
El hada agitó su varita y el hombre quedó convertido en un vejstorio de 90 años.



Ilusión Óptica



Este libro, ¿Está abierto hacia ti, o hacia otra persona?

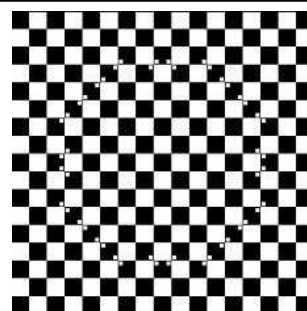


¿Cuál de las dos líneas centrales es más larga? ¿La de la derecha?
¡Mídelas, Son iguales!!!!

¿Sabías que la línea fina es totalmente recta?



Mira el punto central fijamente por un rato, observa como desaparece la sombra gris.



¿Sabes que todas las líneas de este dibujo son rectas?



Es un burro o una foca?

Nuestra Gente

Por: Ruth Castro



Nuestro compañero entrevistado en esta edición no necesita mucha presentación ya que lleva con nosotros casi 14 años. Miguel A. Santiago Ramos es el décimo hijo de once que procrearon Doña Aida Ramos y Don Rafael Santiago. Nació en el pueblo de Orocovis un 15 de octubre.

Miguel ha estado relacionado a todo lo que tenga que ver con frutas y vegetales ya que

laboral llegando a Hill Brothers a trabajar en la producción de empaques de papas y cebollas. Al cabo de una semana, pasó a la oficina de despacho y a los dos años, cuando se comenzó a empaquetar para Sam's Club, pasó a supervisar ese departamento, donde estuvo por espacio de siete años. Luego lo promovieron a supervisor del departamento de despacho junto a Omar, Edwin y Axel. Actualmente, Miguel es Supervisor Coordinador de Despacho.

Miguel es el feliz padre de Miguel A. Santiago Berríos (Miguelito) quien tiene casi 7 años.

Nuestro compañero se distingue por sus famosos refranes (mejor que falte pa' que sobre) hummm si están leyendo bien. Además es muy bueno traduciendo títulos de películas como por ejemplo: "Tomorrow Never Die" como Mañana cae nieve.

Si quiere saber más, vaya y pregúntele Siiiiiii!

Oki-Doki!

su papá tenía un puesto en la plaza del mercado de Bayamón, en donde, desde niño le ayudaba. Terminando su cuarto año de escuela superior, y habiendo comenzado a estudiar en la universidad, decide ingresar en la fuerza

¡Gracias!

El pasado jueves 14 de julio, y ante un llamado de emergencia del Banco de Sangre de Puerto Rico a Hill Brothers, se llevó a cabo una sangría en nuestras facilidades. El Banco de Sangre, se comunicó con nosotros ante el conocimiento de que nuestros empleados siempre están dispuestos a cooperar y a donar vida. Nos pedían una cuota de 30 pintas y gracias a todos los que dieron de su tiempo y de sus sangre logramos obtener 31 pintas. Agradecemos a nuestros empleados, a los camioneros y a los empleados de la construcción. También queremos agradecer a las personas que hicieron el intento por donar pero por alguna razón no pudieron. Y que no se nos quede David Sánchez quien fue la última persona en donar y con eso superamos las 30 pintas logrando 31.

¡Gracias por permitirnos contar con ustedes!



Rafy Santiago



Orlando Sabó



Pérdida de la Memoria con la Edad: ¿Qué es normal y Qué no es Normal?

Aportación de Ginger Rivera

¿Cómo almacena la información el cerebro?

La información se almacena en diferentes partes de su memoria. La información almacenada en la memoria a corto plazo incluye el nombre de una persona que usted acabó de conocer hace un momento. La información almacenada en la memoria reciente incluye lo que usted comió durante el desayuno.

La información almacenada en la memoria remota incluye cosas que usted almacenó en su memoria hace años, como memorias de su niñez.

¿Cómo el envejecimiento cambia el cerebro?

Uno comienza a perder células cerebrales, en pocos números a la vez, al cumplir veinte años. Su cuerpo también comienza a fabricar menos sustancias químicas de las que sus células cerebrales necesitan para funcionar. Mientras más viejo usted esté, más pueden estos cambios afectar su memoria.

El envejecimiento puede afectar la memoria cambiando la forma como su cerebro almacena la información y haciendo más difícil recordar la información almacenada.

Su memoria a corto plazo y su memoria remota usualmente no son afectadas por el envejecimiento. Pero su memoria reciente puede verse afectada. Usted puede olvidar los nombres de las personas que conoció recientemente. Estos son cambios normales.

Cosas para ayudarle a recordar

- Haga listas.
- Siga una rutina.
- Haga asociaciones (conecte cosas en su mente) tales como usar sitios sobresalientes que le ayuden a encontrar lugares.
- Lleve un calendario detallado.
- Ponga los artículos importantes, como sus llaves, siempre en el mismo lugar.
- Repita los nombres cada vez que usted conoce nuevas personas.
- Haga cosas que mantengan su mente y su cuerpo ocupado.
- Repita el abecedario en su mente para ayudarle a pensar en palabras que está teniendo dificultad para recordar. Escuchar la primer letra de una palabra puede



ayudarle a refrescar la memoria.

¿Y qué hay con respecto a cuando sé una palabra pero no la puedo recordar?

Esto usualmente es solo una falla en su memoria. Usted casi siempre recordará la palabra con el tiempo. Esto puede hacerse más común con el paso de los años. Puede ser muy frustrante pero usualmente no es algo serio.

¿Cuáles son otras causas de problemas de la memoria?

Muchas cosas además del envejecimiento pueden causar problemas de memoria. Estas incluyen depresión, otras enfermedades, demencia (problemas graves relacionados con la memoria y el pensamiento tales como enfermedad de Alzheimer), efectos secundarios de los medicamentos, derrames, una lesión en la cabeza y alcoholismo.

¿Cómo puedo saber si mis problemas de la memoria son graves?

Un problema de memoria es grave cuando afecta su vida cotidiana. Si algunas veces usted se olvida de los nombres, probablemente usted está bien. Pero usted puede tener un problema más grave si tiene dificultad para recordar cómo hacer cosas que usted ha hecho muchas veces antes; como llegar a un sitio a donde usted ha ido con mucha frecuencia, o hacer cosas que requieren pasos como preparar una receta.

Otra diferencia entre problemas normales de la memoria y demencia es que la pérdida normal de la memoria no empeora mucho con el paso de los años.

Puede ser difícil darse cuenta por si mismo que usted tiene un problema grave. Háblele a su médico de familia acerca de cualquier preocupación que usted tenga. Es probable que su médico le pueda ayudar si sus problemas de memoria son por causa de un medicamento que usted está tomando o por causa de depresión.

¿Cómo cambia la memoria la enfermedad de Alzheimer?

La enfermedad de Alzheimer comienza por cambiar la memoria reciente. Al comienzo, una persona con enfermedad de Alzheimer recordará inclusive pequeños detalles de su pasado lejano pero no será capaz de recordar eventos o conversaciones recientes. Con el tiempo, la enfermedad afecta todas las partes de la memoria. (Continúa en la siguiente página)

Pérdida de la Memoria con la Edad (Continuación)

La enfermedad de Alzheimer no es una parte normal del envejecimiento y es menos común de lo que la gente piensa. Solamente un 10% de las personas mayores de 65 años tienen enfermedad de Alzheimer, pero este número aumenta a casi un 50% en las personas mayores de 85 años.

Problemas de la memoria que no son parte normal del envejecimiento

- Olvidarse de las cosas con mucha más frecuencia

de lo que solía.

- Olvidarse de cómo hacer cosas que usted ha hecho muchas veces antes.
- Dificultad para aprender cosas nuevas.
- Repetir frases o historias en la misma conversación.
- Dificultad para elegir opciones o para manejar dinero.
- No ser capaz de estar al tanto de lo que ocurre cada día.

Regreso a Clases, Emocionante pero Estresante

Aportación: Aixa Ayala

Carreras, tareas, maestros, compañeros, todo vuelve a ser normal después de la temporada de vacaciones, pero ¿Qué significa esto para los niños?

Pronto nuestros hijos entrarán nuevamente a clases y este suceso que se repite después de cada temporada de vacaciones, en muchos de ellos provoca situaciones de estrés que se manifiestan con miedo, inseguridad o mucha tensión que pueden afectar su salud.

Por ello, en este regreso a clases debemos prepararlos para este momento tan importante para ellos y tomar en cuenta que los primeros días siempre son decisivos para su desempeño escolar. El regreso a clases implica mucha incertidumbre y estrés por varios motivos:

- Si es la primera vez que van a la escuela, el temor es total sobre todo por la separación de los padres, la incertidumbre de un “supuesto abandono”, el desconocimiento de lo que es un sistema educativo, el conocer a un maestro y el enfrentamiento con muchos otros niños.
- Si regresan a nuevo curso escolar, el conocer al nuevo maestro y pensar en cómo será su relación con el y extrañar al profesor anterior (aunque la relación no haya sido del todo buena).
- El reencuentro con los amigos queridos, pero también con los compañeros que no caen bien o peor aún con los que se tuvo algún pleito durante el año anterior.
- La emoción de estrenar mochilas, uniformes, libros y todo tipo de materiales escolares que se presumirán a los demás.
- El temor a la disciplina que de alguna forma se rompió durante las vacaciones.
- La frecuente negación a las tareas escolares.
- Experiencias previas no gratas en la escuela o con pasados maestros o compañeros.
- La presión en la escuela, la casa, las tutorías y el con-



trol del tiempo minuto a minuto.

Las vacaciones han permitido el cambio de ciertos hábitos; alimenticios, del sueño, la disciplina y los horarios, por lo que es necesario que se vayan ajustando poco a poco, antes del tan ansiado y a la vez tan temido día de regreso a clases.



Y para que todo marche bien, sugerimos lo siguiente:

- Hablarles sobre la importancia del regreso a la escuela y lo que esperamos de ellos.
- Plantear el regreso a clases como algo positivo y muy importante.
- Escuchar sus temores, dudas, intereses y expectativas con mucha atención y orientarlos al respecto.
- Establecer horarios para levantarse, dormirse, alimentarse, hacer asignaciones y jugar o entretenerse.
- Responsabilizarlos sobre el cuidado de sus materiales escolares, el arreglo diario de sus uniformes o ropa de escuela.
- Supervisar su desayuno que es el principal alimento que les permitirá concentrarse y aprender bien durante el día. Es importante incluir en su merienda un complemento alimenticio para el recreo, para que no les falten todas las vitaminas y minerales esenciales para su adecuado crecimiento y desarrollo.
- Estar pendientes de todos los cambios de conducta o actitud que puedan ser manifestaciones de algún problema en la escuela o en su vida personal. Tener en cuenta que sus problemas son tan grandes e importantes como los nuestros.
- Tener todo listo para que las prisas no sean otro motivo de estrés, salir a tiempo para evitar el tráfico y mostrarse contentos en todo momento.

¡SON TUS HIJOS, MOTÍVALOS!



Rumores

En la antigua Grecia, Sócrates fue muy famoso por la práctica de su conocimiento. Un día, un conocido se encontró con el gran filósofo, y hablaron:

- ¿Sabes, maestro, lo que escuché acerca de tu amigo?
- Espera un minuto. Antes de decirme cualquier cosa quisiera que pasaras un pequeño examen. Es llamado el examen del triple filtro.
- ¿Triple filtro?
- Correcto. Antes de que me hables sobre mi amigo, puede ser una buena idea tomarnos un momento y filtrar lo que vas a decir. Es por eso yo que lo llamo el examen del triple filtro. El **primer filtro** es la verdad: ¿Estás absolutamente seguro de que lo que me vas a decir es cierto?
- No. En realidad sólo escuché sobre eso, y...
- Bien. ¿Entonces realmente no sabes si es cierto o no?. Ahora permíteme aplicar **el segundo filtro**, el filtro de la bondad: ¿Es algo bueno lo que me vas a decir de mi amigo?
- No, Por el contrario...
- Entonces, tú deseas decirme algo malo sobre él, pero no estás seguro de que sea cierto. --- Tú puedes aún pasar el examen, queda un filtro, **el tercero**, el de la utilidad: ¿Será útil para mí lo que vas a decirme de mi amigo?
- No. Realmente no...

Bueno, si lo que deseas decirme no es cierto, ni bueno e incluso no es útil, ¿Para qué decírmelo?



"THE ISLAND"

Por: Rodrigo Acosta

El la última década el género de la ciencia ficción ha cambiado de ser uno de muchos efectos especiales con héroes vacíos a tratar con temas más humanos. "The Island" es la más reciente producción de Michael Bay (*Bad Boys II*, *Armageddon*) y nos transporta a un mundo en el que el control absoluto reina sobre todas las cosas. Lincoln Six Echo, interpretado por Ewan McGregor (*Star Wars: Episode III*, *Big Fish*) se encuentra en una sociedad post-apocalíptica, donde la única razón de ser, aparentemente, es llegar a "La Isla", el último rincón no contaminado de la tierra.

Aunque se atiene a las reglas, la naturaleza de Lincoln lo lleva a pensar en cosas que están más allá de la Isla, como el por qué de su existencia y su inconformidad con la "realidad" que le han presentado. La selección de su amiga Jordan Two Delta (Scarlett Johansson – *Lost in Translation*) lleva a Lincoln a pasar las fronteras que le han puesto y descubrir una realidad muy diferente y mucho más macabra de la que le han hecho creer toda su vida.

ABRO EL CORAZON AL AMOR



Alguna vez te has preguntado. . .

¿POR QUÉ ELIGES LOS ALIMENTOS QUE INGIERES ?

Los invito a autoanalizarse este mes. Pueden hacer anotaciones de cómo, cuándo y por qué ingieren alimentos y cómo se sienten respecto al proceso. Para la próxima edición les daré algunas causas que nos llevan a adoptar nuestros hábitos alimentarios. Si desean compartir su análisis, hallazgos o comentar sobre los mismos se pueden comunicar a la ext. 250.

Bienvenidos a la exploración interna.

Disfruten del viaje.

Con Amor, Gloribel



Despedida de Estudiantes de Empleos de Verano



CURIOSIDADES

¿SABÍAS QUE...

... Si gritaras durante 8 años, 7 meses y 6 días...?
...habrías producido suficiente energía como para calentar una taza de café.

... el pájaro carpintero golpea la madera de 15 a 16 veces por segundo, casi dos veces más rápido que los disparos de una ametralladora? Su cabeza viaja a una velocidad dos veces mas rápida que la de una bala.

...China fue el primer país del mundo que emitió dinero de papel? Fue introducido durante el siglo X. A fines de la dinastía Ching (1644-1911), comenzaron a emitirse billetes de "dólares de plata" que resultaban más cómodos que los pesados lingotes.

...el corazón de una ballena late muy lentamente?
A tan sólo nueve veces por minuto

...el colibrí es el único pájaro que puede volar hacia atrás?

...el cocodrilo puede llorar, pero sus lágrimas son sinceras? Trás una abundante comida, el cocodrilo acumula en su cuerpo un exceso de sal, que expulsa a través de los ojos.

...encima de una cama viven unos dos millones de ácaros ciegos? Estos animalitos se alimentan con partículas de piel muerta. De cada persona se desprenden unos cincuenta millones de escamas de piel por noche.

...las zebras son negras, las rayas que tienen son blancas y no al revés como se creía hasta hace muy poco?
Genéticamente su color es el negro, y allí donde no se logra la pigmentación se forman las rayas blancas.



...quienes donan sangre están menos expuestos a las enfermedades cardíacas? La disminución de hierro a través de la donación puede reducir la posibilidad de sufrir un ataque cardíaco.

...el material más resistente creado por la naturaleza es la tela de araña?

CUIDADO CON EL E-MAIL

La siguiente historia es real y demuestra que hay que cerciorarse de las direcciones de correo electrónico antes de enviar uno para evitar malos entendidos o males mayores. Un hombre dejó las nevadas calles de Chicago para pasar unas felices vacaciones en la soleada Florida. Su esposa estaba en viaje de negocios y habían planeado encontrarse en Miami al día siguiente. Cuando el hombre llegó al hotel después de haber pasado el día en la playa bajo las palmas y harto de refrescos tropicales decidió enviar a su mujer un e-mail para contarle las maravillas del lugar. Como no encontró el papelito donde tenía apuntada la dirección se arriesgó a tirar de memoria y rezar para que fuera correcto. Pero, por desgracia, se equivocó en una letra y el mensaje se dirigió hacia la mujer de un pastor protestante que había muerto el día anterior. Por la noche, esta mujer decidió leer el correo para ver las condolencias que había recibido; cuando miró el monitor dio un salto, pegó un grito y cayó tiesa, muerta al suelo. Al oír el grito sus familiares corrieron adonde se encontraba y leyeron lo siguiente en el correo que mostraba el monitor: "Querida esposa: Acabo de llegar. Fue un largo viaje hasta aquí aunque merece la pena: Todo es precioso, con muchos árboles, jardines, fiestas... A pesar de llevar pocas horas aquí ya me estoy sintiendo como en casa. Ahora me voy a descansar. Sólo quería decirte que ya hablé con toda la gente y tienen lista tu llegada aquí durante el día de mañana. Estoy seguro de que también te va a gustar mucho. Besos de tu eterno y amoroso marido. P.D. ¡¡Ven preparada porque aquí hace un calor infernal!!

¡PREPÁRATE QUE POR AHÍ REGRESA EL LATATÓN!

miércoles 24 de agosto de 2005

Coopera y trae contigo alimentos enlatados, que como ya es tradición, Hill Brothers donará a una institución benéfica un producto de provisiones por cada artículo que donen sus empleados.

¡CONTAMOS CONTIGO!

