



buzón

ABIERTO

FESTEJOS DEL

DÍA

DE LA

Madre



Editorial	3	Pensiones más justas, objetivo loable del Gobierno Federal.
Con destino a... ..	4	Plaza de la Santa Veracruz entre iglesias y museos.
Sello Humano	6	María Guadalupe Huicochea voz de la cultura.
Joyas Filatélicas	8	Un siglo de estampillas conmemorativas.
Rumbo Postal	10	El Secretario General Nacional visitó la Zona Conurbada Poniente y el estado de Sinaloa.
Familia Postal	12	<ul style="list-style-type: none"> • Gran Inauguración Torneo Deportivo Día del Cartero y Empleado Postal 2024. • Festejos del Día de la Madre.
Valor de Palabra	17	<ul style="list-style-type: none"> • “Es un buen tipo mi viejo... viejo mi querido viejo”. • Bienestar mental en el trabajo. • Roberto Cantoral, además de ser un gran compositor, fue un gran padre: sus hijos Itatí, José, Carlos y Roberto. • Año internacional de los Camélidos 2024.
Sabías que...?	26	Sobre descuentos, deducciones y retenciones de nuestro salario.

PENSIONES MÁS JUSTAS, OBJETIVO LOABLE DEL GOBIERNO FEDERAL

Ofrecer una pensión razonable a todo mexicano jubilado es un objetivo muy loable que se debe reconocer, a la administración federal. Es una medida que viene a aliviar una realidad inadmisibles para miles de trabajadores tanto del sector público como el privado que en el ocaso de sus vidas y en el término de una carrera de años de esfuerzo desarrollando con responsabilidad su trabajo podrían aspirar, en el mejor de los casos, a una mesada que no alcanza para mayor cosa que alimentarse apenas medianamente.

El esquema planteado por el gobierno para atacar el problema de pensiones precarias, aparte de cambiar el régimen de pensiones en el régimen privado a partir de 1997 y en el sector público 10 años después, es decir, en el año 2007 y consiste en permitir que los trabajadores se retiren con el 100 por ciento hasta un máximo cercano a los 17 mil pesos, lo cual no significa que todos vayan a alcanzar esta cantidad, que por lo demás es un dinero apenas suficiente para adquirir con cierta holgura alimentos, cubrir rentas y pago de servicios para llevar una vejez modesta, pero digna.

Desde luego, como siempre ocurren propuestas de gran calado como esta, se han levantado voces de distintos sectores que critican, unas, los tiempos en que surge este proyecto de reforma a las pensiones en el país, otras, sobre las fuentes de financiamiento de largo plazo que demanda la propuesta. Toda la discusión se ha centrado en el aspecto del aprovechamiento de un fondo de las Afors no reclamado, cercano a los 40 mil millones de pesos, que ayudaría a aprovisionar de pensiones en los primeros años. Los grupos que discuten lo del financiamiento aducen, no sin razón, que tan sólo para el año 2030 se requerirán 140 mil millones, para cubrir

pensiones, cantidad que irá aumentando conforme el índice inflacionario.

Sin embargo, independientemente de estas observaciones, lo que debe analizarse con madurez, sin tintes políticos ni ideológicos, tampoco electorales, es que algo tenía que hacerse para reparar el daño a millones de personas que habrán de jubilarse en los próximos años y, por fin, algo se está haciendo de manera concreta sin discursiva hueca. Hay que dimensionar la trascendencia de estos cambios en materia de pensiones. Nunca se había dado una propuesta así de importante en esta materia, lo que mantiene a la expectativa a organizaciones sindicales y empresariales que son los principales sectores involucrados en este contexto.

Desde luego las autoridades federales también forman parte trascendente, al ser las responsables de clarificar las estrategias financieras para buscar los fondos necesarios para respaldar la derrama económica que necesitarán las nuevas pensiones sobre todo a largo plazo.

No dudamos de la capacidad del gobierno para encontrar el o los caminos necesarios y suficientes para solventar financieramente esta propuesta ya aprobada por el Congreso de la Unión.

Hay que reconocer que todos los que actualmente desarrollamos un trabajo en la formalidad, ya sea en el sector público o en el privado, seremos viejos. La bondad de esta reforma es que ya no veremos con angustia ese futuro. Vivir una vejez que no pase por la pobreza ni la precariedad es una aspiración legítima, y la reforma a las pensiones es una puerta que todos podremos tocar en el ocaso de nuestra vida laboral.

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
sntsepomex
buzon_abierto@hotmail.com

Tel. 55 - 5546 - 43 - 22 ó 55 - 5546 - 24 - 37 Ext. 113

Responsable de Sección

M. Williams
Vicente Ramos
Ricardo Flores
Regina Vargas

Diseño
Eduardo I. Servín R.
S. Navarro

Revista Interactiva
Ulises C. Álvarez H.

Todas las imágenes, marcas, vídeos 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°16

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



PLAZA DE LA SANTA VERACRUZ ENTRE IGLESIAS Y MUSEOS

En la alcaldía Cuauhtémoc, en pleno Centro Histórico de la Ciudad de México, se localiza la *Plaza de la Santa Veracruz*, sobre el lado norte de la Alameda Central, en Avenida Hidalgo. Es un espacio cultural que, entre otras características, presenta el único caso en el país donde dos iglesias se dan el frente; pero también, y este es el motivo principal de esta recomendación, en esta hermosa plaza coexisten dos de los más extraordinarios museos de la capital del país: *el Museo Franz Mayer* y *el Museo Nacional de la Estampa*. Ambos son destinos obligados, si usted viene del interior de la república, o si vive en esta gran ciudad. Veamos más de estos recintos.

El *Museo Franz Mayer*, abierto al público en 1986, alberga una de las principales colecciones de artes decorativas de México. Su acervo está integrado por

más de 11 mil objetos y obras, creados entre finales del siglo XVI y principios del XX. Su nombre es en honor al filántropo y coleccionista alemán *Franz Mayer (1882-1975)*. Este personaje donó muebles, objetos de plata, cerámica, textiles, pinturas, grabados y esculturas que ahora se exhiben al público en este recinto museístico, el cual es reconocido a nivel mundial como uno de los mejores.

El edificio en sí mismo es una joya arquitectónica y representa una gran historia. Fue construido hace casi 450 años por *Pedro López* como una alhóndiga para almacenar harina. Posteriormente, en 1586, se fundó ahí el *Hospital de los Desamparados*; años después funcionó como el *Hospital de la Mujer*, hasta que el gobierno de la Ciudad de México se hizo cargo de la edificación.

El visitante que acude al Museo Franz Mayer puede apreciar magníficas obras en óleos, serigrafías, dibujos, acuarelas, muebles e incluso joyas de la época virreinal. Después del recorrido es importante hacer una visita a la tienda y librería, o tomar un buen café para seguir conociendo los rincones de este recinto, como el patio del claustro, o la sala *Eugenio Sisto*, donde se llevan a cabo periódicamente conciertos y presentaciones de teatro.

El *Museo Nacional de la Estampa*, alberga uno de los acervos de arte gráfico más importantes del país. Fue fundado el 17 de diciembre de 1986 en especial para difundir la producción gráfica de artistas mexicanos y extranjeros dentro y fuera del país, así como reunir, conservar, investigar y documentar la obra inscrita en las disciplinas artísticas del grabado y la estampa.

Las instalaciones de este museo alojan de manera permanente más de 12 mil obras entre estampas y matrices originales realizadas por cerca de mil

400 creadores mexicanos y extranjeros. Uno de los lugares más visitados del museo es la *Biblioteca Adolfo Mexiac*, que alberga un acervo especializado en gráfica, conformado por cerca de 3 mil documentos que tratan la historia del grabado, las técnicas de la gráfica, así como biografías de los grabadores mexicanos más emblemáticos, como *José Guadalupe Posada*, *Manuel Manilla*, *José Clemente Orozco*, *Leopoldo Méndez*, *Adolfo Mexiac* y *Arturo García Bustos*.

Asimismo, El Museo Nacional de la Estampa, también organiza talleres, encuentros artísticos, conciertos, presentaciones editoriales, actividades académicas y visitas guiadas.

No se pierda visitar estos recintos culturales. Le recomendamos visitar los dos en una sola jornada, lo va a disfrutar. ¡Buen viaje! 📍

[Link a video](#)



Redacción: Vicente Ramos.
Fuente Informativa: Wikipedia.



María Guadalupe Huicochea

VOZ DE LA CULTURA

Siendo adolescente me convertí en una lectora asidua. Descubrí mundos inimaginables a través de la literatura y pronto comencé a explorar y a desarrollar, también, la escritura, hasta crear un estilo propio como escritora e investigadora.

¿Dentro de su trayectoria como escritora cuáles han sido los momentos más destacados que le permiten disfrutar o reconocer que su arte es valorado por el público en general?

Desde la presentación de mi primer libro, hasta la actualidad, han sido innumerables los momentos destacados. Varios títulos de mi autoría pueden encontrarse en bibliotecas de **México, Perú, Bolivia, Chile, Colombia, Estados Unidos, Alemania, Cuba y España**, esto significa que mi trabajo es valorado.

¿Maestra cuántos libros ha escrito y sobre qué temas?

Hasta hoy, he publicado siete libros: *En los términos de Otlazpan y Tepexic; Acta de Xilotepec; Una Escuela de lengua castellana en Tepexic del Río; El Árbol Buzón de Tepeji del Río; Anales de una encomienda; Hilando Historias; El Camino Real de Tierra Adentro en la región otomí*. En general son temas de investigación histórica y descripción del patrimonio arquitectónico y cultural de Tepeji del Río, Hidalgo, México.

¿Cuáles son los temas de su predilección que más le agrada destacar en cada una de sus obras literarias?

Con siete obras literarias en su haber como escritora y un sin número de reconocimientos como investigadora e historiadora a nivel nacional e internacional, la maestra en arte popular mexicano, **María Guadalupe Huicochea Enríquez**, es una mujer pensadora y promotora cultural desde hace 35 años. En 2018, recibió la distinción **Embajadora Universal de la Cultura**, otorgada por el *Estado Plurinacional de Bolivia*, con aval de la UNESCO.

Asimismo, la dramaturga ha sido galardonada por la *Secretaría de Cultura del Estado de Hidalgo* por su tenaz trabajo en el rubro cultural pedagógico e ilustrativo. Además, la distinguida literata y cronista recibió la presea **"Melchor Ocampo"** de parte de la *Asamblea Municipal de Tepeji del Río*, en 2019.

En entrevista exclusiva para los lectores de Buzón Abierto, la maestra María Guadalupe Huicochea Enríquez, nos dice *¿Cómo nació su inquietud por el arte literario, y desde cuándo emprendió sus primeros escritos?*

Los temas que destaco son, principalmente, cronología histórica, sitios reconocidos como patrimonio cultural universal, producción textil en la época prehispánica.

¿En la actualidad qué realiza y cuáles son los proyectos por trabajar, en la creatividad literaria?

Además del tiempo que dedico a escribir, tengo actividades de promoción cultural, conferencias, presentaciones de libros. Estoy revisando y aumentando, para su reedición, mi libro titulado **"Una escuela de lengua castellana en Tepexic del Río"**, editado por la UAEH, en 2010.

¿Cómo autora literaria cuál es su objetivo, hasta dónde quiere llegar? ¿Qué le falta para sentirse satisfecha y plena en el mundo de las letras?

Hasta hoy me siento satisfecha de lo que he podido lograr en el ámbito literario. Mi objetivo es encontrar más espacios donde promover mi trabajo a nivel nacional e internacional.

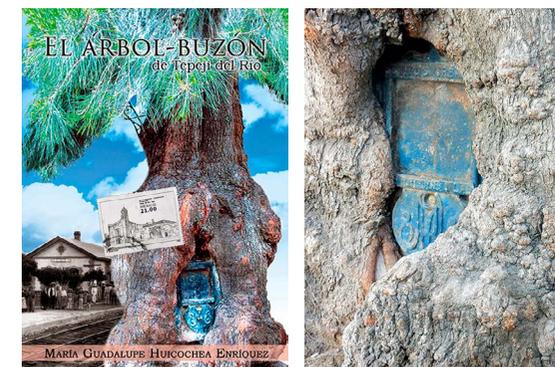
¿Maestra, cuáles son los escritores o escritoras que admira, y si estos han sido motivo para que se desenvuelva en el arte literario?

Comenté que comencé a leer en mi adolescencia, por eso no es fácil nombrar a los autores que admiro y que me hayan influenciado. Como investigadora utilizo fuentes de varias épocas, documentos antiguos, códices, imágenes digitalizadas, etcétera.

¿Nos puede hablar de su creatividad como autora del libro "El Árbol Buzón de Tepeji del Río", y qué le motivó a escribir sobre el tema?

Buscando contenido para un nuevo libro, recordé que tiempo atrás había publicado un texto breve acerca del árbol, en la revista de la Universidad Tecnológica de Tula-Tepeji. Se me ocurrió que podría ampliarlo, además de integrar datos acerca del surgimiento y desarrollo del correo desde tiempos antiguos, hasta llegar a la creación del sistema de correos en México y, en particular, lo que ocurrió en

Tepeji del Río, destacando la importante labor de los carteros en todas las épocas de la historia.



¿En su trayectoria como escritora qué reconocimientos ha obtenido?

Han sido varios, entre ellos: **25 años de Labor Cultural Investigación y Divulgación de la Historia de Tepeji del Río (2009); Día Internacional de la Mujer (2013); Mérito a la Trayectoria como Poeta y Escritora (2016); Día Internacional de la Mujer (2018); Trayectoria como investigadora en el campo de la historia (2018); Trayectoria como historiadora y labor cultural en el municipio de Tepeji del Río (2019); Presea Melchor Ocampo al Mérito Cultural (2020)**.

Nuestra distinguida huésped de la sección Sello Humano, originaria del municipio de Tepeji del Río, Hidalgo, incansable promotora cultural, tenaz dramaturga y pertinaz investigadora, se ha convertido en defensora por salvaguardar el **Árbol-Buzón** y de impulsar la iniciativa para nominarlo patrimonio cultural. El añoroso árbol que con el tiempo fue abrazando un buzón está ubicado en Tepeji del Río y es considerado por los Tepejanos y los propios hidalguenses, como un símbolo histórico urbano que se debe preservar. 🌳

Redacción: Ricardo Flores.
Fuente Informativa: Entrevista con la escritora María Guadalupe Huicochea Enríquez.

UN SIGLO DE ESTAMPILLAS CONMEMORATIVAS

El Royal Mail, el servicio postal del Reino Unido, celebra su primer siglo de emisiones conmemorativas con 10 estampillas especiales. Los diseños de estos sellos postales reflejan aspectos de la historia, la cultura, el mundo natural, los avances científicos y las innovaciones del Reino Unido a lo largo de 100 años.

Las estampillas, que presentan diseños de sellos sobre sellos, ilustran una selección de temas representativos de cada década de este siglo de historia.

Gran Bretaña emitió sus primeras estampillas conmemorativas el 23 de abril de 1924, con un conjunto que celebraba la Exposición del Imperio Británico. Posteriormente, en 1925 se actualizó este par de estampillas y se emitieron más ediciones especiales en 1929 y 1935. El rey Jorge V, un entusiasta de la filatelia, produjo siete series conmemorativas entre 1937 y 1951. Sin embargo, las ediciones especiales regulares comenzaron en la década de 1960, con una gran expansión en la gama de eventos, aniversarios y logros celebrados.

Con la llegada de los diseños pictóricos, los enfoques temáticos y la impresión multicolor, el programa de emisión de sellos se diversificó, y a finales de esa década, se emitían aproximadamente media docena de series por año.

Para facilitar este proceso, se transformó la representación del monarca en los sellos conmemorativos. El retrato de la reina Isabel II, creado por Wilding, fue reemplazado por una versión en cameo más pequeña que se colocaba en la esquina superior de cada diseño.

En 1964, William Shakespeare, el dramaturgo, poeta y actor inglés, se convirtió en la primera persona histórica no real en aparecer en un sello británico. En 1966, se iniciaron las ediciones anuales de Navidad.

Entre los primeros temas adoptados se encuentran la literatura, el arte, la tecnología, la historia, el transporte, la arquitectura y la vida silvestre. En tiempos más recientes, la música, el deporte, el cine y la televisión han adquirido mayor protagonismo.

A lo largo de estos 100 años, la forma de los sellos postales ha evolucionado y se ha diversificado para adaptarse a diferentes enfoques pictóricos, al igual que la tecnología de impresión. En 2001 se utilizó por primera vez la tinta termocrómica y perfumada

Las imágenes lenticulares comenzaron a usarse a partir de 2011. Durante los Juegos Olímpicos y Paralímpicos de Londres 2012, se emitieron sellos para celebrar a los ganadores de medallas de oro británicos pocas horas después de sus triunfos.

El conjunto del centenario fue diseñado por Hat-Trick Design e impreso en litografía por Cartor Security Printers. Los 10 sellos están disponibles en dos tiras de cinco unidades.

Redacción: Ricardo Flores.
Fuente Informativa: laposte.fr; coarg.org.ar.



1st class Décadas de 1920 y 1930
Exposición del Imperio Británico.
Congreso de la Unión Postal.
Jubileo de Plata.

1st class Década de 1940
Bodas de Plata Reales.
Centenario de los primeros sellos postales adhesivos.
Paz y Reconstrucción.



1st class Década de 1950
Tricentenario de la "Oficina General de Cartas".
Coronación de la Reina Isabel II.
Festival de Gran Bretaña.

1st class Década de 1960.
Paisajes.
Investidura de SAR el Príncipe de Gales.
Semana Nacional de la Naturaleza.



1st class Década de 1970.
Exposición de sellos Phillypia 70.
vida silvestre británica.
logros británicos en química.

1st class Década de 1980.
Flores.
Cometa Halley.
Transportes y Comunicaciones.



1st class Década de 1990
Robert Burns: La memoria inmortal.
Milenio.
Arquitectos del aire.

1st class Década de 2000.
El clima.
Para que no lo olvidemos.
Sonidos de Gran Bretaña.



1st class década de 2010
Edificios emblemáticos.
Jane Austen.
Queen.

1st class Los 2020.
Jubileo de platino.
Brilliant Bugs.
Windrush: 75 años.



EL SECRETARIO GENERAL NACIONAL VISITÓ LA ZONA CONURBADA PONIENTE Y EL ESTADO DE SINALOA

El L.C.P. Manuel Fermín Acevedo González, Secretario General del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México", da continuidad a sus visitas en las diferentes oficinas y centros de trabajo en todo el país.

Hizo presencia en la Zona Conurbada Poniente, de la zona metropolitana, en la Sección Estatal en Culiacán, Sin. y en la Sección Regional Mazatlán, Sin.; donde se reunieron compañeros de las diferentes oficinas que conforman estas secciones.

Expresó a los compañeros, lo importante que fue la legitimación del Contrato Colectivo de Trabajo, ya que al ser un documento legal nos permite hacer valer nuestros derechos como trabajadores y fue una parte fundamental para llevar a cabo el emplazamiento a huelga al Servicio Postal Mexicano, por incumplimiento de sus obligaciones plasmadas en el mismo. Lo que nos llevó a audiencias de conciliación para encontrar acuerdos que evitaran el estallamiento de la huelga, y así, resolver en favor de nosotros los puntos demandados en el pliego petitorio del emplazamiento, sin afectar a nuestra fuente de trabajo. Tales como la Operación de la Comisión Mixta de Escalafón, Ingreso



Naucalpan de Juárez



Atizapán de Zaragoza



Cuautitlán



Culiacán, Sin.

y planilla de personal, Asuntos jurídico – laborales, Prestaciones económico – sociales, Seguridad e higiene en el trabajo, Jornada de trabajo, Descansos, licencias y vacaciones, entre muchos otros rubros.

Se ha obtenido un logro muy relevante dentro de nuestra historia de lucha y que abre el camino para la defensa de nuestros derechos como trabajadores, pero sabemos también, que tenemos que seguir trabajando como Organización Sindical y en conjunto con todos ustedes, porque solo unidos conseguiremos obtener mejores beneficios en nuestras prestaciones y como trabajadores.

No olviden que el Sindicato Nacional esta para brindarles el apoyo que necesiten, no están solos. Concluyó. 🇲🇽

Redacción: M.Williams.

GRAN INAUGURACIÓN TORNEO DEPORTIVO DÍA DEL CARTERO Y EMPLEADO POSTAL 2024



Lic. María Enriqueta Méndez Gómez, C.P. Nancy Pimentel Miranda, Lic. Néstor Zúñiga Mendoza, Lic. Griselda González Castañeda Enrique Cruz Cruz, y Luis Zenón Sánchez

El Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de Mexico" en coordinación con el organismo Servicio Postal Mexicano "Correos de Mexico", llevaron a efecto la organización del esperado Torneo deportivo del Día del Cartero y Empleado Postal 2024.

Este memorable evento es esperado por todos nuestros compañeros deportistas ávidos de competencia y de llevar a la cancha de juego sus habilidades en el balompié.

En esta ocasión la apertura del Torneo, se realizó en el Deportivo Oceanía de la CDMX, donde asistieron más de 250 compañeros postales para presenciar los partidos.

Estuvieron presentes por parte del Organismo el **Lic. Néstor Zúñiga Mendoza**, *Coordinador General de Logística y Operación*; la **C.P. Nancy Pimentel Miranda**, *Directora Metropolitana*, así como por parte del Sindicato Nacional la **Lic. Griselda González Castañeda**, en representación de nuestro Secretario General, el **L.C.P. Manuel Fermín Acevedo González**, la **Lic. María Enriqueta Méndez Gómez**, *Secretaria General de la Sección Sindical CDMX*, **Luis Zenón Sánchez**, *Secretario de Eventos Sociales y Deportivos* y **Enrique Cruz Cruz**, *Enc. de la Zona Conurbada Oriente*.

Quienes por su parte dieron la bienvenida a los equipos participantes, a los compañeros trabajadores y al

público en general asistente a dicho evento. Asimismo; Señalaron que el torneo deportivo fomenta el deporte, donde todos los jugadores tienen la oportunidad de demostrar sus habilidades, con respeto, armonía y entusiasmo, siendo el objetivo principal hacer un buen equipo, para obtener los mejores resultados. Jueguen de forma limpia y en equipo, dejen atrás el individualismo, porque desde que están aquí ya son ganadores.

El **Lic. Néstor Zúñiga Mendoza** dio la declaratoria de inauguración del Torneo deportivo del Día del Cartero y Empleado Postal, siendo las **10:17 hrs. del día 7 de mayo del 2024**.

La **C.P. Nancy Pimentel** y la **Lic. María**

Enriqueta Méndez pasaron a la cancha para dar la patada inaugural, y así dar inicio al primer partido del Torneo Deportivo 2024.

En el juego de inauguración participaron los equipos **Centro Operativo Atizapán** y **Aereovertiz**. El partido se desarrolló de manera muy entusiasta, los deportistas dieron lo mejor de sí. Quedando el marcador final **2 - 0** siendo el ganador de este partido inaugural **Centro Operativo Atizapán**.

Con lo que se dio inicio al torneo. 🏆

Redacción: M. Williams.

FESTEJOS DEL

DÍA

DE LA

Madre

El pasado mes de mayo se llevó a cabo la celebración de *Día de la Madre* para las mamás trabajadoras de la zona metropolitana por parte del Sindicato Nacional y el Organismo.

Fue en el salón **Gran Fórum** donde se realizó el festejo, nuestras compañeras fueron recibidas cordialmente por la **Licenciada María Enriqueta Méndez Gómez**, *Secretaria General de la Sección CDMX*, **Enrique Cruz Cruz**, *Encargado de la Sección Zona Conurbada Oriente y en representación de Narciso Rosales Lara*, *Secretario General de la Zona Conurbada Poniente*, **Saúl Granillo Luque**, *Delegado Sindical de Teoloyucan*.

Dicho evento dio inicio con la interpretación de baladas románticas por parte de **Rafael Valderrama** cantante del sindicato de músicos. Siendo el preámbulo para brindar una comida



a todas las presentes y que durante la misma disfrutaran de las diferentes melodías.

Al término de la comida dio inicio el esperado momento de bailar. El grupo musical invitó a las festejadas a pasar a la pista de baile, quienes de inmediato se acercaron para mostrar su entusiasmo y sus mejores pasos, bailaron en pareja, en grupos, disfrutando el sonido de cada pieza, la pista no se daba abasto con la multitud que bailaba sin descansar.

Aproximadamente a las 6:30 p.m., cesó la música para dar paso al sorteo de regalos para las mamás trabajadoras, enviados por el **L.C.P. Manuel Fermín Acevedo González**, *Secretario General del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México"*.



“ES UN BUEN TIPO MI VIEJO... VIEJO MI QUERIDO VIEJO”

**También al papá se le
han escrito hermosas y
sentimentales canciones**

No sólo a la progenitora de nuestros días se le han dedicado hermosas melodías en el Día de las Madres, también al papá en el Día del Padre le han escrito sentidas canciones donde se refleja el amor de las hijas e hijos al hombre que nos guió, educó y nos dejó múltiples enseñanzas para enfrentarnos a la vida.

Canciones Simbólicas que nos hacen llorar cuando las escuchamos como "Mi Querido Viejo", de Piero y José Tcherkaski, considerada el himno atemporal del Día del Padre y que habla del progenitor cuyos años finalmente lo alcanzaron y cuyo hijo es su propio reflejo.

"Es un buen tipo mi viejo
Que anda solo y esperando
Tiene la tristeza larga
De tanto venir andando
Yo lo miro desde lejos
Pero somos tan distintos
Es que creció con el siglo
Con tranvía y vino tinto
Viejo, mi querido viejo
Ahora ya caminas lento
Como perdonando el viento"



La Licenciada María Enriqueta Méndez, tomó la palabra para felicitar a las compañeras trabajadoras, y señaló, *“me complace ser la portadora de la felicitación a cada una de ustedes de parte del L.C.P. Manuel Fermín Acevedo González, Secretario General Nacional, asimismo, agradeceré a los compañeros del comité ejecutivo presentes sean los portadores de hacer llegar nuestro agradecimiento por los obsequios que envió para nuestras mamás trabajadoras”.*

Para posteriormente dar inicio a la rifa, Enrique Cruz fue el encargado de dar vuelta a la tómbola para sacar el boleto ganador, cada obsequio causaba asombro, emoción y esperanza de ser ganadoras de alguno de ellos. Gritaban, aplaudían y felicitaban a quien salía sorteada. Entre los regalos había: *Dispensador de agua, cobertores, cafeteras eléctricas, teteras eléctricas, alaciadoras para el cabello, exprimidor de cítricos, ventiladores de pedestal, hornos de microondas, sandwicheras, secadoras para el cabello, tostadores, sartenes eléctricos, licuadoras y una pantalla de televisión de 43 pulgadas, entre muchos otros.*

Al término de la rifa, continuó la música para bailar y seguir disfrutando de la fiesta del *Día de la Madre*.

Así también, los *Secretarios Generales Estatales y Regionales* hicieron lo propio y festejaron a nuestras compañeras en el interior del país. 🇲🇽

Redacción: M.Williams.

*¡Felicidades a todas las
madres trabajadoras!*



Esta significativa canción ha sido versionada por muchos artistas, incluidos Vicente Fernández, Alejandro Fernández, Leo Dan, Elefante y Antony Santos, por nombrar algunos.

La canción "El Hombre que más Te Amo" del compositor Abelardo Flores, González, éxito en la voz de Vicente Fernández, habla del tutor dedicado a sus hijos, añorando el amor de sus descendientes y donde les aconseja conducirse con cautela por el camino de la vida.

"Cuando extrañes a tu padre,
que al cielo se fue con Dios,
Si quisieras abrazarlo,
o demostrarle tu amor,
los besos que des a tu hijo,
allá los recibo yo,
Mira por donde caminas, que no
resbale tu pie,
Procura seguir mis pasos,
donde firme caminé,
Y evita topar con piedras,
con las que yo tropecé"



"Tu sangre en mi cuerpo" que canta Ángela Aguilar con su padre Pepe Aguilar, en la que el talentoso dúo intercambia versos de un padre que ve crecer a su pequeña hija ante sus ojos y una señorita que está agradecida por la guía de su progenitor, es otra melodía digna para conmemorar a los papás en su día. Esta interpretación es de los compositores José Luis Ortega Castro y Thelma Ines De la Caridad.

"Cada día que amanece,
yo quiero verte,
Con tu sonrisa de niña y tu mirada
transparente,
Ya que Dios me ha concedido el
orgullo de tenerte,
Quiero decirte, hija mía, que estaré
contigo siempre,
Yo no sé cómo explicarte con palabras
lo que siento.
Pero aparte de adorarte,
yo te admiro y te respeto.,
El mejor padre yo tengo y a Dios
gracias doy por eso,
Quisiera seguir tus pasos porque tú
eres mi ejemplo"

El cantautor español Alejandro Sanz expresa los sentimientos de un hijo que, al crecer, puede apreciar los sacrificios hechos por su padre, en la composición de su autoría: "Ese que me dio la vida".

"Con tu sonrisa de medio lao,
Cuántos te quiero te habrás callao,
Cuántas cosas de chiquillo,
Aún conservas en los bolsillos,
Con tu eterno cigarrillo,
Con tu ojera why tu descuido,
La más bella de las danzas,
Es tu cojera al caminar"



En "Qué falta me hace mi padre", música y letra de Antonio Aguilar, el hijo añora la compañía paternal y que junto a él recorrieron infinidad de aventuras, una vida llena de anécdotas inolvidables y que al irse de esta vida su presencia la mantiene presente y recuerda lo inseparable que fueron.

"Cómo lo voy a olvidar,
Siempre lo tengo presente,
Cómo lo voy a olvidar,
Siempre lo tengo en mi mente,

Él me enseñó a trabajar,
Me aconsejó a ser decente,
Él me enseñó el buen camino,
Y a vivir como la gente,
Fui el primero de sus hijos,
Fui el que alegrara su hogar,
Lo digo por experiencia,
En este triste cantar"

Habrán infinidad de canciones que no hacen alusión al padre, sin embargo las melodías de diferentes géneros musicales, entre rancheras, baladas, boleros, tropicales, salsas, reguetón, instrumentales, operas, al escucharlas nos llevarán de manera instantánea a revivir aquellos momentos inolvidables que compartimos con nuestros papás, provocándonos el llanto y la tristeza de que ya no están con nosotros en vida.

La música y las canciones expresan emociones, formas de pensar, sentimientos y también recuerdos que nos hacen sentir y comunicar con los seres que amamos.🎵

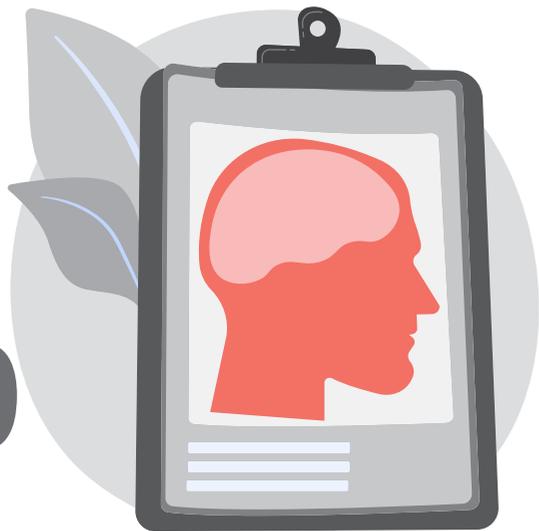
¡Feliz Día del Papá!

[Link a video](#)



Redacción: Ricardo Flores Miranda.
Fuente Informativa: [google.com/search](https://www.google.com/search); [letras.com](https://www.letras.com)

BIENESTAR MENTAL EN EL TRABAJO



Según un estudio realizado por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE), los mexicanos somos en el mundo quienes más tiempo pasamos en el trabajo. En estadísticas, este organismo internacional indica que el promedio anual de horas laborales de un mexicano es de 2,124, lo que nos coloca por arriba de países como Corea, con 1,908, y Estados Unidos, con 1,767 horas.

Sin embargo, dedicar tanto tiempo al trabajo aumenta la probabilidad de padecer estrés o depresión laboral. Asimismo, estudios científicos señalan que la carga excesiva de tareas y responsabilidades, los horarios prolongados, o una mala relación con el jefe o los compañeros pueden ser elementos que detonen problemas crónicos mayores. Hay que ser cuidadosos, indican los especialistas, cuando aparezcan síntomas como *gastritis, colitis, o presión arterial alta, o desinterés en nuestra actividad hasta llegar al ausentismo laboral*, indicativos de estrés o depresión laboral.

Otras señales que manifiestan estos padecimientos en los trabajadores son la *agresividad e irritabilidad* que en todo momento tienen con los compañeros; o por el contrario, se les nota tristes, se aíslan o son poco participativos. Ambas conductas extremas deben ser atendidas con oportunidad para evitar trastornos psicológicos mayores que impidan el bienestar mental óptimo en el trabajo.

En este sentido, la Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que un entorno laboral donde no se toma en cuenta el bienestar mental de las personas puede conducir a problemas físicos y emocionales que de alguna u otra manera afectan la productividad de una empresa o institución pública.

En la búsqueda de soluciones para llegar a mantener un bienestar mental en los trabajadores, la OMS sugiere la meditación, práctica mediante la cual se ayuda a disminuir el estrés; brinda una sensación de paz y equilibrio; aumenta la autoconciencia; reduce las emociones negativas; fomenta la

creatividad e incrementa la paciencia y tolerancia.

Asimismo, especialistas en materia de relaciones laborales recomiendan que no sólo se debe buscar disminuir el estrés laboral, sino que dentro de un balance organizacional óptimo se debe lograr de manera integral que todos los trabajadores de una empresa o institución pública, viva bajo un modelo de bienestar, por ejemplo establecer horarios flexibles, fomentar una buena comunicación y retroalimentación de

los jefes, reconocer las aportaciones de los trabajadores, días de descanso adicionales, planes de maternidad ampliados, entre otras medidas.

Como vemos, el bienestar mental en los centros de trabajo es condición imprescindible para el desarrollo pleno tanto de la institución como de los trabajadores.

Redacción: Vicente Ramos.
Fuente Informativa: Periódico Reforma, sección economía.





ROBERTO CANTORAL, ADEMÁS DE SER UN GRAN COMPOSITOR, FUE UN GRAN PADRE: SUS HIJOS ITATÍ, JOSÉ, CARLOS Y ROBERTO

A quién no le gustaría reseñar en un libro la vida de su padre. Resaltar, en su biografía, sus logros, triunfos y desventuras; así como la paternidad, el consentimiento y la educación formativa que les proporcionó en vida a sus hijos en la infancia y juventud, como los consejos invaluable y el respaldo condescendiente en la madurez.

Cada progenitor tiene valores que se deben testimoniar, sean famosos o no, los hijos debemos recordarlos plenamente. Honrar su memoria. Recordarlos con amor y tenerlos presentes, en cada instante de nuestra vida.

Hay hijas e hijos que tienen la fortuna de resaltar la vida de sus padres en una obra literaria, y que bueno saber la fama de aquellos progenitores hacedores de conquistas en los diversos campos creativos heredados al mundo y orgullo de sus descendientes, como el ejemplo del compositor Roberto Cantoral García (1935-2010), el autor de la canción "El

Relej", "La Barca", "El Triste", "Al Final", "El Crucifijo de Piedra", "Regálame esta Noche" y de muchas composiciones que nos trasladan a un sinfín de ambientes significantes y simbólicos, en un tiempo determinado de nuestra existencia.

En un homenaje póstumo a su padre Roberto Cantoral, el hijo mayor del cantautor, Roberto Cantoral Zucchi, retrata la vida íntima, y la carrera profesional de este autor que dejó huella en la vida sentimental y sonora de varias generaciones de mexicanos, en una novela titulada "Detén el tiempo en tus manos".

En el marco del Día del Padre, recomendamos esta biografía novelada de ediciones Urano, donde se tienen muchas historias de Roberto Cantoral y cómo dieron origen sus famosas obras musicales.

Roberto hijo, en entrevista con medios electrónicos e impresos, ha expresado que en la formación del libro se llevó

con un estricto cuidado por mantener la objetividad histórica de la vida de Roberto Cantoral, la creación de esta publicación contó con la colaboración de sus cuatro hijos del músico (Itatí, José, Carlos y Roberto), quienes ayudaron en la organización y revisión de los sucesos relatados en el texto.

Roberto Cantoral Zucchi manifiesta que en el libro se narran muchas anécdotas, es un contenido ameno y accesible.

Reveló que la obra novelada es escrita de manera sencilla y "que la gente vaya leyendo y descubriendo la vida de mi padre como si fuera un cuento o una historia. Ojalá, haya cumplido con ese objetivo, que fue el principal para mí, sobre todo, dejar por escrito el legado de un hombre que tuvo una gran trascendencia como autor, como líder y como ser humano".

La novela "Detén el tiempo en tus manos", relata en tercera persona, los inicios de este compositor, en la década de los cincuenta, junto a su hermano Antonio Cantoral; su acelerado ascenso como parte del trío Los Tres caballeros, con los que vendió más de 100 mil discos; su vida amorosa y luego familiar con la argentina Itatí Zucchi y la incansable tarea de ese músico como defensor de los derechos de los compositores.

Además, en la novela también refiere los motivos, personas y sucesos que inspiraron algunas de sus canciones más famosas, entre ellas "El Triste", la cual compuso Roberto Cantoral a la memoria de su madre tras su fallecimiento, balada que llegó a tener gran fama tras la interpretación de José José, en 1970, durante el Festival de la Canción Latina.

En "Detén el tiempo en tus manos", el autor, ha señalado que una ventaja de haberse enfrascado en la escritura del libro fue poner un poco en orden el acervo musical de su padre quien escribió 333 temas, decenas de ellos grandes éxitos.



Roberto Cantoral Zucchi señala que su padre cuando dejó de ser compositor a los 52 años y se convirtió en un gran defensor del Derecho de Autor de sus compañeros autores musicales lo hizo con el mismo éxito con el que compuso tantas canciones que aún están vigentes en todo el mundo. "En el libro quise retratar eso, con cierta distancia y objetividad, tuve que contenerme bastante. Tal vez lo más difícil de escribir el libro fue eso, hablar de mi padre no desde mi perspectiva como hijo y subrayo, que fue muy difícil porque además de ser un gran compositor, fue un gran padre".

Redacción: Ricardo Flores Miranda.
Fuente Informativa: Libro "Detén el tiempo en tus manos".
Ediciones Urano 2023; Portales y de la Sociedad de Autores y Compositores de México.

AÑO INTERNACIONAL DE LOS CAMÉLIDOS 2024



Las alpacas, los camellos bactrianos, dromedarios, guanacos, llamas y vicuñas forman parte de los animales llamados camélidos, que en más de 90 países son un recurso de subsistencia para millones de familias, sobre todo de pueblos indígenas y comunidades locales, que habitan entornos hostiles.

La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura informa que estos mamíferos contribuyen a la seguridad alimentaria, nutrición y al crecimiento económico, además, de poseer una gran relevancia social y cultural para muchas comunidades de todo el mundo.

La FAO ha declarado que 2014 es el Año Internacional de los Camélidos, los cuales desempeñan una función importante en el progreso hacia los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) relacionados con la lucha contra el hambre, la erradicación de la pobreza extrema, el empoderamiento de las mujeres y la utilización sostenible de los ecosistemas terrestres.

Los camélidos proporcionan leche, carne y fibra para las comunidades, sirven

como medio de transporte de bienes y personas, aportan fertilizante biológico y se adaptan muy bien a lugares donde otras especies de ganado no sobreviven.

El mayor camélido que existe es el camello, el cual tiene dos jorobas en el lomo; es capaz de adaptarse a los dos climas de las regiones desérticas y semidesérticas.

El dromedario, camello de una joroba, el cual puede reconocerse por su largo cuello curvado y pecho estrecho. Puede viajar durante largos períodos de tiempo sin comida ni agua utilizando la grasa almacenada en sus jorobas y transformándola en energía.

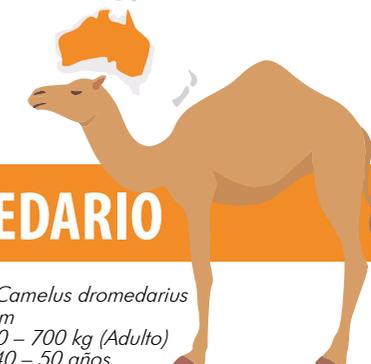
La llama es un animal alto, con forma de caballo y cola corta. Sus orejas son largas y están ligeramente curvadas hacia dentro como plátanos. Actualmente son cuatro millones, de los cuales la mitad reside en Bolivia. La especie surgió en Sudamérica hace unos 45 millones de años, forma parte de la identidad de muchas culturas y sociedades y el pelaje se usa para elaborar hilo.

La alpaca se puede reconocer por su

DISTRIBUCIÓN GEOGRÁFICA Y POBLACIONAL DE LOS CAMÉLIDOS



DROMEDARIO

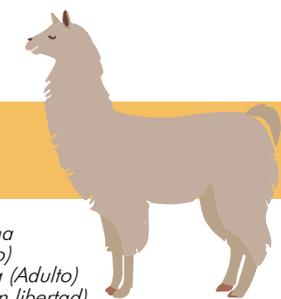


Nombre científico: *Camelus dromedarius*
Altura: 225 – 345 cm
Masa Corporal: 500 – 700 kg (Adulto)
Promedio de vida: 40 – 50 años

cuello y patas largas y no tiene dientes delanteros superiores. Al igual que otros camélidos sudamericanos, sus pies son suaves y acolchados, por lo que no daña los pastos que la alimentan.

El guanaco es un mamífero salvaje terrestre de mayor tamaño de Sudamérica. Se reconoce porque tiene el cuerpo esbelto y las orejas grandes y puntiagudas. Pueden correr a unos 56 kilómetros por hora ¡Casi tan rápido como un tigre!

LLAMA



Nombre científico: *Lama glama*
Longitud: 92 – 160 cm (Adulto)
Masa Corporal: 130 – 200 kg (Adulto)
Promedio de vida: 20 años (En libertad)

La vicuña es el animal nacional de Perú, tiene pelaje de color marrón lanoso en el lomo y blanco en el pecho. Puede vivir en temperaturas frías a pesar de su fina lana, porque su cuerpo atrapa el calor del sol durante el día para mantener una buena temperatura durante la noche.

GUANACO



Nombre científico: *Lama guanicoe*
Altura: 100 – 120 cm (Adulto, Al hombro)
Masa Corporal: 90 kg (Adulto)
Promedio de vida: 20 – 25 años

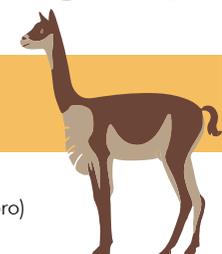
Redacción: Regina Vargas.
Fuente Informativa: FAO y Gobierno de México.

ALPACA



Nombre científico: *Vicugna pacos*
Altura: 81 – 99 cm (Adulto, A la cruz)
Masa Corporal: 48 – 84 kg (Adulto)
Promedio de vida: 30 años

VICUÑA



Nombre científico: *Vicugna vicugna*
Altura: 75 – 85 cm (Adulto, Al hombro)
Masa Corporal: 35 – 65 kg (Adulto)
Promedio de vida: 15 – 20 años

SOBRE DESCUENTOS, DEDUCCIONES Y RETENCIONES DE NUESTRO SALARIO



Continuando con el aspecto de nuestro salario establecido en el **Contrato Colectivo de Trabajo**, en esta ocasión hablaremos sobre la **Cláusula 40 del Capítulo Octavo** que se refiere a los casos cuando únicamente podrán hacerse retenciones, descuentos o deducciones al salario y son los siguientes:

- I.- Por retenciones de contribuciones sobre productos del trabajo.
- II.- Por deudas contraídas con el Organismo por concepto de anticipos de salarios, pagos hechos en exceso, errores o pérdidas debidamente comprobadas.
- III.- Por el cobro de cuotas sindicales.
- IV.- Por aportaciones al fondo de ahorro capitalizable, siempre que el trabajador hubiese manifestado previamente de una manera expresa su conformidad.
- V.- Por descuentos ordenados por el ISSSTE con motivo de obligaciones contraídas por los trabajadores.
- VI.- Por descuento ordenado por la autoridad judicial competente para cubrir alimentos que fueren exigidos al trabajador.
- VII.- Por obligaciones a cargo del trabajador en las que haya consentido, derivadas de la adquisición o del uso de habitaciones legalmente consideradas de interés social, siempre que la afectación se haga mediante fideicomiso en sociedad nacional de crédito autorizada al efecto.
- VIII.- Por pago de abonos para cubrir préstamos provenientes del Fondo de la Vivienda del ISSSTE destinados a la adquisición, construcción, reparación o mejoras de casa-habitación, o al pago de pasivos



adquiridos por estos conceptos. Estos descuentos deberán haber sido aceptados libremente por el trabajador y no podrán exceder el 20 % del salario.

- IX.- Por aportaciones a los seguros colectivos contratados a través del Sindicato.
- X.- Por pago de abonos para cubrir préstamos personales solicitados al Sindicato.
- XI.- Por pago de la potenciación de los seguros institucionales a favor de los trabajadores en los porcentajes que se apliquen según el contrato de seguro respectivo.
- XII.- En los demás casos previstos por la ley.

del importe del salario total, excepto en los casos a que se refieren las Fracciones IV, V, VI y VII de esta Cláusula.

Asimismo, señala que cuando el Organismo haga descuentos al salario del trabajador sin causa justificada, deberá reintegrar su importe dentro de los 30 días siguientes a aquel en que el trabajador, por sí o por conducto del Sindicato, presente su reclamo. El derecho del trabajador para reclamar descuentos indebidos, prescribirá en un año, a partir de la fecha en que se haya realizado el descuento.🕒

Redacción: Vicente Ramos.
Fuente Informativa: Contrato Colectivo de Trabajo vigente.

Cabe señalar que esta **Cláusula 40** indica que el monto total de los descuentos no podrá exceder el 30 %



**PORQUE AVANZAMOS JUNTOS Y NOS INTERESA LO QUE HACES,
SI TIENES UN TALENTO COMPÁRTELO CON NOSOTROS A TRAVÉS
DE NUESTRO CORREO ELECTRÓNICO
buzon_abierto@hotmail.com**



**O POR CORREO TRADICIONAL A LA DIRECCIÓN:
FRANCISCO JAVIER MINA N° 101
COL. GUERRERO, C.P. 06300
ALCALDÍA GUAUHTÉMOC**