

buzón

ABIERTO



EL SINDICATO NACIONAL DE TRABAJADORES DEL
SERVICIO POSTAL MEXICANO

"CORREOS DE MÉXICO"

CUMPLE 30 AÑOS DE EXISTENCIA



Editorial	3	Tres décadas no es un fin en sí mismo.
Con destino a...	4	Bacalar, el gran tesoro de Quintana Roo.
Sello Humano	7	Patricia Carrasco.
Joyas Filatélicas	10	Los mejores sellos postales de Star Wars.
Rumbo Postal	12	¿Qué es la Geriatría?
Familia Postal	15	<ul style="list-style-type: none"> • El Estado de Guerrero, impulsa el deporte. • El SNTSPM cumple 30 años de existencia.
Valor de Palabra	20	<ul style="list-style-type: none"> • Posible solución de científicos mexicanos contra el Zika. • Tres Centurias de vida celebra Correos de España. • Joaquín Pardavé Arce, recordando al compositor musical.
Sabías que...?	26	Un restaurante sin impurezas, ¡ni ropal!

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 Deleg. Cuauhtémoc

buzon_abierto@hotmail.com

Tel: 5546 - 43 -22 ó 5546 - 24 - 37 Ext.137

Responsable de Sección

M. Hernández

Cristina González Ricardo Flores

Vicente Ramos

Diseño y Arte

Alejandro B. Flores "Jr."

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

Buzón Abierto

Es una publicación mensual con 10, 000 ejemplares



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

TRES DECADAS NO ES UN FIN EN SÍ MISMO

No podíamos dejar pasar esta fecha tan importante para nuestro Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano, "Correos de México". Cumplimos 30 años de estar constituidos como Organización Sindical plenamente reconocida y avalada por las autoridades correspondientes. Desde aquel agosto de 1986, el camino que iniciamos para sentar las primeras bases de nuestros cimientos que dieron vida a la actividad organizada de los trabajadores, no fue fácil.

Como toda organización que aglutina a un sector fundamental para la nación, como es el de los trabajadores, el esfuerzo por perfilar las primeras acciones a favor de quienes representan la fuerza productiva y el valor del servicio del Organismo al que pertenecemos, encontró una serie de obstáculos y reticencias, que a fuerza de tesón, constancia, pero sobre todo de argumentos irrefutables se lograron superar, para encontrar el cauce adecuado por donde conducir la fuerza sindical y las demandas de nuestros compañeros.

Debemos reconocer que con el paso de los años, dos elementos se han forjado en nuestra vida interna como los grandes eslabones de una cadena férrea para remontar nuestros periodos de nacimiento, crecimiento y madurez, que se consolida en estos 30 años. Esos elementos son básicamente el consenso y la unidad. El primero lo hemos logrado a través de la inclusión, sin regateos a las propuestas e ideas surgidas desde la propia base trabajadora, a través de los Secretarios Estatales y Regionales. En el Sindicato Nacional, a nadie se le escatima su derecho para expresar sus ideas libremente. A través de ese conglomerado de puntos de vista, se conforman las decisiones que se toman en la Secretaría General.

Esta inclusión, a su vez, crea la materia prima que nos cohesiona como Organización, dando como resultado la unidad férrea que nos ha permitido salvar las barreras más grandes surgidas a lo largo de nuestro camino de lucha para conseguir mejores condiciones de trabajo y que los beneficios que hoy disfrutan nuestros compañeros sean respetados. Esa unidad, asimismo, ha representado la cualidad única que nos distingue y nos da fortaleza en el plano nacional como sindicato de vanguardia.

Tres décadas no es un fin en sí mismo, sino el principio de una nueva era para nuestro Sindicato, que se nutre día a día con el esfuerzo de toda la base trabajadora que representamos. Esa nueva era debe estar perfilada además de la unidad, como fuerza inquebrantable, a la búsqueda de derroteros que nos ubiquen en el plano modernizador de un crecimiento con desarrollo de calidad en la productividad.

Entonces la unidad y mayor productividad constituirán una estrategia a seguir en adelante, para consolidar nuestra permanencia como sindicato de vanguardia y de prestigio, ejemplo a seguir por otras organizaciones de trabajadores del sector público. El reto, como otros que hemos enfrentado, no es fácil, pero lo lograremos por el bien de nuestros compañeros y el de la población a la que servimos, quien día a día confía en nuestro servicio, el cual, pese a las administraciones que han desfilado en nuestra Institución y que tal parece que vienen con el propósito de desaparecerla; como la actual, que viene dejando una serie de evidencias de querer lograr ese propósito, y también un oscuro personaje que en declaraciones periodísticas, así lo pregona. Pero es necesario comentar con ustedes compañeros, que solo ocurriría por decreto presidencial, que tendría que ser modificado el Artículo 28 Constitucional, o bien, alguna iniciativa del Congreso de la Unión (Cámara de Diputados y Senadores), para modificar la Constitución, de otra forma francamente vemos muy difícil que así ocurra.

¡Felicidades Compañeros!

BACALAR

EL GRAN TESORO DE QUINTANA ROO



Quienes han viajado al Estado de Quintana Roo, saben que este destino es uno de los más atractivos del país, también que esa lejana entidad federativa del sureste mexicano guarda con mucho celo un verdadero tesoro natural, protegido por la selva baja quintanarroense, como si se tratara de una joya muy preciada "Bacalar, La Laguna de los Siete Colores".

La laguna de Bacalar, cuyo nombre proviene del maya y significa "rodeado de carrizos", se localiza en el municipio de Othón P. Blanco, a unos 40 kilómetros de Chetumal, Capital del Estado de Quintana Roo. Bacalar es la más antigua población de esta entidad federativa. Los colonizadores españoles construyeron el Fuerte de San Felipe para defender la zona de los ataques de piratas ingleses y de grupos de mayas rebeldes.



Es una población dedicada al turismo, que se desarrolla principalmente en la laguna de los siete colores, llamada así por los lugareños, debido a las tonalidades de sus aguas, que van desde el azul hasta el turquesa. Esos tonos son originados por siete cenotes que se distribuyen a lo largo de los 43 kilómetros de la laguna de Bacalar.

Aunque el buceo puede considerarse la más socorrida práctica para los visitantes nacionales y extranjeros, en Bacalar los paseos ecológicos se están convirtiendo en un nicho de actividad para los prestadores de servicios del lugar. También los turistas que por primera vez conocen esta joya del sureste mexicano, pueden visitar lugares cercanos como el "Canal de los Piratas, La Laguna Mariscal y Los Rápidos"; o bien, guiados por expertos, caminar en medio de la selva para buscar huellas de jaguares.



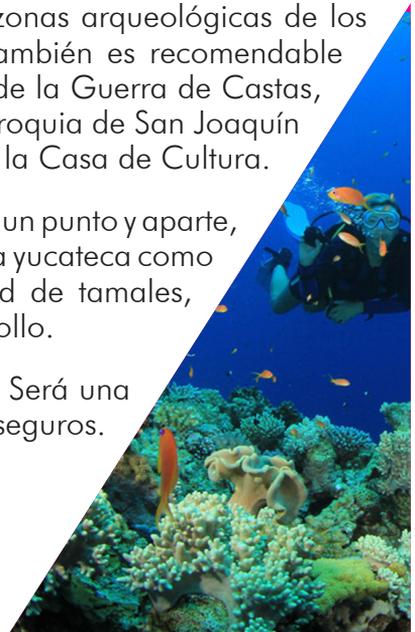
Otros sitios de interés para los visitantes son las zonas arqueológicas de los alrededores, como "Chacchoben y Kohunlich". También es recomendable el centro del pueblo, donde se localiza el Museo de la Guerra de Castas, ubicado en el antiguo Fuerte de San Felipe; La Parroquia de San Joaquín Bacalar, una construcción colonial del siglo XVIII y la Casa de Cultura.

Desde luego que la gastronomía de Bacalar merece un punto y aparte, porque se pueden degustar platillos tanto de comida yucateca como quintanarroense. Se recomienda la gran variedad de tamales, mariscos y platillos a base de carne de puerco y pollo.

Si tiene la oportunidad, no deje de visitar Bacalar. Será una experiencia que nunca olvidará. De eso estamos seguros. ¡Buen viaje!



Redacción: Vicente Ramos



PATRICIA CARRASCO



Egresada de la Facultad de Ciencias Políticas y Sociales de la Universidad Nacional Autónoma de México, con Licenciatura en Comunicación, Patricia Carrasco es una profesional del periodismo desde hace 25 años, de los cuales 17 de ellos los ha dedicado como reportera especializada en la información generada en las Centrales Obreras, Federaciones de Trabajadores y Sindicatos del país, para el periódico "La Prensa".

En conversación con nuestra invitada de honor de la Sección "Sello Humano", nos hizo partícipe de sus experiencias como comunicóloga; así también, nos habló de sus vivencias sobre el trabajo periodístico en el área laboral.

El trabajo de periodista es muy apasionante, pero también demandante, porque a veces dejamos a un lado a la familia, no tenemos un horario de trabajo definido; sabemos a qué hora entramos, pues tenemos una orden de trabajo que cubrir, pero nunca sabemos a qué hora terminamos.

¿Paty, cuántos años tienes en el medio periodístico?

Profesionalmente 25 años, desde que comencé a realizar mis prácticas profesionales en el periódico "El Nacional". Después empecé a trabajar en la hemeroteca del "Diario El Universal", fui reportera en "El Gráfico", y desde hace 20 años trabajo en el periódico "La Prensa", ahí, inicié cubriendo el

sector religioso y diplomático; posteriormente me incorporé al sector laboral, donde ya tengo 17 años de actividad.

¿Cuándo te iniciaste en esta profesión del periodismo, no te sentiste relegada, porque no había una inclusión de la mujer en esta carrera?

Como mujer no me he sentido relegada; creo que ahora somos más mujeres reporteras. Cuando me inicié había menos mujeres periodistas; además te quiero decir que en el periódico "La Prensa", prevalecen los hombres desde hace años, a la fecha solamente somos dos mujeres reporteras, y una secretaria; mi otra compañera es Genoveva Ortiz, cubre el Senado de la República y el sector económico. Ella también tiene muchos años en el periódico.

En la actualidad ya no se le tiene respeto a la prensa a la que se le consideraba el Cuarto Poder ¿Han perdido facultades en el oficio?

No, creo que no. Inclusive de alguna manera los medios seguimos vertiendo opinión y seguimos dando pauta para muchas cosas. Ahora un reportero de un periódico, no hace sólo nota informativa, también realiza video, fotografía, manda twitters, información al portal; en el caso de los compañeros reporteros de Excelsior y Milenio Diario, tienen que hacer notas para su periódico impreso, tienen que redactar notas para televisión, radio, su portal; además de tomar fotografías y video. Ya no somos reporteros como antes, ahora nos hemos convertido en reporteros multimedia.

En tu experiencia como reportera de la fuente laboral, ¿Existe una transformación en lo que es el concepto de sindicatos? ¿Antes cuál era la imagen sindical y cuál es ahora ante la opinión pública?

Cuando yo comencé no sabía nada de lo que era el sindicalismo, ni diferenciaba cuáles eran los del "Apartado A y el Apartado B", llegué y tuve que aprender, y de lo que he visto no he notado

muchos avances. Siento que muchos sindicatos se han quedado relegados, además como que no hay mucho movimiento con respecto a lo que hacen; hay muchos sindicatos que hacen muchas cosas, pero no se sabe, y ante esto se sigue hablando mal de los sindicatos y de los dirigentes sindicales, desafortunadamente lo que se sabe de los sindicatos son puras cosas negativas, no se resalta la verdadera labor de los mismos. Como que les ha faltado modernizarse, ser transparentes y estar a la vanguardia; además con la situación económica del país, hay menos trabajadores sindicalizados, porque eso es un hecho, muchos sindicatos no dieron el salto. No se ve la labor de esas organizaciones.

¿Qué opinión tienes del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México", tú que has conocido la lucha sindical de nuestro gremio?

Primero quiero decirles; los edificios que han sido sede del sindicato, como el que está en la calle de Gómez Farías es muy bello, y el actual es magnífico; lo conozco, y es un edificio hermoso. Es un sindicato al que le tengo mucho cariño,

ya que el señor Manuel Acevedo González, ha sido muy gentil conmigo y su trato es cordial y amable. Nunca he recibido un no a una entrevista. He entrevistado a muchos carteros en el Día del Cartero (el 12 de noviembre), he realizado muchas entrevistas a carteros y carteras y en verdad es un sindicato que siempre está abierto a la prensa. En lo personal le agradezco al líder sindical su apertura a la información porque ese es mi trabajo: Tener la nota cuando más la requiero, sin que exista traba alguna por parte de su líder. Y esto no siempre pasa, en otros sindicatos como el petrolero que siempre ha sido de puertas cerradas o el de la CFE, igual; bueno, de ahí ni notas sacamos, si uno requiere información, te tienen en la calle esperando a ver a qué hora sale el dirigente.

Desde mi opinión, creo que el Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano, "Correos de México" es un sindicato que se ha superado en muchas situaciones. El año pasado visité las instalaciones del sindicato e hice un recorrido con su dirigente a todas las áreas y me presentó a sus colaboradores. Se nota que el trato del dirigente con su equipo de trabajo es "como muy de cuates". No es la jerarquía de "ahí viene el dirigente y todo el mundo se agacha", eso me gustó, creó que ha habido mucho avance.

Como Sindicato hemos vivido esa apertura, y va a la vanguardia a nivel nacional, ¿qué opinas de ello?

Yo pienso que sí. De alguna manera este sindicato ha hecho mucho en dignificar a sus trabajadores, a los carteros, a la gente que trabaja adentro y eso me parece muy bueno, porque precisamente parte de la labor de los sindicatos es eso "Hacer que su gente esté mejor y que se sienta además acogida, que se sienta protegida en lo laboral y eso es lo que ha hecho su dirigente por el gremio".

¿Qué piensas de los carteros?

Enverdad los admiro. Son personajes muy entrañables en todas las ciudades del país. Me asombra que

se vayan a meter a lugares tan difíciles; a barrios que se les conoce como peligrosos, eso me parece admirable. Si los perros les ladran y amenazan con morderlos, ellos siguen con su labor; no les pasa como a los trabajadores de CFE, a esos sí los corretean; en el caso del cartero la gente le sigue teniendo respeto, creo que es un personaje de toda la vida.

EL LADO HUMANO DE PATRICIA

¿A quién le escribirías una carta?

A mis padres. A mi papá le gusta mucho escribir, a mi mamá, a mi compañero de vida también le escribiría cartas.

¿Qué les dirías a tu papá y a tu mamá en una carta?

Agradecerles muchas cosas, agradecerles que me hayan formado con valores y principios.

Para concluir con la entrevista Patricia envió un saludo a todo el gremio postal. 🤗

Redacción: Ricardo Flores

LOS MEJORES SELLOS POSTALES DE STAR WARS

Redacción: Ricardo Flores

A 39 años del estreno de la primera película "La Guerra de las Galaxias" (Star Wars), siete filmes del mismo tema se tienen registrados hasta el 2015 con sus variantes y nuevos personajes.

La odisea de cintas de ficción espacial creadas por el Director Cinematográfico estadounidense George Lucas en 1977, se convirtió en una expresión cultural en todas las esferas sociales a nivel mundial, ya que surgen todo tipo de conceptos comerciales desde medallas acuñadas, vasos, carteles, libros, playeras, juguetes, videos y pasatiempos interactivos, entre una diversidad de objetos, donde se plasman superhombres, enemigos, heroínas, princesas, seres fantásticos y naves intergalácticas en combate.





El éxito de esta serie de siete filmes a nivel mundial es un fenómeno. La última del orden: *Star Wars: Episode VII - The Force Awakens*, estrenada en los últimos meses de 2015, exhibida en las salas de cine de las metrópolis de los principales países de los cinco continentes del mundo, sigue reuniendo seguidores entre los niños y jóvenes. En particular, sin dejar de ser partidarios, una gran cantidad de adultos también gustan de las aventuras de las galaxias ficticias, de extraterrestres procedentes de planetas o satélites imaginarios, de robots y androides que convertidos en héroes y villanos buscan la supremacía del domino galáctico.

Ante este acontecimiento cinematográfico, la Royal Mail, empresa postal del Reino Unido de Gran Bretaña que presta servicios a nivel nacional e internacional desde hace 500 años (creada en 1516 por Enrique VIII como la oficina general postal del país británico), no podía ser ajena a este acontecimiento popular y emitió el pasado 20 de octubre de 2015: *STAR WARS™: The best stamps in the Galaxy* (*Star Wars™: Los mejores sellos de la galaxia*), una planilla de 12 estampillas y la hoja bloque que tiene información e imágenes de las primeras seis películas del serial fílmico.

En las 12 estampillas aparecen las imágenes de "Darth Vader, Yoda, Obi Wan Kenobi, Stormtroopers, Han Solo, Rey, Princesa Leia, El Emperador Palpatine, Luke Skywalker, Boba Fett, Finn y Kylo Ren".

Asimismo en esta excepcional colección de 10 planillas especiales, aparecen las imágenes de "Yoda, Darth Vader, Han Solo y un Soldado de Asalto Imperial", acompañados de fotogramas de las películas tomadas de los archivos de Lucasfilm. Dignos de colección para aquellos que son seguidores de Star Wars desde hace 39 años. 🍌

¿QUÉ ES LA GERIATRÍA?

Redacción: M. Hernández / Foto: Alejandro B. Flores "Jr"



El Secretario General del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México", Manuel F. Acevedo González, convocó a través del Encargado de la Secretaría de Servicios Médicos, Mauro Guardia Calderón, a especialistas en el tema de la Geriatría, con la finalidad de que impartieran en la Sede Sindical Nacional una plática a los compañeros jubilados y pensionados afiliados, a fin de orientarlos en esta etapa de su vida y que lo hagan extensivo a sus familiares.

Para dar inicio a esta plática el Doctor Francisco Jaime Ordoñez Gómez, definió lo que es la Geriatría: Es una especialidad médica que se preocupa de los problemas y enfermedades de los adultos mayores, dedicada al estudio de la prevención, diagnóstico, tratamiento, manejo y rehabilitación de las enfermedades en las personas de la tercera edad.

Esta especialidad debe atender al adulto mayor tanto en situación de salud como de enfermedad. Prestar atención a los aspectos clínicos presentes en sus enfermedades como la prevención de las mismas y de forma especial, observar los aspectos sociales que puedan influir en su salud, como son la soledad, el aislamiento y la dependencia, entre otras.



Un paciente que requiere ser atendido por un geriatra, es aquel que cumple algunas de las siguientes condiciones:

- **Mayor de 75 años.**
- **Pluripatología (Enfermedades que no tienen curación, Enfermedades con deterioro progresivo).**
- **Alto riesgo de dependencia.**
- **Presencia de patología mental acompañante o predominante.**

Señaló que los geriatras son Médicos expertos en el cuidado de los adultos mayores, de la misma manera que los pediatras lo son de los niños. Tienen especial conocimiento de enfermedades que comúnmente los aquejan: Demencia, Caídas, Incontinencia, Osteoporosis, y Depresión. Entienden la interacción entre el envejecer y otras enfermedades crónicas y degenerativas. Además, conocen el uso apropiado de los múltiples medicamentos que usan los adultos mayores y evitan el peligro potencial y no buscado de la interacción de estos medicamentos. El cuidado es combinado con otros profesionales para ayudar a los pacientes a mantener la capacidad de funcionar independientes y mejorar su calidad de vida en la consulta ambulatoria.

Mencionó que el objetivo de la Geriatría es "Lograr un envejecimiento saludable y exitoso, que se mantenga el mayor tiempo posible, libre de discapacidad".

Proporcionó algunos consejos para un envejecimiento sano:

Alimentarse bien: Una dieta variada y equilibrada es fundamental. Las frutas y las verduras son nuestros mejores aliados. Por el contrario los alimentos grasos y el azúcar, deben tomarse con moderación.

Cuidar el cuerpo: Hacerse chequeos médicos periódicos es importante para un mantenimiento óptimo de la salud, como



también para poder detectar a tiempo posibles irregularidades.

Cuidar la mente: Estar activo mentalmente, evitar en la mayor medida posible situaciones de estrés, o en todo caso aprender a controlarlo. Tener una actitud positiva y optimista frente a la vida.

Evitar riesgos: El tabaco y el consumo excesivo de alcohol, no están a tu favor, reducir su consumo o eliminarlo completamente te beneficiará.

Seguir aprendiendo: No perder nunca la curiosidad. Leer libros o revistas, participar en debates o incluso aprender a utilizar internet o iniciarse en las redes sociales.

Hacer ejercicio físico: Realizar actividad física de



forma moderada y de manera constante favorecerá nuestra movilidad a largo plazo. Los paseos diarios son una de las mejores actividades, siempre respetando la capacidad de cada uno.

Cuidar la casa y adaptarla: De la misma manera que realizamos cambios en casa con la llegada de un bebé, con la llegada de la edad adulta también podemos realizar pequeños cambios en casa. Cambiar la bañera por una regadera o adaptar la altura de los electrodomésticos para prevenir lesiones musculares por malas posturas.

Relacionarse: Salir de casa, relacionarse, informarse, conocer cosas y personas nuevas ampliará nuestro círculo social. Visitar museos, ir al teatro o salir a cenar te ayudará a tener una actitud positiva y a tener aspiraciones.

Aceptar y disfrutar del puesto que se

ocupa en la familia: Si tus hijos ya son mayores o estás jubilado, aprovéchalo. Ya no tienes que estar pendiente de todo, disfruta de este merecido descanso y aprovecha para hacer lo que siempre hemos querido.

Aceptar el paso del tiempo: Esto no significa que no puedas disfrutar. La edad adulta es un escalón más en la vida, donde la experiencia y la sabiduría afloran, acepta este nuevo rol e intenta sacarle el máximo partido.

Para concluir, el Dr. Ordoñez expresó la siguiente reflexión:

Toda persona de la tercera edad debe tener presente que si sigue en este planeta es porque tiene el don de la vida, y solo por eso debe disfrutarla y no sentir que ya todo se terminó o que solo le queda tiempo para esperar la muerte.

Los compañeros jubilados salieron motivados y con otra perspectiva de la vida, después de saber porque es importante cuidarse y los beneficios de acudir al geriatra.



El Secretario General del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México", Manuel F. Acevedo González es partícipe de fomentar el deporte entre sus agremiados, por lo que siempre pide a los Secretarios Generales Estatales y Regionales, que lo promuevan entre todos los compañeros trabajadores de su entidad.

A esta solicitud, se suma el Secretario General Estatal en Guerrero, Armando López Mayo, quien se dio a la tarea de impulsar entre los compañeros de varias oficinas y centros de reparto, su participación en partidos de futbol soccer con equipos de otras dependencias pertenecientes a la "Liga de Futbol Real Azteca". Los equipos participantes fueron "Veteranos Ejido" y "Sabana Coloso".

Los encuentros de los equipos fueron amistosos, por lo que no hubo ganadores, ni trofeos. Agradecen el apoyo del dirigente sindical por los uniformes recibidos y su esfuerzo por promover el deporte a nivel nacional entre los trabajadores postales. 😊

EL ESTADO DE GUERRERO IMPULSA EL DEPORTE

Redacción: M. Hernández



Equipo "Sabana y Coloso"



Equipo "Veteranos Ejido"



EL SINDICATO NACIONAL DE TRABAJADORES DEL
SERVICIO POSTAL MEXICANO

"CORREOS DE MÉXICO"

CUMPLE 30 AÑOS DE EXISTENCIA





Orgullosamente nuestro Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México", cumple treinta años de trayectoria, en la cual se ha distinguido por su aplomo, unidad, trabajo, disciplina, perspectiva y solidez. Durante este periodo ha visto pasar a muchos Directivos, con diferentes formas de pensar, actuar y de entender la importancia y relevancia que tiene el correo, por lo que ha tenido y sabido contender, dialogar y llegar a acuerdos favorables; ha enfrentado retos, pero de igual forma ha cosechado triunfos en beneficio del correo y de la base trabajadora.

Esta Organización Sindical día con día ha evolucionado, adaptándose a los cambios que requiere un mundo acelerado, así también está abierta para aceptar la inclusión de las nuevas tecnologías de telecomunicación, y de esta forma estar a la vanguardia en un mundo competitivo.

Manuel Fermín Acevedo González, un líder visionario, emprendedor, entusiasta y con un gran amor al correo, dirige para bien el destino de nuestro sindicato. Con la firme idea de que si al correo le va bien a los trabajadores también.

Siempre se ha destacado por su liderazgo nato, cuenta con una experiencia de 40 años





en el Servicio Postal Mexicano "Correos de México", lo que le da vastos conocimientos y capacidad para desarrollar las funciones de su cargo de forma consciente, responsable y apropiada; teniendo siempre como prioridad el mejoramiento de las condiciones laborales y económicas de los trabajadores, así como la autosuficiencia del correo.

Por lo que durante el tiempo que se ha desempeñado como Secretario General, se ha caracterizado por su dinamismo, siempre en busca de alternativas, estrategias y soluciones, que permitan que tengamos un correo sano e independiente, así como mejores condiciones salariales y prestaciones. No olvidando jamás, continuar con su búsqueda incansable de perfeccionar y eficientar las herramientas de trabajo para sacar adelante a la Institución y no quedarse inerte y apático ante los embates por los que pasa el Servicio Postal Mexicano "Correos de México".

Durante los últimos años se ha preocupado también por el crecimiento, desarrollo y evolución de la Organización Sindical, implementando nuevos instrumentos tecnológicos, como la instauración de la Página Web del Sindicato Nacional, que tiene la finalidad de estar más cerca de los trabajadores, con información clara y veraz; además de la creación de un Código QR insertado en la revista buzón abierto, para que los mismos, tengan acceso a esta información a través de su dispositivo móvil; Por otra parte, se han obtenido mejores resultados y beneficios como es el cambio del Bono de Productividad por un Bono de Productividad Individual; un Convenio con el CONAMAT (Colegio Nacional de Matemáticas) como una opción para que sus agremiados obtengan el certificado de bachillerato y estén mejor preparados; incrementos en prestaciones económico-sociales a través de la revisión del Contrato Colectivo de Trabajo, entre muchas otras; cómo podemos mencionar la nueva Sede Sindical, que cuenta con una infraestructura de primer nivel, con instalaciones cómodas, amplias y seguras que muestran la imagen, disciplina y el trabajo de los integrantes del Comité Ejecutivo Nacional, que tienen el propósito principal de brindar una atención de calidad a los compañeros trabajadores.



Centro Social y Deportivo Pachuca Hgo. 2016



Marcha del 2002



3ra Conferencia UNI Internacional 2009



Inauguración de la Sede Sindical Mina 2011





Por otra parte, es importante mencionar los dos grandes proyectos que el Sindicato Nacional, con la visión vanguardista de su Líder Sindical llevó a cabo, y son casi una realidad, el "Centro Social y Deportivo" en Pachuca, Hidalgo, patrimonio de la Organización; construido para los Trabajadores Postales, con la finalidad de que cuenten con un lugar de esparcimiento para convivir y disfrutar con su familia. Así también, tenemos la "Casa de la Cultura Postal", un Museo que tiene como objetivo, mostrar el Correo desde sus orígenes, contar su historia cronológica y su avance hasta nuestros días. De esta forma, existirá un antecedente y no se perderá ni quedará en el olvido nuestra identidad y oficio.

Un evento muy significativo que no podemos dejar de mencionar, es que el Presidente de la República Mexicana, Lic. Enrique Peña Nieto en su Segundo Informe de Gobierno, hizo mención de los logros obtenidos por el Servicio Postal Mexicano: "El Servicio Postal Mexicano mejora la eficacia, oportunidad y calidad de los servicios postales en beneficio de los usuarios. Correos de México suscribió en enero de 2014 el Convenio de Productividad 2014-2016 con el Sindicato de Trabajadores de la entidad, lo que resultó en un incremento del 19% en la productividad de los carteros durante el primer semestre de este año". A lo cual, la Directora General en ese entonces, Lic. Yuriria Mascott Pérez, agradeció a Manuel Acevedo su colaboración e institucionalidad de la Organización Sindical, la cual permitió alcanzar esos resultados, pidiéndole hiciera extensivo ese reconocimiento a los representantes sindicales de todo el país y a los compañeros sindicalizados. Lo que llena de satisfacción a esta Organización Sindical y le permite ver que los esfuerzos en conjunto han dado los frutos esperados, de lo cual todos los trabajadores postales debemos estar orgullosos.

Por todo esto la Organización Sindical exhorta a sus agremiados a seguir unidos para mantener una estructura sólida y fuerte, que nos permita superar las vicisitudes que se nos presenten. Y no olvidar jamás que nuestro Sindicato se ha fortalecido y madurado en estos 30 años. 

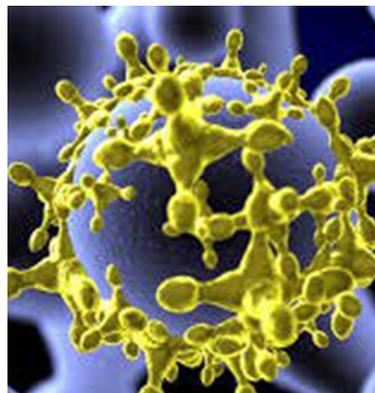
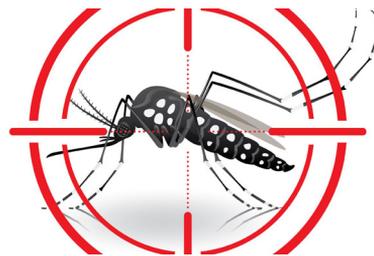
Redacción: M. Hernández / Foto: Archivo



POSIBLE SOLUCIÓN DE CIENTÍFICOS MEXICANOS CONTRA EL ZIKA

Redacción: Vicente Ramos

■ Países con casos confirmados (transmisión autóctona). Situación epidemiológica a 16 de enero.



Virus del Zika

El Zika es la más reciente epidemia que ha causado alarma entre la población de México. Las estadísticas del sector salud demuestran que ha tenido un crecimiento principalmente entre mujeres embarazadas. Es muy peligroso, se deben orientar los esfuerzos sanitarios hacia la erradicación de este mal, cuyo origen se remonta a 1947 en el Bosque de Zika, en Uganda, África. De ahí se ha extendido hasta Asia y últimamente se detectó en Chile y varios países de América Latina, incluido México, de acuerdo con datos de la Organización Panamericana de la Salud.

Esta enfermedad es causada por un virus transmitido principalmente por mosquitos del género Aedes.

Las personas contagiadas por el virus de Zika, pueden presentar síntomas como: fiebre, exantema, conjuntivitis, dolores

musculares y articulares, malestar o cefaleas, que suelen durar entre 2 y 7 días. Hay un consenso científico sobre la relación causal entre el virus de Zika y la microcefalia. También se están investigando las relaciones con otras complicaciones neurológicas.

En nuestro país, la Dirección General de Epidemiología de la Secretaría de Salud, informa que los casos de Zika comienzan a incrementarse, particularmente en las mujeres embarazadas, sobre todo en esta temporada de lluvias, que es cuando el mosquito transmisor (aedes aegypti) tiene más presencia en las comunidades del país. Este insecto no sólo transmite el Zika sino también Chikungunya y Dengue.

Las estadísticas proporcionadas por la Secretaría de Salud, señalan que tan sólo de la semana del 27 de junio al 4 de julio

de este año, se contabilizaron 100 casos más de Zika que se suman a los 562 ya existentes, donde 287 son mujeres embarazadas. Por entidad federativa, Chiapas está a la cabeza en incidencia de la enfermedad, le siguen Oaxaca, Guerrero, Tabasco y Veracruz.

El riesgo de esta enfermedad o epidemia, es que el Zika en mujeres embarazadas, puede provocar que los bebés nazcan con alguna malformación congénita o con microcefalia, tal y como se ha registrado en Brasil. Aunque en el caso de México, la Secretaría de Salud no ha notificado ningún caso de malformación en recién nacidos de mujeres contagiadas.

Ante todo este preocupante panorama, los científicos mexicanos han entrado a la tarea de atacar hasta su exterminio al mosquito causante del mal. Esto lo harán mediante la producción de mosquitos estériles que permitan controlar la propagación del virus.

El Director del Instituto Nacional de Salud Pública de México, Mauricio Hernández Ávila, describe la técnica: "Consiste en producir mosquitos machos estériles y liberarlos en determinadas regiones para que se apareen con las hembras, sin producir crías".

Range of Microcephaly Severity



Consecuencias del virus del zika durante el embarazo.

Y aunque lo dicho por el Doctor Hernández Ávila, suena muy fácil, es una técnica que requiere conocimiento y experiencia para dar buenos resultados. Ojalá que el esfuerzo logre su meta y no falle. Millones de mexicanos, sobre todo los que viven en los estados más afectados, lo van a agradecer infinitamente.



TRES CENTURIAS DE VIDA CELEBRA CORREOS DE ESPAÑA

Redacción: Ricardo Flores

Desde hace tres centurias el Correo de España no ha dejado de mandar y recibir cientos de miles de piezas postales diariamente al interior y exterior de la Península Ibérica, constituyéndose como una de las instituciones de comunicación más sólida a nivel mundial, en el rubro de la correspondencia epistolar.

Directivos y trabajadores postales celebraron el pasado 8 de julio su Aniversario Número 300. Felicidades y enhorabuena para los compañeros del Correo de España.

Su historial parte de aquel 8 de julio de 1716, segunda década del siglo XVIII, cuando el rey de España Felipe V designa a Juan Tomás de Goyeneche como Juez Superintendente y Administrador General de las Estafetas. Este nombramiento presuponía que el correo español pasaba a ser administrado directamente por el Estado.

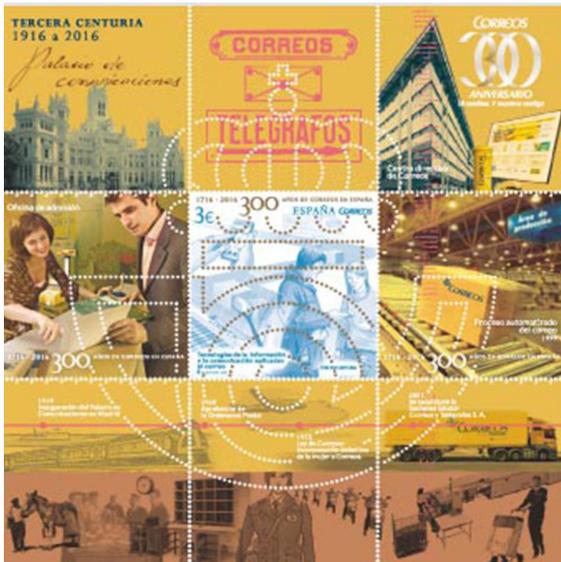
Antes de la designación oficial, se dice que la responsabilidad del Servicio Postal Español la tenía la familia Tassis, ya que por Concesión Real había ejercido el cargo de Correo Mayor del Reino.

A partir de que la corona española indemniza a la familia Tassis, se lleva a cabo una reestructuración a fondo, así como las diversas reformas tendientes

a organizar la nueva renta: Tarifas, implantación de itinerarios postales con cierta periodicidad y la promulgación de ordenanzas, que establecían un marco legal para los servicios y los empleados de la posta.

Tuvieron que pasar por lo menos 134 años desde que el Correo Español bajo la administración del Estado, emitiera en 1850 el Primer Sello Postal con la imagen de la Reina Isabel II. El sello se convirtió en la pieza clave del correo porque abarató las comunicaciones y favoreció que el flujo de mensajes y relaciones personales y comerciales, se incrementara enormemente. Los sellos fueron también representativos de lo que cada sociedad deseaba contar de sí misma, aquello de lo que se sentía orgullosa y deseaba transmitir al mundo. Así se empezaron a coleccionar, porque transmitían historia, cultura y otros valores.

Dentro de los festejos del Tricentenario, el Correo de España invitó en octubre del año pasado a todos los ciudadanos españoles a decidir, seleccionando en una votación abierta, cuáles consideraban los 300 sellos más importantes de la historia postal de este país, los mismos que fueron recopilados en una memoria; además de esta singular colección, se han editado medallas conmemorativas, estampillas y una serie de recuerdos que enaltecen el aniversario de la Institución Postal.



En éstos 300 años, Correos de España ha ido adecuándose a los tiempos, por ejemplo en el siglo XIX incorporó el telégrafo a sus servicios; posteriormente a las nuevas tecnologías y a la era digital que demandan las nuevas generaciones de usuarios; asimismo, se ha visto sometido a diferentes cambios en su marco jurídico, especialmente en los últimos decenios, que han convertido a esta empresa en una sociedad anónima de capital cien por cien estatal.

Con este motivo, Correos de España conmemora su Tricentenario, entre otras celebraciones, con la emisión de tres planillas conmemorativas, dedicadas a los tres siglos de vida postal y telegráfica de la entidad.

La primera planilla la emitió el 29 de febrero de 2016; la segunda planilla apareció el 21 de abril del año en curso y la tercera se emitirá el próximo 14 de septiembre. 

CORREOS forma parte de la Historia de España con hitos tan importantes como:

1755. Racionalización de tarifas y creación de servicios de Lista, Apartados, Impresos y Periódicos.

1756. Creación del oficio de cartero.

1762. Instalación de las primeras bocas de buzones.

1850. Año decisivo: dotación de flota propia de transporte para la correspondencia y nacimiento del sello como medio de pago.

1855. Establecimiento de la primera conducción de correo ambulante. Creación del Cuerpo de Telégrafos.

1870. Reparto postal diario.

1882. Incorporación de las mujeres en plantilla.

1884. Primer servicio telefónico público de nuestro país.

1889. Nacimiento del Cuerpo de Empleados de Correos.

1911. Establecimiento de servicios innovadores como la carta urgente, los giros y los reembolsos.

1962. instalación de los buzones domiciliarios.

1981. Invencción del código postal.

1990. Informatización de toda la red de oficinas.

1998. Estreno de la primera página web.

2002. Culminación de la automatización de la red de grandes centros logísticos.

2003. Apertura de la Oficina Postal Virtual.

2013. Impulso a la transformación con el Plan de acción 100-300-1.500. Una apuesta por la diversificación, la optimización operativa, la efectividad comercial y el cambio cultural. Y... Llegamos a la actualidad.

2016. Cumplimos 300 años con una capacidad de visión y proyección de futuro, con los valores claros y una misión integrada en cada una de las personas que forman la organización.

JOAQUÍN PARDAVÉ ARCE



RECORDANDO AL COMPOSITOR MUSICAL

Redacción: Ricardo Flores

Excepcional Actor de carácter, Compositor musical, Guionista y Director cinematográfico, el guanajuatense Joaquín Pardavé Arce fue un personaje, extrovertido y de grandes facultades en el arte de la actuación, que bien vale recordarlo ante la cercanía de su natalicio 116, a celebrarse el próximo viernes 30 de septiembre.

El genial artista poco reconocido por su obra musical, fue más identificado por sus películas "El baisano Jalil, Los hijos

de Don Venancio, Soy charro de rancho grande, Una gallega en México", entre más de 100 filmes realizados entre los años 1919 y 1955, escribió bellas composiciones que a la fecha se siguen escuchando en la radio, y que a las personas de la tercera edad les traen gratos recuerdos de su juventud.

De la enorme lista de melodías que compuso, están las siguientes: "La Panchita, Falsa, No hagas llorar a esa mujer, Tus cabellos, Caminito de la

Sierra, Ventanita morada, La mujer ladina, Penjamo" (dedicada a su tierra natal, ya que lo vio nacer el 30 de septiembre de 1900). Así como "Adiós juventud, Muñequita, Pasionaria, Por qué lloran tus ojos, Varita de nardo, Alondra y Negra consentida", entre las más significativas.

La mayoría de estas obras fueron parte importante de revistas musicales.

Joaquín Pardavé antes de nacer ya traía en la sangre el arte y la creatividad

artística, ya que sus padres: Don Joaquín Pardavé Bernal, fue actor, y Doña Delfina Arce Contreras, cantante de zarzuela.

Sus biógrafos narran que siendo niño, sus padres lo sacaban en brazos al escenario. Su primer papel lo obtuvo a los cuatro años de edad en la obra "La cara de Dios"... Como compositor comenzó a escribir cuando tenía 16 años. Su primera composición musical fue "Mi Carmen", la que dedicó a su amiga Carmen Delgado, de la que estuvo enamorado.

En el año 1925, conoció a la señorita Soledad Rebollo, vedette del teatro donde trabajaba. Soledad se convirtió en el amor de su vida, y fue de ese modo como su inspiración floreció, componiendo para ella "Plegaria, Bésame en la boca, Negra consentida y Varita de Nardo".

Nuestro personaje al que recordamos en esta ocasión, ingresó a la industria del cine en la película "Viaje redondo" (1919). Intervino en más de 100 filmes, de los cuales él dirigió 24. Fue actor, compositor, pintor, escritor de obras de teatro serio y de revista, así como de argumentos cinematográficos. Un actor de fuerte personalidad, polifacético que vive por siempre a través de su obra musical y su producción fílmica. 🎬





UN RESTAURANTE SIN IMPUREZAS,

¡NI ROPA!

Redacción: Vicente Ramos

Seguramente usted, tiene conocimiento o ha asistido a restaurantes de todo tipo y sabe que la variedad es amplia. Los hay renacentistas, giratorios, con camas en lugar de mesas, sobre plataformas suspendidas en el aire, de comida exótica a base de todo tipo de insectos, en fin la gama es muy amplia. Pero, ¿sabía usted que en Londres hay un restaurante, donde su sello de distinción es ofrecer el servicio solamente a comensales desnudos? Indiscutiblemente que este lugar rompe con todos los cánones establecidos hasta hoy en los centros gastronómicos.

"The Bunyadi", no es un restaurante cualquiera. Sus particularidades son muchas: Está prohibido tomar fotografías, los teléfonos y aparatos eléctricos; se permite quitarse toda la ropa antes de sentarse a elegir el menú, vegetariano o carnívoro. Esta singularidad de quedarse desnudo, hace de este lugar el primer restaurante nudista del mundo. Menciona su inventor, Sebastian Lyall, "como restaurante abierto al público, creemos que es el primero

del mundo, donde los grupos naturistas se reúnen para comer juntos y desnudos".

El concepto del restaurante en mención, llamado The Bunyadi, es ofrecer un ambiente puro, natural y permitir a los comensales disfrutar de un menú fresco libre de colorantes y conservadores, con ingredientes cosechados orgánicamente y cocinados en utensilios hechos de barro, donde además los cubiertos también son comestibles.

Otro de los insólitos rasgos del nuevo restaurante que se abrió

en el centro de Londres a mediados de junio para los meses de verano y hasta septiembre, es que ya tiene una lista de espera de más de 26,000 personas a través de su página web. El local solo acoge a 42 comensales por turno, repartidos por espacios separados con cañas de bambú e iluminados a la luz de la vela. En la entrada del local los clientes dispondrán de vestidores y cajas fuertes para dejar todos los enseres a buen recaudo detrás de ellos, antes de sumergirse en la experiencia culinaria y la completa inhibición del nudismo, sentados a la mesa. Pueden optar por otra opción que es la de coger una túnica a la entrada y ponérsela de forma provisional o permanente mientras permanecen en el restaurante.

Se trata de una nueva experiencia, sin impurezas, productos químicos, o colorantes artificiales. Solo se usan ingredientes cosechados orgánicamente y cocinados en utensilios hechos de barro; no hay electricidad, gas, teléfono, ni ropa si lo desean", explica Sebastian Lyall, fundador de la compañía Lollipop, promotora del establecimiento. La ambientación y el diseño del nuevo comedor ponen énfasis en el aire libre y la frescura de los lugares no contaminados por la tecnología y promueve el nudismo, que de acuerdo, con las normas del establecimiento será opcional. Un oasis para comer en el centro de Londres.

La reacción de British Naturism, Federación de grupos que promocionan el nudismo en diferentes campos, no se ha hecho esperar. Su portavoz, Andrew Welch, dice que "ya es hora de que surjan iniciativas de este tipo, no



obstante, el hecho de que el nudismo sea opcional, el comportamiento de los mirones puede llegar a intimidar a los nudistas".

Los promotores de The Bunyadi anuncian su proyecto como la experiencia de la "auténtica liberación en un ambiente discreto". Bunyadi significa en lengua hindú (del norte de India) lo fundamental, la base y lo natural. Otro de los rasgos del restaurante, una ventaja para los distraídos, es que no habrá que preocuparse por si se mancha la camisa o el vestido. 🙏



California a provincia Mexicana fuit
et hodie una cum California Mexicana
et hodie una cum California Mexicana
et hodie una cum California Mexicana

**Envíanos tus
comentarios a**

**Francisco Javier
Mina N° 101 Col.
Guerrero, C.P.
06300 Delegación
Cuauhtémoc.**



buzón
ABIERTO



AMSTELODAMI.