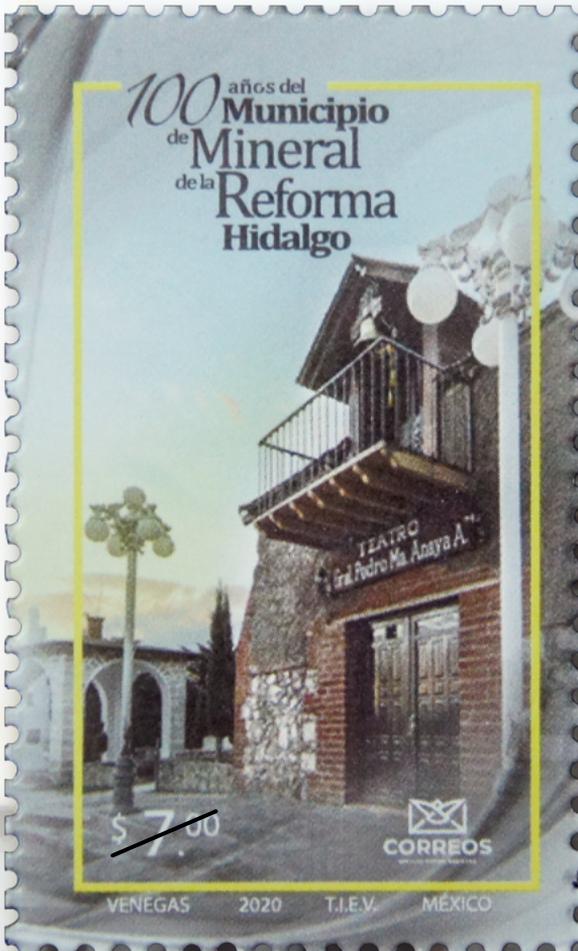


# buzón

## ABIERTO



# CANCELACIÓN DE LA ESTAMPILLA

# "100 AÑOS DEL MUNICIPIO DE MINERAL DE LA REFORMA, HIDALGO"



<u>Editorial</u> .....	3	Una navidad distinta.
<u>Con destino a...</u> .....	4	Xochimilco chinampas y acervo cultural.
<u>Sello Humano</u> .....	7	Juan Ignacio ejemplo de inspiración, coraje, constancia y disciplina.
<u>Joyas Filatélicas</u> .....	10	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La magia navideña fulgura en los sellos postales.</li> <li>• Cancelación de la estampilla "100 Años del municipio de Mineral de la Reforma, Hidalgo".</li> <li>• Cancelación de las estampillas Día del Cartero.</li> </ul>
<u>Familia Postal</u> .....	16	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ofrenda de Día de Muertos.</li> <li>• Guardia de honor ante el Monumento al Cartero.</li> <li>• Apoyos económicos en beneficio de la base trabajadora.</li> <li>• Segunda etapa de sanitización a nivel nacional.</li> </ul>
<u>Valor de Palabra</u> .....	22	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En esta navidad primero los niños.</li> <li>• Ventajas y desventajas de la vacuna contra la Influenza.</li> </ul>
<u>Sabías que...?</u> .....	26	Juguetes ambientalistas.

# UNA NAVIDAD DISTINTA

Esta Navidad tiene un sabor distinto. Una mezcla entre tristeza, amargura, incertidumbre, incredulidad y miedo. Sin embargo, hay que sobreponerse a todo esto. No olvidemos que la fe y la esperanza serán siempre los instrumentos que el hombre tiene para salir airoso de los momentos más terribles y de las circunstancias más adversas. Hoy como nunca la Navidad adquiere un espíritu que nos debe colmar de fuerza suficiente y vivificante, pues navidad es nacimiento. En este sentido, debemos pensar que renacemos a partir de este flagelo de salud. Que surgimos de la adversidad, en una especie de nuevo parto de la humanidad. Que renacemos de un mundo hecho cenizas con la misión de reconstruirlo y reconfigurarlo.

En ese renacimiento, debemos reconocer que nuestra soberbia como humanidad nos ha impedido interpretar los mensajes que la naturaleza nos envía. Es preciso que en este renacer, aún ante el flagelo de salud que estamos viviendo, dirijamos nuestros sentidos a aprender a ser humildes como humanidad. Aprender que nunca podremos estar en un nivel superior al que tiene la naturaleza. Que no podremos doblegarla y cambiarla a nuestro capricho. Esta soberbia nos ha bloqueado, haciéndonos creer que somos indestructibles y capaces de doblegar al mundo natural. Y en consecuencia estamos pagando muy caro ese error.

Sin embargo, esta Navidad y término de año (el más terrible en las últimas décadas) es un espacio que debemos aprovechar de manera urgente y necesaria para renovar en nuestra mente el optimismo por la

vida. Seguir viviendo, pero con una visión distinta, de respeto a la naturaleza que nos rodea. No caer en depresión ni hastío por este aislamiento tan prolongado. Llenar nuestra actitud de ánimo para seguir adelante.

Esta cuarentena que hemos pasado reclusos hay que dirigirla para fijarnos la idea de ser mejores seres humanos, más comprometidos y comprensivos con los demás. Analizar con profundidad que hemos llegado a un nivel tal de egoísmo que ha bloqueado nuestra capacidad de vivir en sociedad.

El virus que aún está esparcido por el mundo nos marca un momento de inflexión como humanidad. Tomémoslo como una gran prueba de vida y fortalecer con mucha conciencia nuestro papel racional en este mundo. Aprovechar esta prueba para salir fortalecidos y con ánimos de cambiar, con dignidad y valor, nuestro horizonte de vida.

Que esta Navidad sea el momento ideal para estrechar desde la distancia los lazos de amor y solidaridad con nuestros seres más queridos. Recordemos el poema de Rudyard Kipling:

Quando vayan mal las cosas como a veces suelen ir,  
cuando ofrezca tu camino solo cuestas que subir,  
cuando tengas poco haber pero mucho que pagar,  
y precises sonreír aun teniendo que llorar,  
cuando ya el dolor te agobie y no puedas ya sufrir,  
descansar acaso debas, pero nunca desistir.

*Feliz Navidad y  
Próspero Año Nuevo  
a todos nuestros compañeros  
Trabajadores del  
Servicio Postal Mexicano  
"Correos de México"*

## Buzón Abierto

Órgano informativo y de difusión del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México".



Francisco Javier Mina No. 101  
Col. Guerrero, C. P. 06300  
Alcaldía Cuauhtémoc  
Ciudad de México.

www.sntsepomex.org

buzon\_abierto@hotmail.com

Tel. 5546 - 43 - 22 ó 5546 - 24 - 37 Ext. 113

### Responsable de Sección

M. Williams  
Vicente Ramos  
Ricardo Flores

### Diseño

Ulises C. Álvarez H.  
Eduardo I. Servin R.

### Colaboración

Rebeka Renn

Todas las imágenes, marcas, videos y nombres comerciales son propiedad de sus respectivos dueños y son usadas con fines culturales bajo el estatuto de libertad de prensa.

### Buzón Abierto / Año N°12

Es una publicación mensual con 10,000 ejemplares.



Con alcance en América Latina, Estados Unidos y Canadá, a través de la Unión Network International

# XOCHIMILCO

## CHINAMPAS Y ACERVO CULTURAL



Xochimilco, alcaldía localizada al sur de la Ciudad de México, es un paseo tradicional que durante muchas décadas ha servido de descanso de fin de semana para los capitalinos y visitantes nacionales y extranjeros atraídos principalmente para dar un paseo en trajinera a través de su lago. Sin embargo, Xochimilco tiene otras facetas de atractivo turístico que son tan importantes como sus trajineras. Nos referimos a sus chinampas y al museo Dolores Olmedo. Los invito a realizar un pequeño tour para conocer estas facetas de Xochimilco.

Pocos saben que esta alcaldía produce buena parte de las hortalizas que a diario

abastecen los mercados de la Ciudad de México. Para sembrar estos productos, los agricultores de Xochimilco utilizan un rudimentario e ingenioso sistema de cultivo llamado chinampa, palabra de origen náhuatl (chinamiltl) que significa "cerca de cañas". Es un medio de cultivo artificial que hace uso del sistema de irrigación por canales, lo cual permite diversas cosechas al año de una gran variedad de productos de hortalizas. En pocas palabras, la chinampa es una superficie de tierra creada artificialmente por el hombre sobre el agua de los canales de esta hermosa zona lacustre del Valle de México.

Precisamente para conocer más sobre las

chinampas, existen recorridos guiados para que los visitantes sepan de primera mano en qué consiste este método de siembra. En esos recorridos los asistentes se enteran que para construir una chinampa se tiene que localizar primero un sitio de poca profundidad en el lago; después rodearlo de estacas de ahuejote (árbol que sólo se localiza en esta región), el cual soporta el exceso de agua; posteriormente se unen las estacas con carrizo y se forma un cerco, donde se depositan residuos de plantas acuáticas para formar una base, la cual se deja secar por 15 días. Transcurrido ese tiempo, se rellena el cerco con lodo del canal para formar la chinampa, que debe

quedar 50 centímetros por encima del nivel del agua. Después se deja secar para quedar lista y comenzar la siembra.

Es importante mencionar que en 1990 existían en Xochimilco 4 mil 500 hectáreas de chinampas para el cultivo de hortalizas, cuya producción abastecía a buena parte del entonces Distrito Federal. Sin embargo, por el avance tecnológico, esa cantidad disminuyó drásticamente, pero en nuestros días parece retomar el auge que tuvo este tipo de cultivo, sobre todo impulsado por un nuevo mercado que demanda verduras cien por ciento ecológicas como las que se producen con el método de chinampas,



Museo Dolores Olmedo

### Link a video

entre las que destacan maíz, frijol, espinaca, lechuga, rábano, lentejas, garbanzo, jitomate, quelites, verdolagas.

Ahora bien, en el aspecto cultural, Xochimilco cuenta con una verdadera joya: el Museo Dolores Olmedo, referente obligado para el turismo nacional y extranjero que acude a conocerlo y escudriñar entre sus tesoros artísticos.

Inaugurado el 17 de septiembre de 1994, este importante recinto cultural se localiza en lo que fuera la Hacienda de La Noria, conservando aún una Ermita del siglo XVI que forma parte del Patrimonio Histórico de la nación.

El nombre de este museo se debe a que Dolores Olmedo mantuvo una estrecha amistad con Diego Rivera y a partir de ello, se convirtió en la mayor coleccionista de sus obras. Esta mujer adquirió el terreno

de 3 hectáreas en 1962 donde actualmente se encuentra el museo, primero lo destinó como su residencia y más tarde habitó ahí este museo.

Actualmente el legado artístico del museo Dolores Olmedo comprende 148 obras de Rivera, 26 de Frida Kahlo, 48 de Angelina Beloff, 30 obras de Pablo O'Higgins, así como 3 mil piezas de arte popular y 800 piezas de arte prehispánico.

Indiscutiblemente este museo es un destino obligado para los amantes del arte mexicano. Así que estimados lectores visiten Xochimilco en especial sus chinampas y el Museo Dolores Olmedo. Acudan con su familia algún fin de semana. ¡Buen viaje! 📍

Redacción: Vicente Ramos

Fuente Informativa: Dirección de Turismo de la alcaldía Xochimilco.



# JUAN IGNACIO

## EJEMPLO DE INSPIRACIÓN, CORAJE, CONSTANCIA Y DISCIPLINA

Redacción: Ricardo Flores.



La vida personal, deportiva y profesional de Juan Ignacio Reyes González sigue siendo sorprendente y prodigiosa a sus 39 años de edad. Sin sus dos brazos ni la pierna izquierda desde los 6 años aprendió a nadar y a los 14 años cumplidos ingresó al equipo de nado del Instituto Mexicano del Seguro Social con el objetivo de competir en el deporte de alto rendimiento, proporcionándole triunfos a México.

Juan Ignacio, atleta multimedallista en los Juegos Paraolímpicos de Sídney, Australia 2000, Atenas, Grecia 2004, Beijing, China 2008 y Londres, Reino Unido 2012, es uno de los notables nadadores del deporte adaptado en la República Mexicana e integrante de una generación de deportistas que dieron a conocer esta modalidad en nuestro país.

En el marco de la campaña "Nado por mi corazón" cuyo objetivo es crear conciencia sobre el cuidado del corazón a través de la activación física, así como detectar con oportunidad afecciones cardíacas, primera causa de muerte en México, donde participa el sector salud, instituciones del deporte y empresas privadas, Buzón Abierto entrevistó al ex deportista Paraolímpico, quien nos permitió conocer su trayectoria deportiva, así como sus triunfos en cuatro Juegos Paraolímpicos.

**¿Juan Ignacio, nos podrías decir cuántas medallas de oro, plata y bronce obtuviste en las justas deportivas olímpicas dónde participaste?**

*"En los cuatro Juegos Paraolímpicos fueron cinco medallas de oro: 2 en Sídney, 1 en Atenas, 1 en Beijing y 1 en Londres; 2 de plata en Sídney; 3 de bronce en Atenas".*

Nuestro entrevistado nos dijo que contaba con 19 años de edad en su primera participación en los Juegos Paraolímpicos Sídney 2000; en Atenas 2004 encabezó la delegación mexicana llevando la bandera mexicana en el desfile inaugural de la ceremonia de apertura; Asimismo, Juan Ignacio trajo a la memoria su memorable hazaña en Beijing 2008, donde impuso un récord mundial en natación. También dentro de sus memorables proezas en la justa deportiva Paraolímpica en Londres 2012 se consagró en tetracampeón en la prueba de 50 metros de dorso.

Juan Ignacio, quien festeja su cumpleaños 39 este 15 de diciembre nos reveló sus planes a futuro.

*Mira ya me retire, después de más de 20 años de carrera deportiva, creo que ya es el momento adecuado. En lo personal,*

*me gustaría hacer alguna maestría, dedicarme a algo de mi carrera. Estudie la licenciatura en mercadotecnia y con algo ligado al deporte. En la actualidad participo con la Fundación Kardias, A. C., donde se apoya a los menores que requieren cirugías del corazón. Mi labor es la comunicación con pacientes niños con cardiopatías congénitas que acuden por primera vez a la Fundación.*

**¿Dentro de tus planes, tienes contemplado ser entrenador de nado en la especialidad del deporte adaptado?**

*No. No lo he contemplado. Pero si, mi experiencia y mi carrera como deportista la comparto con las futuras generaciones; comunicar a los atletas paraolímpicos y no paraolímpicos todos mis conocimientos que les pueda contribuir en su actividad.*



Socorro González León a lo largo de 18 años ha sido parte de las selecciones nacionales de natación desde el primer campeonato que ganó su hijo en 1996.

**¿Cómo puedes asesorar a los atletas paraolímpicos?**

*Las futuras generaciones vienen empujando. Hemos estado juntos trabajando con Gustavo Sánchez Martínez, con Vianey, con las nuevas generaciones de atletas paraolímpicos, practicando, compartiendo experiencias, conocimientos, donde ellos aprenden y uno aprende también. Cada día se aprende algo nuevo.*

**¿Cuáles son los valores, o las experiencias que como deportista de Juegos Paraolímpicos aplicas en tu vida?**

*Como atleta de juegos paraolímpicos son experiencias inolvidables, son experiencias que dejan mucho en la vida y como ser humano aprendes mucho también: Valores, disciplina y*

*constancia que aprendes a aplicarlos fuera del deporte y en tu vida personal.*

**¿Qué te dejarón en tu vida personal y como atleta los Juegos Paraolímpicos de Sídney 2000, Atenas 2004, Beijing 2008 y Londres 2012?**

*Muchas cosas, las medallas, las competencias. Conocer los países sedes, los lugares y las personas, nos marca porque cada día es diferente, cada instante de la vida nos enseña algo nuevo y de hecho se va quedando grabado en la mente y en la vida de cada uno de nosotros.*

Con más de 2 décadas conservando la hegemonía mundial en su especialidad, Juan Ignacio Reyes González, manifiesta que no hay una receta clave para alcanzar el éxito, la clave está en saber enfocarse en sus metas y objetivos. ©



# LA MAGIA NAVIDEÑA

## FULGURA EN LOS SELLOS POSTALES

Como es tradición cada año, las estampillas postales con grabados navideños celebran la magia de las fiestas decembrinas, las cuales con sus bellos estampados de esferas multicolores, coronas de adviento, velas decorativas, renos, ramitas de acebo, guirnaldas, casitas, estrellas, botas, series de luces, los tres Reyes Magos, los peregrinos y el Santa Claus, entre infinidad de imágenes decorativas, alegran la natividad del Niño Dios.

Con cuatro sellos postales conmemorativos, el Servicio Postal de EE.UU., se une a la festividad navideña de la población mundial, regalándonos bellas ilustraciones, que en esta ocasión, estuvieron a cargo de Kirsten Ulve, ilustradora y diseñadora de Nueva York que combina un diseño conceptual nítido. Dentro de su especialidad incluye caricaturas, diseño de juegos, juguetes, personajes y estilos de animación.

Los cuatro sellos navideños inspirados en el arte popular que ilustra Kirsten

Ulve llevan su estilo gráfico moderno, para crear una esfera con su listón de colgar, un árbol atractivamente adornado con su estrella, una media ataviada de una ramita de acebo (hoja perenne, propia de Europa y norte de África) donde asoma un simpático osito de peluche y un reno con astas que camina alegremente.

En su contexto informativo, el Servicio Postal de EE.UU., nos dice que la estampilla de la esfera, es un adorno decorativo que se acostumbra colgar junto con manzanas, láminas de oro y luces en los abetos (árbol que pertenece a la familia de las abietáceas o pináceas). La primera emisión registrada de abetos en América proviene de la Alemania de principios del siglo XVII; además, los inmigrantes alemanes trajeron sus costumbres navideñas.

Con relación al peculiar árbol de navidad, es una tradición que la mayoría de los países del mundo los decoran con adornos de vidrio soplado, atavíos de papel, dulces y foquitos



multicolores, producidos en volumen y que provienen de EE.UU., China, Japón y de otras naciones de Europa.

La costumbre de colgar medias o botas de Santa Claus en las repisas de las chimeneas, pegadas en las paredes o colgadas en el árbol de navidad, para llenarlas con juguetes, regalos diversos y dulces, es una tradición más de esta época, que disfruta la familia en su conjunto.

Según una de tantas leyendas, dice que San Nicolás llegó a un pequeño pueblo donde se enteró de un viudo empobrecido que no podía permitirse proporcionar una dote para que sus



tres hijas pudieran casarse. El hombre era demasiado orgulloso para aceptar la caridad, por lo que San Nicolás, también conocido como San Nicolás de Myra o San Nicolás de Bari, dejó caer algunas monedas de oro en la chimenea para que se casasen.

San Nicolás se convirtió en la base de la figura de Papá Noel o Santa Claus, personaje legendario que según la cultura occidental trae regalos a los niños la noche del 24 de diciembre.

El grabado del reno en la estampilla postal, simboliza uno del conjunto de renos voladores que tiran del trineo de Santa Claus, cargado de juguetes y regalos que reparte a las niñas y niños del mundo en la noche mágica navideña.

El director del arte Antonio Alcalá diseñó los sellos. Los sellos Holiday Delights se emiten como sellos Forever en folletos de 20. Estos sellos Forever siempre tendrán el mismo valor que el precio actual de una onza de First-Class Mail. Fabricado en USA. 🇺🇸

Redacción: Ricardo Flores.  
Fuente Informativa: Servicio Postal de EE.UU.

# CANCELACIÓN DE LA ESTAMPILLA "100 AÑOS DEL MUNICIPIO DE MINERAL DE LA REFORMA, HIDALGO"

Redacción: M. Williams

En el marco de la conmemoración número 89 del Cartero y Empleado Postal "12 de noviembre 2020". Se llevó a cabo la cancelación de la estampilla que conmemora los 100 años del municipio de Mineral de la Reforma en el Estado de Hidalgo.

El museo Casa de la Cultura Postal fue testigo de tal celebración, a la cual acudieron como invitados de honor autoridades del Servicio Postal Mexicano, el Lic. Rubén Maldonado Tristán, Coordinador General de Logística y Operación; el Mtro. Ramón Islas Arriola, Director Corporativo de Administración y Finanzas; el Ing. Pedro Arturo Villalón Trujillo, Subdirector Administrativo, y por parte del Sindicato Nacional el L.C.P. Manuel Fermín Acevedo González, Secretario General del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México"; el Lic. Rubicel Priego Mendoza, Secretario General Estatal en el Estado de Hidalgo; integrantes del Comité Ejecutivo Nacional y otras personalidades.

Para dar inicio al protocolo de cancelación, tomó la palabra el L.C.P. Manuel Acevedo, quien agradeció la presencia de los asistentes, he hizo una breve remembranza sobre la historia de la donación a la Organización Sindical del terreno donde fue construido un Centro Social y Deportivo para los Trabajadores del Servicio Postal Mexicano, ubicado en el Municipio de Mineral de la Reforma, Hgo. Con la idea de brindar un espacio para el

disfrute y descanso de sus agremiados y sus familias. Y como una forma de agradecer al Estado de Hidalgo, solicitó la emisión de una estampilla conmemorativa del municipio en mención. Para concluir Felicitó a todos los Empleados Postales en su día.

Para continuar se requirió la presencia de los invitados especiales para llevar a cabo el acto protocolario de la cancelación del primer día emisión de la Estampilla alusiva a los 100 años del Municipio de Mineral de la Reforma, Hidalgo.

El Lic. Rubén Maldonado, agradeció la invitación y el ser partícipe de tan importante ceremonia, señaló que la Casa de la Cultura Postal permite ver el gran trabajo y dedicación que se tuvo para lograr reunir toda la historia del correo, y lo más importante que se quedará como herencia a las generaciones venideras, siendo también el lugar idóneo para celebrar la cancelación de la estampilla de tan emblemático municipio. Aseveró: Es lamentable que el Covid-19 nos tiene limitados para realizar este tipo de eventos; pero que esto no sea un impedimento para que tengamos una estrecha relación de unidad y trabajo en favor del Servicio Postal Mexicano. Tengan la seguridad que estamos en la mejor disposición para seguir trabajando unidos en favor del Sepomex. Enhorabuena por la Casa de la Cultura Postal, por el Día del Cartero y Empleado Postal y por el centenario de Mineral de la Reforma, Hidalgo. Felicidades.

Para concluir el evento se proyectó un video del Deportivo donde se puede apreciar desde el inicio de su construcción, hasta la conclusión del mismo. 🎥



L.C.P. Manuel F. Acevedo González



Lic. Rubén Maldonado Tristán.



L.C.P. Manuel F. Acevedo González, Lic. Rubicel Priego Mendoza y Lic. Rubén Maldonado Tristán.



Mtro. Ramón Islas Arriola, L.C.P. Manuel F. Acevedo González y Lic. Rubicel Priego Mendoza.



Mtro. Ramón Islas Arriola, L.C.P. Manuel F. Acevedo González, Lic. Rubicel Priego Mendoza y Lic. Rubén Maldonado Tristán.



[Link a video](#)

# CANCELACIÓN DE LAS ESTAMPILLAS DÍA DEL CARTERO

El pasado 11 de noviembre, el Servicio Postal Mexicano llevó a cabo, la Ceremonia de Cancelación del primer día de emisión de las estampillas Día del Cartero y Homenaje a Empleados Postales Covid-19. Se contó con la presencia del Ing. Civil Jorge Arganis Díaz Leal, Secretario de Comunicaciones y Transportes y el Ing. Carlos Alfonso Morán Moguel, Subsecretario de Transportes.

Para dar inicio al evento, el Lic. Rubén Maldonado Tristán, Coordinador General de Logística y Operación del Organismo, agradeció la presencia de los invitados especiales y brindó un afectuoso reconocimiento a los compañeros que cumplieron un año más de laborar para el Organismo, así también y muy sentidamente saludo a los familiares de quienes desafortunadamente por la incidencia de la pandemia ya no están con nosotros.

"Este día, se llevará a cabo la cancelación de 2 estampillas postales "Día del Cartero y

*Homenaje a los Empleados Postales" dos actos unidos por un mismo fin, la celebración a los carteros en su día y un merecido homenaje a quienes ya no se encuentran entre nosotros.*

*Incontables cambios ha experimentado la sociedad desde que Joseph Lazcano primer cartero de oficio de la Nueva España empezó a repartir a domicilio, legajos, cartas, documentos oficiales, libros y otros impresos, fue el primer cartero en ejercer el oficio, con nombramiento, designación y con funciones a desarrollar, al paso de los años la importancia del correo fue aumentando y con esto el número de trabajadores postales, y así poco a poco se fue transformando y surgió la necesidad de reconocer la labor de las personas que realizaban este importante oficio, es así que desde hace 89 años, el 12 de noviembre se celebra a los carteros y empleados postales. Esto se debe a la iniciativa presentada al entonces presidente de la república Ing. Pascual Ortiz Rubio por el Ing. Luis G. Franco,*

*quien consideraba que el cartero simboliza la personificación de quien salvaguarda los intereses de la sociedad por tierra, mar y cielo.*

*Es importante mencionar que el cartero, desempeña una de las principales funciones del SEPOMEX, al efectuar entregas de cartas y paquetes, sus valijas siguen llevando, la alegría, la tristeza y el sentir la presencia de los ausentes, hasta los rincones más apartados de nuestro país. Por todo ello el Servicio Postal Mexicano celebra en este día a todos los carteros y empleados postales, emitiendo una serie de 5 estampillas que buscan hacer un reconocimiento a quienes cumplen con su labor a pesar de las circunstancias y el medio ambiente".*

Se llevó la entrega de reconocimientos por años de servicio a los compañeros Mónica Ríos García, 25 años; Verónica Rodríguez Mejía, 28 años; Juan Manuel Márquez Barrera, 25 años; Francisco Rafael Sandoval Cruz, 30 años; Agueda Hernández Colohua, 28 años y Guillermo Martínez Cid por 30 años. Y se procedió a la cancelación del primer día de emisión de la estampilla Día del Cartero.

Se solicitó un minuto de silencio para rendir un homenaje a los compañeros postales que lamentablemente fallecieron por la pandemia, y se llevó a cabo la cancelación del primer día de emisión de la estampilla "Homenaje a Empleados Postales Covid-19" por parte de familiares de los compañeros fallecidos.

Para finalizar dicho evento, hizo uso de la



palabra al Ing. Civil Jorge Arganis Díaz Leal, Titular de la Secretaría de Comunicaciones y Transportes. Saludo a los asistentes y agradeció al L.C.P. Manuel Fermín Acevedo González, Secretario General del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México" su presencia en representación de los trabajadores postales.

Así mismo, expresó "durante la pandemia, el Servicio Postal Mexicano se ha mantenido en operación, toda vez que forma parte de las actividades esenciales de la economía. Y no obstante de la aplicación de estrictos protocolos sanitarios, se lamenta el fallecimiento de 25 compañeros que perdieron la batalla contra el virus; para ellos y sus familiares, nuestro más amplio reconocimiento, gratitud y cariño.

Porque, ser cartero es sinónimo de entrega y sacrificio, pero también de orgullo y satisfacción por el servicio que prestan a la sociedad. Si algo caracteriza al gremio de los carteros es precisamente su ánimo, su espíritu de lucha y su cumplimiento del deber. Felicidades en su día".

Redacción: M. Williams



# OFRENDA DE DÍA DE MUERTOS

Las tradiciones son las que nos definen como nación y nos representan ante el mundo. Por lo que no hay que olvidarlas y transmitir las de generación en generación.

Por lo que, como una forma de mantener intactos nuestros valores a lo largo del tiempo y mantener vivas estas tradiciones, el L.C.P. Manuel Fermín Acevedo González, Secretario General Nacional, a través de la Secretaría de Desarrollo de los Jóvenes y Mujeres del Comité Ejecutivo a cargo de Omar Alejandro Becerril Flores, colocó una ofrenda de Día de Muertos en la sede sindical nacional, como una forma de honrar y recordar a quienes ya se han ido y formaron parte de nuestra familia postal.

Un reconocimiento a todos ellos, quienes dieron su mejor esfuerzo y se distinguieron por su amor al correo mexicano. Siempre serán recordados. ☺

Redacción: M. Williams



## GUARDIA DE HONOR ANTE EL MONUMENTO AL CARTERO



Redacción: Vicente Ramos

Como parte de los festejos del Día del Cartero que se efectuaron en diversos puntos del país, en la Ciudad de México el pleno del Comité Ejecutivo Nacional del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano, "Correos de México" montó una guardia de honor ante el Monumento al Cartero, ubicado en la colonia Postal de la capital mexicana.

El Secretario General Nacional, L.C.P. Manuel Fermín Acevedo González, encabezó el grupo que integró la guardia. Fue un acto muy significativo ante el monumento que fue erigido en memoria de los carteros mexicanos que han entregado su espíritu de servicio al desarrollo de la nación a través de la entrega de correspondencia diaria.

Cabe mencionar que este año 2020 fue muy significativo el homenaje, puesto que de alguna manera se conmemoró y honró a los compañeros que por causa del coronavirus Covid – 19 ya no se encuentran entre nosotros, así mismo, se agradeció y reconoció a todos los trabajadores postales que aún con la pandemia que azota al mundo, no dejaron de cumplir con su deber, patentizando su compromiso con el pueblo de México y confirmando su solidaridad con la nación en los tiempos de crisis.

De esta manera se refrenda también el orgullo del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano, "Correos de México" de estar integrado por hombres y mujeres que anteponen el interés por su trabajo al interés individual. Trabajadores que han hecho de su trabajo y entrega de su trabajo una mística de distinción. ☺



XALAPA



ZONA CONURBADA PONIENTE



MAZATLÁN



ESTADO DE MÉXICO



HIDALGO



YUCATÁN

## APOYOS ECÓNOMICOS EN BENEFICIO DE LA BASE TRABAJADORA

El C.P. Manuel Fermín Acevedo González, Secretario General del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México", convocó a su Comité Ejecutivo Nacional para plantearle la posibilidad de brindar un apoyo económico a las diferentes oficinas postales y centros de trabajo de las diferentes entidades del país a través de los Secretarios Generales Estatales y Regionales, a fin de solventar en la medida de lo posible la compra de papelería, refacciones y material para reparaciones de inmuebles y arreglos de instalaciones eléctricas imprescindibles en las oficinas postales para su correcto funcionamiento y mejor desarrollo de las labores cotidianas.

Dicho planteamiento fue aceptado, ya que, aunque es responsabilidad del Organismo

proporcionar los insumos necesarios, es apremiante para el Sindicato Nacional solucionar este tipo de situaciones, ya que de esto depende el buen servicio que el correo brinda a la ciudadanía y a los grandes usuarios.

Por lo que solicitó a sus representantes sindicales en cada estado, realizaran un análisis de las necesidades prioritarias en las oficinas postales de su entidad y enviaran un presupuesto de lo requerido.

Estos apoyos económicos han permitido resolver de alguna forma la escases de material de papelería, refacciones para vehículos (bicicletas y motocicletas) y mejorar algunas oficinas postales. 📧

Redacción: M. Williams



PUEBLA



ZACATECAS



SONORA

# SEGUNDA ETAPA DE SANITIZACIÓN A NIVEL NACIONAL

La pandemia del coronavirus Covid-19 continúa afectando a la población de nuestro país. Poniendo en riesgo nuestra salud y la de nuestra familia. Porque a pesar de cumplir con las medidas sanitarias el número de contagios va en aumento.

Por tal motivo, el L.C.P. Manuel Fermín Acevedo González, Secretario General del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México", dio inicio a la Segunda Etapa de desinfección en las oficinas y centros postales de toda la república mexicana.

Proveyendo del apoyo necesario para la compra de equipos de sanitización a las diferentes entidades a través de los Secretarios Generales Estatales y Regionales, para que estos a su vez acudan a los centros de trabajo a realizar la desinfección de cada área.

De esta forma nuestro Dirigente Sindical Nacional coadyuba para que en la medida de lo posible nuestros compañeros trabajadores, estén menos expuestos de contagio en su lugar de trabajo.

Siendo también muy importante y necesario, no olvidar el lavado continuo de manos, uso de gel antibacterial, la limpieza de nuestra área y utensilios de trabajo, la sana distancia y principalmente el uso de cubrebocas.



Coahuila



Morelos



Querétaro



Escandón CDMX



Miramontes CDMX



El Naranjo CDMX



Narciso Bassols CDMX



Nativitas CDMX



Obrero Mundial CDMX



Pradera CDMX



Yucatán



Zacatecas



Zona Conurbada Oriente



Zona Conurbada Poniente



## EN ESTA NAVIDAD, PRIMERO LOS NIÑOS

Si la experiencia colectiva de cambios en las rutinas diarias de la población adulta fue abrumadora durante la etapa crítica de la pandemia, en los niños se manifestó de manera más cruda. Aún no terminan de entender por qué de la noche a la mañana se vieron prisioneros en sus casas, por qué no pudieron salir más a jugar con sus amigos y compañeros, por qué no podían darles besos y abrazos a sus seres queridos y por qué no podrían asistir a la escuela para convivir y jugar con sus compañeros. Su mundo se vino abajo de repente.

Es innegable que es en los niños y niñas de México donde surgieron de manera más clara sentimientos de impotencia, soledad y miedo al estigma de la separación de los seres queridos. Es el sector de la población que enfrentó, y en muchos casos, sigue enfrentando, la falta de juegos al aire libre, el estrés prolongado, el aburrimiento y el distanciamiento social, poniendo en peligro su salud mental.

Según expertos, esta generación de niños y adolescentes en nuestro país está en riesgo de sufrir trastornos psicológicos permanentes, como la depresión y ansiedad. Otro elemento que también se sumó a los trastornos de los niños en nuestro país por la pandemia es la prohibición de clases presenciales en las escuelas, pues aumentó el distanciamiento con los compañeros y dejó a varios niños en situación de mucha

vulnerabilidad de violencia y pobreza por las malas condiciones de habitabilidad y el tamaño reducido de las viviendas.

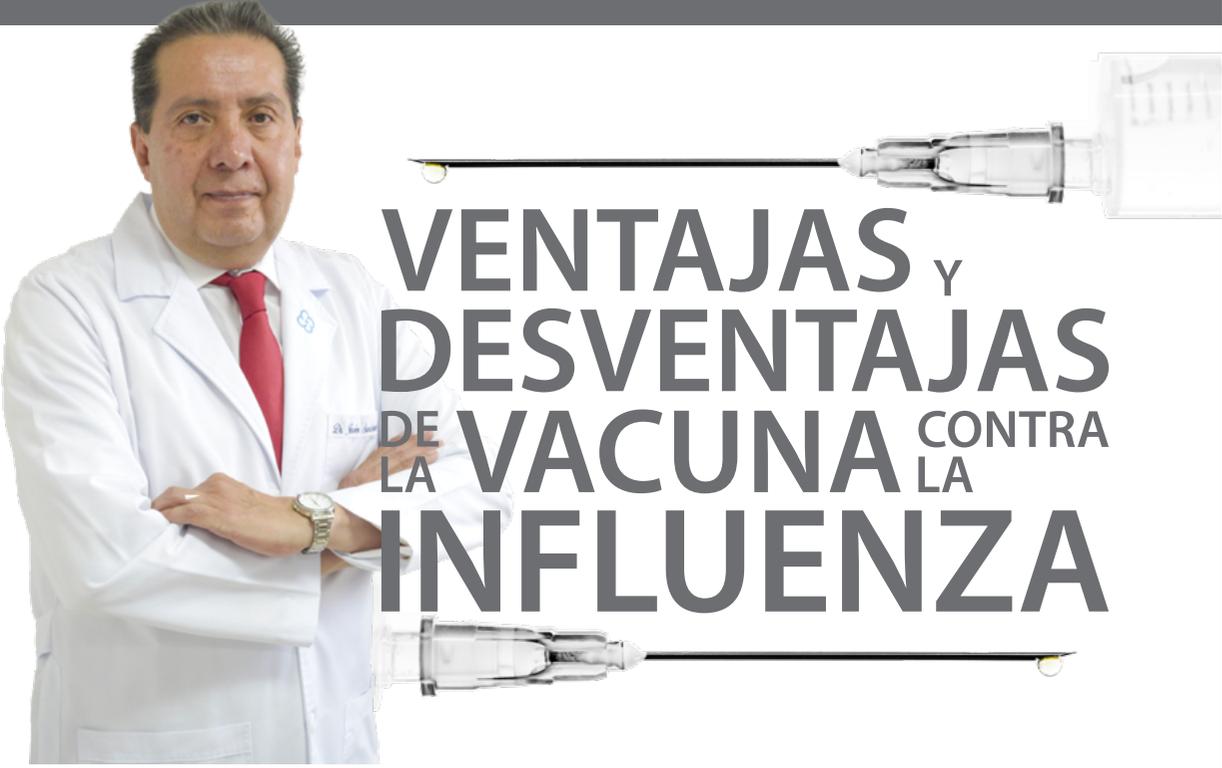
En este sentido, no podemos dejar de subestimar el impacto que este flagelo está teniendo en la salud física y mental de nuestros niños mexicanos. Es necesario reconocer que sufrieron muchos cambios de alto impacto para ellos inexplicables en un periodo de tiempo muy corto. Es impostergable ahora realizar una evaluación para evitar problemas mentales de esta generación infantil a largo plazo.

Y una manera de cooperar también a la sanidad mental de nuestros niños es que, en sus familias durante esta Navidad, Año Nuevo y Reyes se les procure dar, como en ninguna otra época, un ambiente de amor, calidez y felicidad. Propiciar que cada

niño y niña sigan teniendo sueños hermosos con la llegada de "Santa y los Reyes Magos" a sus hogares trayéndoles los regalos que les pidieron y que más desean. Los sueños y sentimientos de bondad y dulzura, que por naturaleza existen en los niños, ayudarán en mucho a resarcir los males que engendraron los largos periodos de aislamiento.

Hagamos que nuestros niños sigan soñando en un mundo de caramelo y de felicidad. Ya la pandemia les ha arrebatado demasiado. De nosotros depende que esta Navidad y Año Nuevo nuestros niños tengan una nueva manera más amable y placentera de ver la vida. En este periodo de esperanza renovada y buena voluntad, nuestros infantes deben tener prioridad porque de ellos depende en gran medida que tengamos un mundo distinto, más complaciente con los sentimientos que con las riquezas. 🌟

Redacción: Vicente Ramos



# VENTAJAS Y DESVENTAJAS DE LA VACUNA CONTRA LA INFLUENZA

El Dr. Javier Sánchez Nava, Pediatra, Neonatólogo, Egresado de la Universidad Autónoma de Morelos, con especialidad en el Hospital 20 de noviembre, avalado por la Universidad Autónoma de México (UNAM), Con mención honorífica en la Carrera y Especialidad, obtuvo la Medalla Gabino Barreda por mejor promedio de su generación.

Vicepresidente actual del Colegio de Pediatras de la Ciudad de México pertenecientes a la Confederación Nacional de Pediatras de nuestro País.

Miembro de la Fundación Punta de Mita.

Quien ha cambiado la vida de muchos niños, nos habla de las ventajas y desventajas de la vacuna contra la Influenza, esta comienza en marzo- abril tienen cierta temporalidad provocada por un virus el de la influenza, son en general

4 tipos de virus el A, B, C y el D, nosotros conocemos más el A y el B por que son los que realmente causan epidemia, sobretodo el A causantes de la pandemia de gripe H1N1 en el 2009. El Virus de tipo C produce una gripa tan leve que no amerita mayor estudio para una vacuna y la D solamente se da en animales.

¿Como se transmite esta enfermedad? Principalmente a través de las pequeñas gotas que se producen cuando las personas con influenza tosen, estornudan o hablan. Estas gotitas pueden caer en la boca o en la nariz de las personas que se encuentran cerca. Siendo algo poco frecuente, una persona puede llegar a contraer la influenza si toca una superficie o un objeto contaminado con el virus de la influenza y luego se toca la boca, la nariz o los ojos.

El Dr. Sánchez Nava, nos menciona que la poblacion mas afectada y los que se tienen que vacunar son los bebes, los menores

de 6 meses que son más susceptibles a enfermarse, la gente de la tercera edad, las embarazadas presentan complicaciones por esta infección de la influenza por este tipo de virus y las personas que tienen cardiopatías, la gente que es Asmática, los que tienen alguna enfermedad renal o pulmonar, los diabéticos, los que su sistema inmunológico por algún motivo no está lo suficientemente capacitado para defender de cualquier virus, personas y niños con cáncer son muy susceptibles a presentar complicaciones por esta enfermedad.

Las personas con influenza a veces sienten algunos o todos estos síntomas:

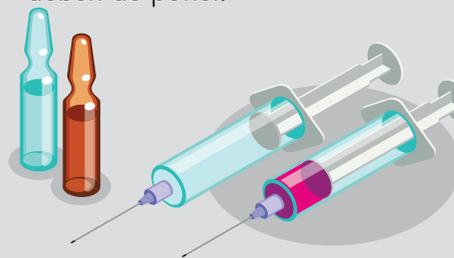
- Fiebre o sentirse afiebrado/con escalofríos
- Tos
- Dolor de garganta
- Secreción o congestión nasal
- Dolores musculares o corporales
- Dolores de cabeza
- Fatiga (cansancio)
- Algunas personas pueden tener vómitos y diarrea, aunque esto es más común en los niños que en los adultos.

Que tipos de vacunas tenemos

Hay unas que son Tetravalentes te cubre contra 4 tipos de virus 2 de la A 2 de la B Las trivalentes 2 de la A y una sola de la B

## Ventajas de la vacuna

- Las vacunas se producen con estrictas normas.
- La vacuna de la Influenza es anual
- Tiene una protección del 80 % aunque este bien aplicada.
- Depende de la edad la cantidad que te deben de poner.



Ahora bien las vacunas son para prevenir, no para curar, mucha gente adulta cuando esta enferma de gripe acude a los centros de salud para que lo vacunen ya que piensa que es un antibiótico o un antiviral,

## Desventajas de la vacuna

- No es una vacuna antigripal. No está diseñada para evitar todas las gripes (esto es imposible en la actualidad).
- El efecto adverso más frecuente es dolor en el sitio de aplicación por la inyección con aguja (el dolor se trata perfectamente bien con analgésicos comunes).
- Con muy poca frecuencia puede causar efectos adversos que imitan una gripe (dolor de cabeza, fiebre, dolor muscular, dolor de garganta), pero que son tratables con medicamentos económicos al alcance de todos.

esta vacuna es preventiva no curativa, sin embargo al aplicarselas esto hace que tengan más fiebre aunado a la patología que ya tienen, la vacuna.🤔

Redacción: Rebeka Renn.

Fuente Informativa: Dr. Javier Sánchez Nava, Pediatra, Neonatólogo, Egresado de la Universidad Autónoma de Morelos.

# JUGUETES AMBIENTALISTAS



Redacción: Vicente Ramos

La prioridad de la mayoría de las administraciones gubernamentales en el mundo se dirigió al ataque contra el Covid-19 para aminorar en lo posible las consecuencias devastadoras que ha tenido en la salud de la población. La agenda de los países ha estado orientada a robustecer sus infraestructuras hospitalarias y apoyar la investigación científica para encontrar la vacuna que nos proteja de esta destructiva enfermedad. Por ello, muchos frentes han quedado descubiertos o relegados de la atención de los gobiernos. Uno de ellos es el cuidado del medio ambiente. Las estadísticas sobre contaminación ambiental en varias naciones, incluido México, han registrado incrementos importantes. Lo mismo puede decirse de los desechos plásticos que siguen afectando los océanos.

Sin embargo, existen empresas socialmente responsables que se han fincado la meta central de intensificar sus esfuerzos para dejar de contaminar. En este sentido, ¿sabían

que Lego, la más importante empresa mundial de la industria del juguete didáctico para niños, ha anunciado que sólo utilizará materiales sostenibles y amigables con el medio ambiente, en lugar de plástico a base de aceite como hasta ahora lo hace? Con esta medida, Lego dará una muestra para revolucionar la industria del juguete que año con año impacta con productos dirigidos a niños y niñas durante Navidad y Reyes. Veamos más de este asunto.

Lego, el fabricante de juguetes danés, considerado el más sobresaliente productor de juguetes didácticos en el mundo, invertirá 400 millones de dólares durante los próximos tres años para producir sus juguetes armables usando materiales sostenibles. Para el año 2022 tiene planeado utilizar carbono neutral para la totalidad de su producción, además de ir eliminando gradualmente el plástico de un solo uso en sus empaques.

Cabe señalar que según directivos de Lego este proceso de cambio no ha sido fácil, pues

durante los últimos cinco años un equipo de más de 150 ingenieros y científicos han estado probando diversos materiales reciclados y de origen vegetal, pero ha sido difícil mantener el mismo color, el mismo brillo y el mismo sonido de sus productos elaborados con plástico a base de aceite.

La estrategia del fabricante de juguetes armables es encontrar un material que no contamine. Es muy importante para el mundo, si se toma en cuenta que en la actualidad Lego utiliza cerca de 20 mil toneladas anuales de plástico en sus productos, misma cantidad que va a ir a dar a los océanos, contaminando el agua y el hábitat submarino.

En este sentido es deseable para todos que este fabricante internacional encuentre el material anticontaminante para la realización de sus juguetes didácticos, que además son muy solicitados por los niños en sus peticiones de Navidad y Reyes, tanto en varias naciones como en México. De esta manera, en los próximos años tendremos juguetes menos tóxicos para la humanidad y más amigables con la biodiversidad. Esta es muy buena noticia para cerrar el año, ¿no lo cree así? Por lo pronto, le deseamos una feliz Navidad y un Año Nuevo pleno de salud y prosperidad para usted y los suyos. 🌱

Fuente Informativa: Agencia de noticias Reuters.

## Los juguetes sustentables son creados tomando en cuenta al medio ambiente.

Su proceso de creación, diseño, empaque y distribución está enfocado en causarle el menor impacto posible a la naturaleza. Algunas de las diferencias de un juguete tradicional con un juguete sustentable son las siguientes:

Están hechos principalmente con materiales naturales. Los juguetes sustentables usan recursos renovables, naturales y reutilizables. Su fabricación incluye materiales reciclados o materiales que se encuentran abundantemente en el ambiente. En ocasiones hay juguetes sustentables hechos con materiales naturales y luego cubiertos con pinturas o acabados que parecen artificiales y pueden confundir, pero siempre incluyen en la información del juguete, los materiales de su fabricación.

Un juguete sustentable, no puede utilizar una fuente de energía. Las baterías además de ser peligrosas para los niños, contaminan el agua y el suelo fácilmente. Contienen muchos componentes tóxicos sumado a la

gran cantidad de químicos que se utilizan en su fabricación. Un estudio de Greenpeace mostró que una batería común contamina 3,000 litros de agua y una alcalina, 175,000 litros.

Para que sea un juguete sustentable y verdaderamente amigable con el medio ambiente, el fabricante debe ser "verde". Los fabricantes de juguetes sustentables que siguen las pautas de la EPA (Agencia de Protección Ambiental en Estados Unidos), proporcionan además de juguetes amables con el medio ambiente, dinero para la investigación o educación ambiental.

Las marcas de juguetes sustentables que realmente están comprometidas con el ambiente y el desarrollo de los niños, enseñan a través del juego a ser conscientes a los niños sobre el mundo en el que viven, les inculcan valores y les enseñan a tomar conciencia del medio ambiente.

Los juguetes sustentables al utilizar materiales de mejor calidad, tienen una duración de vida mucho más larga que los juguetes convencionales.



# 12º CONCURSO DE CALAVERITAS



Con la finalidad de que prevalezcan las tradiciones mexicanas, el Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México", a través de la revista "Buzón Abierto", convoca a todos nuestros compañeros trabajadores de base para que participen en el 12º "Concurso de Calaveritas", con motivo del Día de Muertos.

## ATRACTIVOS PREMIOS PARA LOS GANADORES

### BASES:

#### Inicio y término del proceso:

El concurso de calaveritas, inicia con la expedición de la presente convocatoria y concluye con la publicación de los resultados y entrega de premios.

La selección de los ganadores del concurso, será mediante la calificación de cada calaverita con motivo del Día de Muertos.

#### Órgano responsable de conducir el concurso:

El Comité Ejecutivo Nacional, nombrará un jurado calificador, para que se conduzca como el Órgano responsable de organizar, dirigir y validar el procedimiento que norma el concurso de esta convocatoria, así como de proveer lo conducente para garantizar los principios rectores de certeza, legibilidad, imparcialidad, objetividad y transparencia en el desarrollo del mismo.

#### Requisitos que deben cubrir los participantes:

Ser trabajadores de base del Servicio Postal Mexicano "Correos de México".

Enviar copia del gafete del Servicio Postal Mexicano.

Enviar copia del último talón de pago.

Anotar número telefónico del participante.

#### Requisitos del contenido de la calaverita:

La calaverita deberá desarrollarse en un máximo de 15 líneas en una hoja tamaño carta.

Ilustrar la calaverita con algún diseño alusivo a la misma.

Las calaveritas se realizarán con base al tema de las tradiciones del Día de Muertos.

No deben ser ofensivas o agresivas.

#### Periodo de recepción de las calaveritas:

A partir de la expedición de esta Convocatoria y hasta el día 30 de noviembre del 2020.

#### Condiciones de envío:

Es indispensable que se envíe por "Correo Tradicional", con los requisitos antes señalados, a la siguiente Dirección: Calle Francisco J. Mina No. 101, Col. Guerrero, C.P. 06300, Alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México, Revista "Buzón Abierto".

#### Jomada de calificación del concurso:

Se calificarán las calaveritas que se reciban por correo tradicional, hasta el 30 de Noviembre del 2020.

Declaración de ganadores y entrega de premios.

Realizada la evaluación de las calaveritas, el jurado calificador declarará los nombres de los 3 ganadores del concurso, mismos que serán publicados en la revista "Buzón Abierto".

#### De los casos no previstos:

Los casos no previstos en la presente convocatoria, serán resueltos por el jurado calificador.

#### Transitorios:

La presente convocatoria entrará en vigor el primer día de su publicación y se le dará la mayor difusión posible.

