

b



DÍA DEL CARTERO Y EMPLEADO POSTAL 2016



<u>Editorial</u>	3	Día del Cartero y Empleado Postal 2016.
<u>Con destino a...</u>	4	Aguascalientes y su Culto a la Muerte.
<u>Sello Humano</u>	7	Amalia Pérez Vázquez.
<u>Joyas Filatélicas</u>	10	Tradicón y Simbolismo en las Estampillas Postales del "Día de Muertos".
<u>Familia Postal</u>	12	<ul style="list-style-type: none"> • El Congreso de Coahuila Reconoce la labor de los Carteros. • Guardia de Honor al Cartero. • Cancelación de la Estampilla del Día del Cartero. • Día del Cartero y Empleado Postal 2016. • Clausura de la Jornada Deportiva 2016.
<u>Valor de Palabra</u>	21	<ul style="list-style-type: none"> • La Fiesta de la Muerte. • La Muerte Mexicana. • Crece Estrés Laboral y Baja Productividad.
<u>Sabías que...?</u>	26	Hospital de las Emociones.

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
Ciudad de México.

buzon_abierto@hotmail.com

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

Responsable de Sección

M. Hernández

Vicente Ramos Ricardo Flores

Salvador Navarrrro

Diseño y Arte

Alejandro B. Flores "Jr."

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

Es una publicación mensual



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

DÍA DEL CARTERO Y EMPLEADO POSTAL 2016

Arribamos una vez más a la conmemoración anual del Día del Cartero, fecha que para nuestro gremio es muy representativa, pues responde al reconocimiento de la ciudadanía mexicana a la labor que diariamente desarrollan los compañeros, entregando en tiempo y forma la correspondencia destinada tanto a domicilios particulares como a empresas y corporativos del sector privado e instituciones públicas.

Esta fecha reviste en lo particular para el Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano, "Correos de México", un significado especial, pues patentiza la unidad que hemos mantenido durante años y sirve como ocasión para reiterar ante los usuarios nuestro compromiso de servicio en beneficio de las grandes mayorías.

Estamos conscientes de las circunstancias tan especiales por las que atraviesa el país. En todos los niveles de gobierno y en todas las áreas productivas involucradas en la dinámica social y económica nacional se viven momentos de incertidumbre en el devenir cotidiano. No hay duda de que tales circunstancias demandan un mayor compromiso y entrega de los involucrados en el desarrollo y crecimiento de la nación.

En este sentido, desde nuestra Organización Sindical deseamos hacer llegar a la población mexicana, el mensaje de que los trabajadores postales continuarán realizando su tarea de conectar al país a través de la correspondencia que millones de habitantes diariamente les confían para su recepción y distribución. Seguiremos contribuyendo con nuestro granito de arena para responder a las expectativas que la población ha depositado en éstos servidores públicos que, sin importar condiciones climáticas y de seguridad muchas veces adversas, hacen llegar las cartas y documentos a sus destinatarios.

Nuestros compañeros sindicalizados están conscientes de la trascendencia que representa su labor diaria. Nos enorgullecemos de que día a día, depositen, a través de su esfuerzo y entrega con disciplina, ese espíritu de servicio que los ha caracterizado ante los mexicanos.

Esa mística del trabajo profesional que realizan, continuará siendo su sello distintivo para engrandecer nuestro gremio sindical y sumarnos con ello a la lucha por superar los obstáculos que en la actualidad se han presentado en nuestro horizonte para conseguir el futuro óptimo que deseamos como país.

Ese espíritu será el garante de consolidar nuevas metas, entre las cuales destaca continuar ofreciendo al grueso de la población usuaria un servicio eficiente para seguir siendo merecedores de su distinción y apoyo.

¡Felicidades a todos nuestros compañeros en este Día del Cartero y Empleado Postal!



AGUASCALIENTES Y SU CULTO A LA MUERTE

El estado de Aguascalientes está considerado como una de las entidades federativas con el mayor potencial para un desarrollo industrial y comercial en el país. De ser uno de los principales centros ferroviarios en la república y de producción de hilados y tejidos, hoy en día ha diversificado una plataforma fabril y de servicios formando un verdadero polo de desarrollo, económico y humano, donde sus habitantes están orgullosos de su tierra próspera y pacífica.

Pero Aguascalientes también se distingue por conservar sus raíces culturales y tradiciones, entre las que destacan su culto a la muerte. En

noviembre la tierra hidrocálida se envuelve en cierto misticismo cercano con la huesuda. Acompáñenme a un breve recorrido por esta tierra en Día de muertos.

Del 28 de octubre al 6 de noviembre, se lleva a cabo en la Isla de San Marcos, en Aguascalientes el Festival de las Calaveras, que consiste en una celebración que trata de preservar las tradiciones de rendir culto a la muerte, pero también de recordar a José Guadalupe Posada, creador de La Catrina. Durante la festividad se ofrecen obras de teatro, conciertos, charrería y desfiles de comparsas con calaveras gigantes elaboradas en papel maché.

Otra festividad de culto a la muerte en tierras hidrocálidas se lleva a cabo en el Cerro del Muerto, que se localiza a diez kilómetros de la ciudad de Aguascalientes. Se llama así porque, por un efecto



Festival de las Calaveras



Isla de San Marcos



<http://www.festivaldecalaveras.com.mx/>

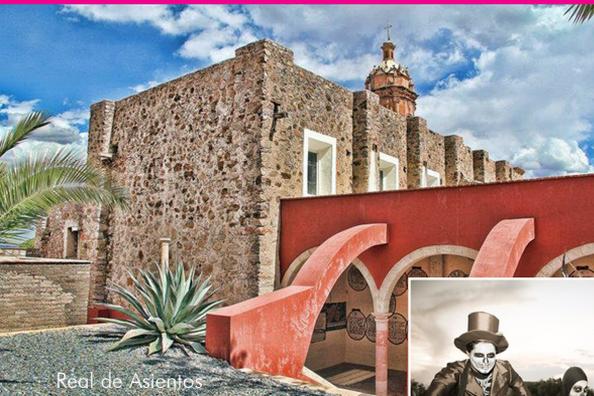
de ilusión óptica, a la distancia el cerro parece un gigante acostado, aunque también una leyenda regional indica que es el cadáver de un sacerdote de la época prehispánica fallecido en ese cerro al ser alcanzado por una flecha perdida.

Los visitantes nacionales y extranjeros, pueden admirar como parte del Festival de las Calaveras el ascenso de los lugareños al Cerro del Muerto, en una procesión llamada "ilumínale los pies al muerto", que muchas veces convoca a más de cinco mil asistentes.

Otro lugar en Aguascalientes que rinde tributo a la muerte es el Museo Nacional de la Muerte, donde se exhiben más de dos mil piezas recolectadas por el grabador Octavio Bajonero. Una de esas piezas, la más importante y la más admirada por los visitantes,



Museo Nacional de la Muerte



Real de Asientos



FESTIVAL CULTURAL DE CALAVERAS



Cerro del Muerto



Templo de Nuestra Señora de Belén

es una calavera de cristal de roca, elaborada en el siglo XIV; de este tipo sólo hay siete en el mundo. Por ello está considerada como la joya del museo.

Desde luego que el visitante, aparte de inmiscuirse en estas festividades a la muerte, puede conocer los dos Pueblos Mágicos localizados en los alrededores de Aguascalientes. Uno de ellos es "Real de Asientos", donde se ubica el Templo de Nuestra Señora de Belén, los turistas ahí pueden admirar el Cristo articulado de la iglesia, elaborado de osamenta humana; "Calvillo" es el otro Pueblo Mágico, en un recorrido en tranvía el visitante conoce las huertas de guayabas y fábricas de dulces, donde se pueden adquirir licores y rollos rellenos de nueces. Es muy recomendable probar los "chamucos", que son panes rellenos de mantequilla o los pasteles de guayaba de tres leches.

Aguascalientes es un destino obligado para conocer, no sólo en Día de Muertos. ¡Buen viaje!



Octavio Bajonero



Pueblo mágico de Calvillo

AMALIA PÉREZ VÁZQUEZ



ME SIENTO UNA MUJER COMPLETA

Redacción: Ricardo Flores

La atleta paralímpica Amalia Pérez Vázquez, considerada como la mejor de la historia en la especialidad de levantamiento de pesas, no sólo ha conquistado los podios de los Juegos Paralímpicos de Sídney 2000, Atenas 2004, Beijing 2008, Londres 2012 y Río 2016, sino también la admiración y respeto de todo el mundo.

¿Amalia, qué se siente ser tan querida y apreciada por la gente? Todos quieren una Selfie contigo.

En realidad el cariño de la gente es lo que realmente me motiva día a día; saber que hay personas que reconocen tu trabajo, esfuerzo, dedicación y sobre todo que les inspiras a seguir adelante, a que no se rindan y que realmente tus sueños, tus objetivos, de cierta manera ellos los viven a través de una emoción, de un sentimiento y

que me lo están demostrando, eso es lo que siento de mi nación, de mi gente.

En entrevista exclusiva con Buzón Abierto, Amalia quien obtuvo su 5^o. Medalla en Juegos Paralímpicos y rompió el récord mundial en la justa de "Río 2016" en la especialidad de levantamiento de potencia, al levantar 130 kilogramos, en la categoría de hasta 55 kilogramos de peso corporal, además de platicarnos de su experiencia en la quinta justa paralímpica, nos habló de su trayectoria como deportista, de su familia y su desarrollo personal.

La experiencia en Río, en verdad, me consagrada como deportista, ya que el trabajo, la dedicación y la constancia me dio el resultado al final de cuentas; también la credibilidad al saber que tenemos las capacidades para lograr el triunfo sí te lo propones.

¿En Río rompiste tu record paralímpico?

En dos ocasiones lo he logrado, en Londres en 2012 y en Río 2016, son dos records en la categoría de 55 kilogramos de peso corporal con un levantamiento de 130 kilogramos.

¿Qué esperas para Tokio 2020?

Hacer mi mejor papel definitivamente. Nunca me cuelgo una medalla hasta no tenerla puesta y estar en el pódium, hacer una mejor representación para mi país.

¿Amalia, en el aspecto personal cómo has vivido tu desarrollo como ser humano y deportista?

En lo particular disfruto la vida, estoy enamorada de la disciplina que hago, gracias al apoyo de mi madre que es una guerrera, de mi padre y de mi familia que siempre ha estado conmigo. Soy integrante de 12 hermanos. Estoy casada y tengo una niña de 12 años. Se llama Melisa. Soy la mujer más gratificada por estar aquí, por respirar, ver, sentir, amar; por tener un deporte, creo que no pido nada más, que agradecerle a Dios estas oportunidades que me ha brindado, me siento una mujer completa.

Estoy en la Asociación del Deporte sobre Sillas de Ruedas, para estar dentro del deporte federado, y en mi caso yo representó al Instituto Mexicano del Seguro Social desde 1996 a la fecha, me siento muy orgullosa de representar un logo, una



camiseta. Mi compromiso es ayudar a las personas que se integran dentro del ámbito social, y más que nada en el ámbito de salud, sobre todo a aquellas personas que llegan a una rehabilitación; ayudarlas, hacerles entender que es un proceso y explicarles que hay muchas líneas y oportunidades por donde continuar, vivir y que una discapacidad es meramente una circunstancia, no es una barrera y no es una situación en la que podamos decir que ya no somos capaces de nada.

La gran triunfadora de los Juegos Paralímpicos de Río 2016, cuenta con una discapacidad desde su nacimiento, se llama artrogriposis múltiple congénita se caracteriza por la existencia de contracturas congénitas que afectan a varias articulaciones del organismo; pero esta enfermedad no le ha puesto murallas a sus capacidades y aptitudes, desarrollándolas al máximo a través del deporte en sus 43 años de edad.

Como parte de mi rehabilitación empecé a nadar, así es como empezó a gustarme el deporte y me integro a la disciplina de la natación, saber y entender que el deporte te ayuda a una autoestima, a evaluarte y a independizarte, a no ser una hija que dependa de mamá, papá y hermanos que estén todo el tiempo detrás de ti para poder salir adelante, no quedarme sentada en una silla, una cama o en un sillón, encerrada y esperando en casa viendo pasar la vida, al contrario yo siempre quise ser partícipe de ella, y valerme por mi misma.

¿Amalia, cuál es tu mejor consejo para aquellas personas que no hacen ejercicio y dicen no tener la capacidad física para sobresalir?

Lo importante es que se den la oportunidad de conocerse, sobre todo de regalarse una actividad física para que tengan una mejor calidad de

LEVANTAMIENTO DE POTENCIA



INICIOS

El levantamiento de pesas hizo su estreno en los Juegos Paralímpicos de Tokio 1964, cuando atletas con lesiones de la columna participaron en 4 eventos, aún con el nombre de levantamiento de pesas. En los años siguientes, el deporte pasó por cambios para incluir atletas con otras discapacidades e hizo su estreno con un nuevo nombre en 1984. Las mujeres participan en este deporte desde Sídney 2000, y el levantamiento de pesas hoy en día es uno de los deportes Paralímpicos que más crece.



Los atletas se acuestan de espaldas en el banco y tienen la opción de que los sujeten con uno o dos cinturones. Después, tienen la opción de utilizar uno o dos auxiliares para ayudarlos a levantar la barra de soporte. Una vez que se considera que el atleta está en total control de la barra, el árbitro principal da el orden de inicio, y el atleta ejecuta el movimiento.



Fecha de Nacimiento:
10 de julio de 1973

Ciudad de nacimiento:
Ciudad de México

Disciplina: Powerlifting

Categoría: Hasta 55 Kg.

Participaciones en Juegos Paralímpicos:
Sídney 2000, Atenas 2004, Beijing 2008, Londres 2012, Río 2016

AMALIA PÉREZ VÁZQUEZ

vida; hacer ejercicio reditúa en salud; en verdad te ayuda para no generar enfermedades; sobre todo tener una mejor autoestima, sentirte capaz de tener un cuerpo que realmente está bendecido por Dios, con pretensiones que podemos explotar, y que ojalá se den la oportunidad de conocerlo, se van a sentir mucho mejor.

Amalia nos deja un mensaje para inducir el respeto y la inclusión de las personas con discapacidad. A pesar de las murallas sociales que ha tenido que superar, es atrevida y cree en que México puede cambiar y ser un país incluyente y respetuoso de los seres humanos.

Al finalizar la entrevista realizada en el marco del 5° Foro "Trato Adecuado a las Personas

con Discapacidad", efectuado en el Centro de Convenciones Atlixco-Metepec, Puebla, Amalia nos mostró orgullosa la Medalla de Oro que se sumó a las 90 preseas obtenidas a lo largo de su carrera deportiva. La competidora paralímpica dejó en claro que en Río 2016, consiguió la consagración al superar a la nigeriana Esther Oyema (127 Kg.) y a la china Xiao Cuijan (115 Kg.), las cuales completaron el podio de triunfadoras.

Esta medalla es para toda la gente de México y cuando estoy en un evento internacional lo he dicho: No soy Amalia, soy México, soy todos ustedes, soy una mujer, soy un hombre, soy un niño, un adolescente, soy una anciana. En verdad lo digo y lo siento con mucho cariño y respeto.

TRADICIÓN Y SIMBOLISMO EN LAS ESTAMPILLAS POSTALES DEL "DÍA DE MUERTOS"

Redacción: Ricardo Flores

Con el propósito de participar en la festividad del Día de Muertos, el Servicio Postal Mexicano "Correos de México", realiza una emisión postal conmemorativa a partir del año 2009, para preservar esta tradición que tiene sus raíces en la cultura prehispánica.

Ocho han sido las estampillas conmemorativas, dignas de colección que son parte ya de nuestras Joyas Filatélicas, que reflejan, cada una de ellas, la veneración y respeto a los seres queridos; erigiéndoles altares llenos de fruta, flores y los variados alimentos que en vida degustaban; también adornando sus tumbas, llevándoles música y manifestándoles en cada detalle nuestro amor, cariño y recuerdo.

En esta ocasión el diseñador Rodolfo Espíndola Betancourt, crea en la estampilla conmemorativa de 2016, el

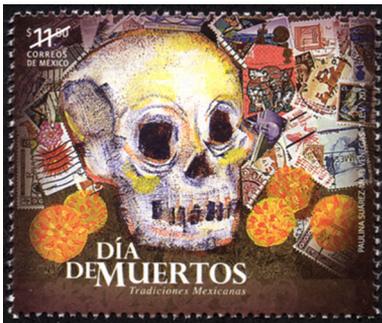
colorido y simbolismo de esta peculiar e importante celebración, mediante el tradicional Árbol de la Vida con elementos prehispánicos.

La estampilla conmemorativa del año 2015, representa una ofrenda que simboliza el reencuentro entre vivos y muertos, donde se observa las fotos de los familiares difuntos, el tradicional "pan de muerto", las viandas selectas de los parientes, la bebida preferida, sahumerios y veladoras. A todo ello, sin faltar las flores y los manteles de lucidos colores. El diseñador fue Sergio Barranca Rábago.

Otra estampilla, digna de recordar, es la que se emitió en 2014. El diseño del timbre conmemorativo se realizó con el apoyo del Museo de la Filatelia de Oaxaca, A.C., muestra el dibujo de una de las diez mejores tarjetas postales



Diseño conmemorativo del "Día de Muertos 2016"



Diseño conmemorativo del "Día de Muertos 2014"



Diseño conmemorativo del "Día de Muertos 2015"

ganadoras del concurso "El Buzón de la Calaca 2014".

El "Buzón de la Calaca" es una convocatoria anual de diseño de tarjeta postal organizada por el Museo de Filatelia (MUFI) en el marco de Día de Muertos, con la finalidad de promover el diseño postal, el uso de la correspondencia y del timbre postal a nivel nacional e internacional.

En esta edición participaron artistas de México y de otros países como España, Chile y Estados Unidos. Se recibieron más de 150 postales en técnicas de grabado, fotografía, collage, impresión digital y acuarela, de las cuales 75 fueron seleccionadas para conformar la exposición del mismo nombre. La estampilla conmemorativa fue diseñada por Ricardo Venegas Gómez y Paulina Suárez. 

EL CONGRESO DE COAHUILA RECONOCE LA LABOR DE LOS CARTEROS Y DEL SINDICATO NACIONAL

Los Diputados de la Sexagésima Legislatura del Congreso del Estado de Coahuila, llevaron a cabo el 9 de noviembre del año en curso, la Décima Novena Sesión del Segundo Periodo Ordinario, en la cual, el Diputado Francisco Tobías Hernández hizo un pronunciamiento con motivo de la conmemoración del Día del Cartero y del 30 Aniversario de la Fundación del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano, "Correos de México". Manifestó que en la actualidad hay unos dieciséis mil cuatrocientos trabajadores postales en México, y 500 de ellos están en Coahuila, quienes son los responsables directos de transportar anualmente alrededor de 60 millones de piezas de mensajería, por todo el territorio nacional.

Afirmó también, que el correo ha sido y seguirá siendo sin duda alguna, un elemento fundamental en el desarrollo y la integración nacional; por ello, la Constitución reserva al Estado la prestación del Servicio de Correos, como área estratégica. Por lo que, en el marco del Día del Cartero instaurado en 1931 por el Presidente Pascual Ortiz Rubio, el 12 de noviembre, las Diputadas y los Diputados brindamos un reconocimiento a las y los trabajadores del Servicio Postal Mexicano por su loable labor, y al Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México", por consolidarse como una Organización Sindical, seria, responsable y comprometida.



El Diputado José María Fraustro Siller, Presidente de la Junta de Gobierno del Congreso, hizo entrega de placas de reconocimiento a Manuel Fermín Acevedo González, Secretario General, por el 30 Aniversario del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México"; a Cipriano Romo García, Secretario General Estatal en Coahuila y a José Antonio Peña López, Secretario Regional en Torreón, Coahuila.

Sin duda alguna el servicio que presta día a día el Correo Mexicano es invaluable y es un gran orgullo para los trabajadores postales que sea reconocido. 🍷



GUARDIA DE HONOR EN EL MONUMENTO AL CARTERO

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

Presidida por Manuel Fermín Acevedo González, Secretario General del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano, "Correos de México", el Comité Ejecutivo Nacional y la Sección

Sindical Ciudad de México, se montó guardia de honor y se depositó una ofrenda floral como cada 12 de noviembre en el "Monumento al Cartero", como muestra de respeto y reconocimiento a la trayectoria y el trabajo de los compañeros que sentaron las bases para que esta noble actividad fuera reconocida, como lo es hoy, por amplios sectores de la población mexicana.

Esta ceremonia abrió una serie de festejos que en recuerdo de la figura destacada del cartero, como invaluable servidor público, se desarrollan en todas las entidades federativas del país.

Año con año, el "Día del Cartero y Empleado Postal", suma más simpatías y reconocimiento por parte de todos los sectores, lo que nos enorgullece sobre manera a quienes integramos esta gran familia. 📧



CANCELACIÓN DE LA ESTAMPILLA DEL DÍA DEL CARTERO

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

En celebración y reconocimiento al Cartero y Empleado Postal, el día 14 de noviembre el Organismo, Servicio Postal Mexicano, emitió y canceló una estampilla que conmemora un año más de un día tan importante y especial para los trabajadores postales.

Dicho evento se realizó en el majestuoso Palacio Postal de esta Ciudad de México, ante personalidades como la Licenciada Mónica Aspe Bernal, Subsecretaria de Comunicaciones en representación del Lic. Gerardo Ruiz Esparza, Secretario de la S.C.T.; Manuel F. Acevedo González, Secretario General del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano; Funcionarios de la Secretaría de Comunicaciones y Transportes, el Comité Ejecutivo del Sindicato Nacional, Trabajadores Postales y otros invitados.

Para dar inicio a tan magno acontecimiento, se solicitó la presencia de la Lic. Elena Tanus Meouchi al estrado, quien relató brevemente como el

trabajo y la valentía de los carteros postales fue determinante para que se estableciera en nuestro país el día del cartero, el 12 de noviembre de 1931, por una iniciativa del Coronel Luis G. Franco, que fue autorizada por el entonces Presidente Pascual Ortiz Rubio.

Agradeció y reconoció el gran mérito que tienen carteras y carteros al cumplir con eficiencia su ardua labor, ya que diariamente recorren largas distancias para entregar la correspondencia, mensajería y paquetería, cumpliendo así con una obligación constitucional.

Señaló que por instrucciones del Secretario de Comunicaciones y Transportes, y para hacer frente a los retos que impone la sociedad moderna, en SEPOMEX "aceleramos nuestro proceso de modernización y mejora continua". El Organismo cuenta con capital humano calificado y capacitado para enfrentar los nuevos retos, además se instalaron máquinas de Rayos X en los centros de distribución ubicados en los diferentes estados del

país, así como en el Centro de Despachos Aéreos Benito Juárez y en el Centro Operativo Pantaco, para la revisión de la materia postal y evitar con ello el envío de artículos prohibidos por la Ley, con el fin de brindar seguridad a la población.

Por otra parte, agradeció a Manuel Fermín Acevedo González, Secretario General del Sindicato Nacional, por llegar en conjunto a acuerdos positivos en beneficio del país, la sociedad y toda la familia postal. Así también, lo felicitó por sus 40 años de servicio y reconoció su destacada labor dentro de la Institución durante este tiempo.

A su vez, Manuel F. Acevedo González, saludó a los presentes y felicitó en especial a sus compañeros trabajadores postales; así también, manifestó que el Congreso en el Estado de Coahuila otorgó un reconocimiento a la Organización Sindical por sus 30 años, señaló que es un orgullo que Diputados de la Sexagésima Legislatura de esa entidad, valoren la importancia del Servicio Postal, y como Organización, nos llena de orgullo y es gratificante que reconozcan nuestra labor. Agradeció el reconocimiento por sus 40 años de servicio, y externó que en el tiempo que ha permanecido en el correo ha obtenido satisfactorias experiencias, gracias a éste dio una carrera universitaria a sus hijos, así como seguramente en otras familias del gremio postal también ha sido posible, afirmó; porque en estos tiempos que vivimos es importante preparar a nuestros hijos para el futuro.

Mencionó, es cierto que las dificultades son enormes para el país, la situación económica es difícil no solo por lo que está pasando en México, sino por lo que pasa a nivel mundial y que vemos día a día en los medios de comunicación. Por lo que debemos sumar esfuerzos y estar preparados, porque el futuro del correo depende de nosotros. Es bien cierto, que el avance de la tecnología como el internet no ha conseguido desaparecer al correo, por el contrario, debemos ser aliados y adaptarnos a los cambios de la tecnología para darle impulso al Servicio Postal; es necesario introducimos al comercio electrónico, ya que las empresas que venden por internet requieren que sus productos sean entregados a sus clientes, y es ahí donde el correo debe aprovechar esa oportunidad, sería



Estampilla "Día del Cartero" 2016



Lic. Elena Tanus Meouchi
Directora General SEPOMEX



Manuel F. Acevedo González,
Secretario General del Sindicato Nacional



Licenciada Mónica Aspe Bernal,
Subsecretaría de Comunicaciones



Fotografías Cancelación de la Estampilla "Día de Cartero"

una forma de proporcionar más servicios que nos permitan atraer nuevos usuarios y recursos económicos a la Institución, que a su vez, también traerá un beneficio a los trabajadores.

Para continuar, se hizo la entrega de 10 reconocimientos por 40,30,28 y 25 Años de Servicio. Posteriormente se llevó a cabo la cancelación de la estampilla "Día del Cartero" 2016, por parte de la Subsecretaria de Comunicaciones, Mónica Aspe Bernal y el Secretario General del Sindicato Nacional, Manuel F. Acevedo González.



La Subsecretaria, Aspe Bernal dio su mensaje en representación del Secretario de Comunicaciones y Transportes. "Quiero transmitir de parte del Lic. Ruiz Esparza, un reconocimiento y felicitación por su valiosa labor de comunicar día con día a los mexicanos y hacer de Correos de México, una gran institución que nos llena de orgullo". Desde su aparición, el correo ha sido usado como vía de comunicación entre personas y pueblos, llevando noticias, ideas, conocimientos, mercancías, sueños y esperanzas; que han contribuido al desarrollo social y económico de las naciones, el Servicio del Correo Mexicano, inició su firme desarrollo en 1878 al ingresar a la Unión Postal Universal (UPU), desde entonces nuestro correo ha sido protagonista en cada una de las etapas históricas de nuestro país y de su comunicación con el mundo, a lo largo de estos años el Servicio de Correos ha respondido con oportunidad

y con eficiencia a las exigencias de los usuarios, derivadas principalmente del crecimiento demográfico así como del desarrollo económico y social de México, hoy en el siglo XXI el correo presta un servicio imprescindible en un mundo en que la acelerada convergencia de tecnologías de la información y la comunicación nos brindan todos los días nuevas y efectivas formas de interacción, el Servicio de Correos se distingue como uno de los mecanismos más eficientes de acercamiento entre las personas y de transporte de bienes y mercancías; esto aumenta las posibilidades de la nueva realidad del comercio electrónico. Por ello la administración encabezada por el Presidente Enrique Peña Nieto, a través de la S.C.T. emprendió la modernización de Correos de México, con el propósito de que se consolide como un factor de inclusión social, facilitador de la actividad económica y garante de las comunicaciones interpersonales, a fin de poner el Servicio de Correos en mejores condiciones de competencia y un servicio de mayor calidad.

México necesita de su trabajo y dedicación más que nunca. Tengo la certeza de que trabajando juntos y con el alto interés de servir a México, el Servicio Postal Mexicano "Correos de México" seguirá renovándose para mantenerse como parte fundamental del desarrollo social, cultural y económico de nuestro país, finalizó. 📧

DÍA DEL CARTERO Y EMPLEADO POSTAL²⁰¹⁶



Fotografías FESTEJO DEL
DÍA DEL CARTERO CDMX



Como cada año y para deleite de los Empleados Postales de la Sección Sindical Ciudad de México, se llevó a cabo el tan esperado festejo por el "Día del Cartero y el Empleado Postal", (12 de noviembre), donde todos se olvidan por unas horas, del trabajo, las preocupaciones y las discrepancias; dedicándose a disfrutar el tan merecido evento.

Nuestros compañeros fueron recibidos de forma cordial por integrantes del Comité Seccional y personal del Organismo, a su llegada se les felicitó por su día brindándoles un aperitivo, posteriormente y estando la

mayoría de los festejados, se presentó un show donde el protagonista interpretó al canta-autor Juan Gabriel, para después dar paso a una placentera comida. Al término de ésta, dio inicio el baile, donde la mayoría gustosos pisaron la pista sacando sus mejores pasos.

Este festejo se organiza con entusiasmo por parte del Sindicato Nacional de Trabajadores del Servicio Postal Mexicano "Correos de México" y por las autoridades del Organismo, con la única finalidad, de reconocer el esfuerzo que día con día los empleados postales realizan en cada una de sus oficinas, centros de trabajo y rumbos de reparto.

Así mismo, en el interior de la República Mexicana los Secretarios Generales Estatales y Regionales en su entidad, realizaron este festejo para agasajar a los trabajadores de Correos de México. 🎉

CDMX



CAMPECHE

CDMX



GUANAJUATO

CDMX



MAZATLÁN SIN.

CDMX



MEXICALI



CHIAPAS



TAPACHULA CHIS.



JALISCO



ZACATECAS



SINALOA



HIDALGO



GUERRERO



MORELOS



MICHOACÁN

CLAUSURA DE LA JORNADA DEPORTIVA

2016 CORREOS DE MÉXICO



Fotografías Finales de Fútbol Soccer y Fútbol 7

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

El viernes 4 de noviembre, llego a su término la jornada de los Juegos Deportivos 2016, que se realiza año con año para conmemorar el Día del Cartero y Empleado Postal.

Para tal efecto, participaron los equipos que quedaron como semifinalistas. Es en esta etapa donde se definen los equipos ganadores del Torneo. Quedando como finalistas, **Fútbol Soccer**, **Grupo "A"**: Combinado Sport, Torres 10 y Centro Operativo Miramontes; **Grupo "B"**: Centro Operativo Atizapán, Real Pantaco y Tlacoachines Naucalpan; **Fútbol Siete**, **Grupo "A"**: Santa Clara, América y Botafogo; **Grupo "B"**: León, Oriente y Blindados Jr.

Quedando de la siguiente forma.

FUTBOL SOCCER

GRUPO "A"		GRUPO "B"	
1er. Lugar	2º. Lugar	1er. Lugar	2º. Lugar
Combinado Sport	Torres 10	Centro Operativo Atizapán	Real Pantaco

FUTBOL SIETE

GRUPO "A"		GRUPO "B"	
1er. Lugar	2º. Lugar	1er. Lugar	2º. Lugar
Santa Clara	América	León	Oriente

Se contó con la presencia por parte del Sindicato Nacional de la Lic. María Enriqueta Méndez Gómez, Secretaria General de la Sección Ciudad de México; Saúl Martínez Olarra, Secretario General de la Zona Conurbada Oriente; Narciso Rosales Lara, Secretario General de la Zona Conurbada Poniente; Luis Zenón Sánchez, Enc. de la Secretaría de Eventos Sociales y Deportivos del C.E.N; y por parte del Organismo con el C. Bernabé Morales Matus, Subdirector Regional de Operación Metropolitana y José González Bermúdez, durante los encuentros y premiación. Se realizó la solemne ceremonia de para premiar a los ganadores, hacer la entrega de trofeos y dar por clausurados los "Juegos Deportivos 2016".

Este tipo de encuentros fortalecen los lazos de unión y compañerismo, relación que debe prevalecer en el gremio, por lo que nuestro Secretario General Nacional, Manuel F. Acevedo González, fomenta y apoya que se continúen desarrollando estas disciplinas entre los trabajadores postales. 

Hablar de la muerte en México es referirnos a algo que vivimos a cada minuto de nuestra existencia; algo que nos acompaña en canciones y poesías y nos identifica con nuestras raíces prehispánicas, y que además, se manifiesta como rasgo característico del mexicano en su literatura, política y religión, sin dejar de soslayar en ese humorismo peculiar del que hacemos gala ante las desgracias personales.

Ningún otro pueblo del hemisferio ha representado tan fiel y obsesivamente a la muerte en su cultura como los propios mexicanos.

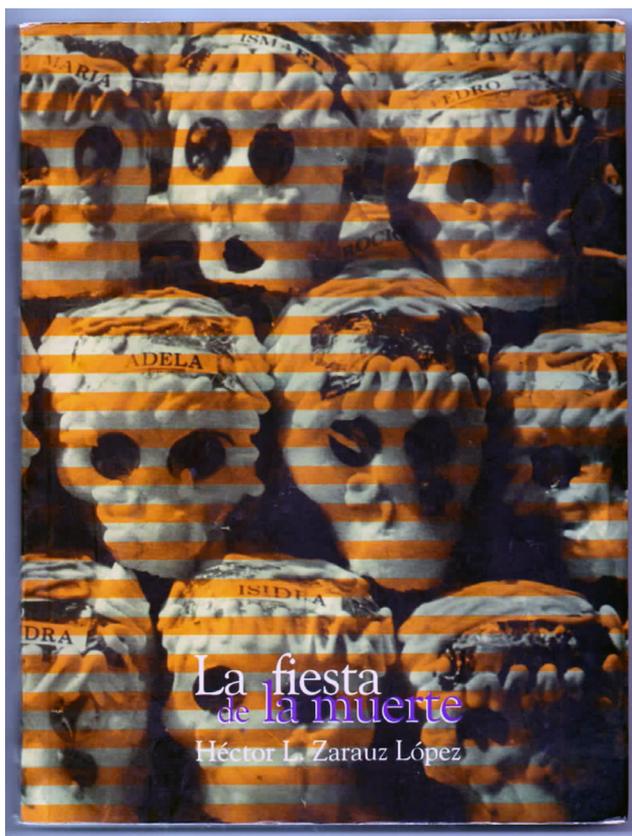
En "La Fiesta de la Muerte", título del libro del escritor e investigador Héctor Luis Zarauz López, nos lleva a través de 250 páginas a conocer con amplitud y criterio la veneración hacia la muerte desde hace más de siete siglos.

Basado en una amplia bibliografía de historiadores, investigadores, cronistas, poetas y periodistas, Héctor Luis Zarauz López, nos dice en la introducción de su libro: "Hoy el mexicano consagra una parte del año a recibir la visita de sus muertos, para convivir con ellos y hacerlos pasar un momento feliz durante su estancia en la tierra. Se preparan entonces comidas y bebidas que el difunto solía gustar, se hacen ofrendas ante sus imágenes iluminadas por cirios y veladoras, se llenan de flores multicolores los altares consagrados a los muertos y cementerios, las casas se adornan mientras vivos y muertos comen, beben y conviven en plena armonía. En la celebración no hay tristeza, es un día de remembranza, fiesta y comunión".

Esta obra, producida por el Consejo Nacional para la Cultura y las Artes (CONACULTA) por conducto de su Dirección General de Publicaciones 2004, en sus ocho capítulos, trata temas de sumo interés como: La cosmovisión de los Aztecas, Los sacrificios, Los entierros y ritos funerarios, El arte funerario

"La Fiesta de la Muerte"

Redacción: Ricardo Flores



prehispánico, El Día de Muertos en la España que conquistó América, Mixquic, el lugar de los muertos, Las costumbres extranjeras y el Halloween, entre más de 50 textos.

La veneración de la muerte por nuestros ancestros, el culto a los muertos, los esqueletos y calaveras de José Guadalupe Posada, han abierto el camino para los estudiosos interesados en conocer desde su origen el contexto de un fenómeno que, social e históricamente ha influido en la cultura de los mexicanos.

Para conocer ampliamente nuestra tradición con respecto al culto a los muertos, no hay más que leer "La Fiesta de la Muerte", le aseguro que encontrará en sus ocho capítulos la riqueza de nuestras tradiciones. ☺

LA MUERTE



MEXICANA

Para los hombres del antiguo México denominado por cronistas, historiadores y arqueólogos como EL PUEBLO DE LA MUERTE dado que ésta se hallaba presente en todos los actos de su vida, desde un adorno pectoral hasta construcción de los tzompantlis (lugar de cráneos, estructuras donde se colocaban las cabezas de los decapitados en sacrificio), trascendió tanto en sus costumbres que hasta se calificó a un día de su calendario Miquiztli: Muerte.

Las costumbres, mitos y leyendas nos llevan a un mundo no intuido por quienes estamos ajenos a la complejidad y a la vez sencillez de la gente que fue la base de nuestras raíces.

Conviene destacar que las concepciones éticas y religiosas del hombre prehispánico tenían raíces completamente distintas al modo de pensar de los evangelizadores cristianos que, dentro de su adoctrinamiento, el bien y el mal tienen su destino después de la muerte.

En el mundo náhuatl en vez de la amenaza, de un castigo o de la esperanza de un premio más allá de la muerte, influían sobre todo en la conducta y el deseo de alcanzar en la tierra el beneplácito divino.

El hombre de Mesoamérica concebía a la muerte como un proceso más de un ciclo constante, expresado en sus leyendas y mitos.

A través del legado histórico: Esculturas, pinturas y códices, nos hemos dado cuenta del concepto del nacimiento y muerte que en la comunidad prehispánica se dio como una unidad indisoluble.

Para los antiguos Mexicas al igual para los demás pueblos de Mesoamérica, la adoración mediante ritos y creencias religiosas que manifiestan a la muerte se hizo entrañable en la vida de los naturales: No sólo en sus ceremonias de culto, sino también en cada momento de su existencia, su reconocimiento y su actitud se hacían presentes ante un universo esencialmente sagrado.

Desde la infancia del hombre en Mesoamérica, quedó de múltiples modos inserto en ese mundo de símbolos. Su educación en el hogar, el juego, el trabajo, la guerra, el acontecer diario desde el nacimiento hasta la muerte, encontraban un sentido religioso, el cual fue completamente unitario; es decir, la muerte significaba para ellos una etapa dentro de un ciclo constante: Era el germen de la vida. Quizá por eso pocos pueblos del mundo la han representado de manera tan obsesiva como aquellos habitantes de Mesoamérica antes de la conquista.



Los hallazgos arqueológicos han permitido conocer cómo eran sus recintos de adoración y sacrificio, sobre todo sus propias ideas acerca de un fenómeno religioso incomparable y al que los evangelizadores cristianos y los propios cronistas españoles consideraron fruto de la inspiración del demonio.

A la presencia constante de la muerte en el mundo prehispánico, se sobrepone a partir de la conquista, el sentimiento occidental cristiano acerca del fin de la vida terrenal.

Los evangelizadores del siglo XVI llegan con los conquistadores; cargados de costumbres medievales, de ese tardo medievo de las danzas macabras, pintadas o grabadas sobre madera, en donde reyes, papas, frailes, nobles, burgueses y labriegos no tienen más remedio que aceptar la inevitable muerte igualadora.

Los frailes hicieron lo que no lograron los arcabuces, sables y cañones de los conquistadores: Cambiar la forma de pensar de

todo un pueblo, adoctrinándole una religión distinta, una cultura extraña y una forma de ser diferente a su idiosincrasia.

En cada periodo histórico, desde el Precolombino, el Virreinato, la Independencia, la Reforma, la Revolución y hasta nuestros días, la muerte es diversificada por los mexicanos en un sinnúmero de concepciones y por lo tanto, está sujeta a sus necesidades sociales y culturales del momento que se vive.

Un caso concreto de esa diversificación, que ejemplifican la posición del mexicano con la muerte misma, se tiene representada en forma de esqueleto en la obra del grabador aguascalentense José Guadalupe Posada (1852-1913), quien la utilizaba, a veces, ataviada de gran señora con inmenso sombrero, estola y de un suntuoso vestido; de levita; de revolucionario, con sus cartucheras; de china poblana; de camisa y calzón de manta; así, de esa manera, la toma como su mejor aliada para satirizar y criticar a los altos personajes de la política, la sociedad y el clero de su época.

Tengamos presente que "La muerte mexicana, una muerte vital, un canto a la vida, sublimada en los sacrificios, no nos trataba como hombres, sino como dioses". 🤖

Redacción: Vicente Ramos



CRECE ESTRÉS LABORAL Y BAJA PRODUCTIVIDAD

Redacción: Vicente Ramos

Con la urbanización del país en las últimas décadas y el surgimiento de ciudades densamente pobladas, la vida de millones de personas que las habitan empieza a sufrir problemas de tipo psicológico muy serios, como violencia, cuadros recurrentes de suicidio, violencia intrafamiliar; pero también está afectando la productividad del país, pues entre los males de las grandes ciudades, el estrés laboral está generando una epidemia silenciosa a nivel nacional, que ya afecta al 43% de la población con empleo.

Según especialistas, la situación de competencia que predomina en el mundo laboral actual agrava el padecimiento. La búsqueda de éxito y de reconocimiento, pasa invariablemente por el estrés. No hay que olvidar que también este tipo de estrés, el laboral, añaden los especialistas, puede ser generado por otro tipo de situaciones que son reflejo de la condición económico-social de las personas, como desempleo e inseguridad. No encontrar una ocupación cuando se tiene una familia, o vivir en una zona en la que bandas criminales cometen

delito tras delito, y no poder sacar a la familia de ahí por falta de recursos económicos, ocasiona altos niveles de estrés.

Jorge Gutiérrez Siles, Director del Programa Nacional de Bienestar Emocional en el Trabajo, de la Secretaría del Trabajo y Previsión Social, afirma al respecto que en materia laboral, entre el 40% y 43% de la población con empleo sufre estrés vinculado con su trabajo. Añade que este padecimiento, aparte de provocar adicciones en las personas, como alcohol, drogas y tabaco; ocasiona consecuencias a otros factores, por ejemplo el que tiene que ver con la nutrición, obesidad y sedentarismo.

"En los centros de trabajo, añade el funcionario, esta combinación, estrés, adicciones y nutrición deficiente, nos va a conducir a problemas mayores de enfermedades y riesgos en el trabajo, pues cuando un empleado está estresado tiende a fumar y tomar más, lo que implica afectaciones en su productividad".

Por su parte, el investigador del Instituto Nacional de Psiquiatría, Jesús Alfredo Whaley Sánchez, afirma que desde su experiencia "cuando se habla de este malestar en el ámbito laboral, es por falta de una correcta planeación de lo que se debe hacer en una oficina, lo que deriva en problemas. Hay que resolver esa situación porque es una amenaza que se debe atender con prontitud".

Desde el punto de vista médico, el Coordinador Médico de Programas de la División de Hospitales de Segundo Nivel del Instituto Mexicano del Seguro Social, Eduardo Platas, describe los principales síntomas que se detectan cuando una persona tiene estrés, incluido el laboral y requieren de ayuda médica especializada: Hay afectaciones en distintos niveles, puede darse a nivel cerebral, con dolor de cabeza, insomnio, pesadillas. También hay afeción en el carácter, nerviosismo, se pierde el sentido del humor; hay, incluso, ataques de pánico.

Por todo esto, es indispensable que a nivel institucional se le dé la debida importancia al estrés laboral, que está afectando seriamente a la productividad en el país. Identificarlo es una prioridad para el sector salud. Una detección oportuna contribuye a evitar catástrofes en las personas, en lo individual, en la sociedad y en lo general. 😊





HOSPITAL DE LAS *EMOCIONES*

Redacción: Vicente Ramos

Por desgracia, el suicidio en México se convierte día a día en una tendencia sin freno que afecta principalmente a jóvenes que no encuentran otra salida que quitarse la vida para cortar de tajo con los problemas que los aquejan. Las estadísticas de la Secretaría de Salud van en ascenso, tanto en la capital como en la mayoría de las entidades federativas. Pero ¿sabía usted que ya existe una alternativa institucional para tratar de alejar los intentos suicidas, principalmente en la población joven de la Ciudad de México? Veamos de qué se trata.

Hablamos del "Hospital de las Emociones", institución creada por el Gobierno de la Ciudad de

México, para apoyar a través de terapias, a jóvenes de entre 12 y 29 años con tendencia a quitarse la vida. Este hospital es el único en su clase en el país y en Latinoamérica, en donde por primera vez se ponen a disposición de la población adolescente, jóvenes, además de padres de familia, tratamientos psicológicos gratuitos, informó la titular del Instituto de la Juventud de la Ciudad de México, María Fernanda Olvera.

A la fecha, el "Hospital de las Emociones" ha recibido desde su creación en abril de este año, un total de 218 jóvenes con tendencias suicidas. "Nosotros los canalizamos y les preguntamos sobre cuáles y



<http://www.injuve.cdmx.gob.mx/>



qué pensamientos llegan a su mente cuando viene la idea del suicidio". Normalmente los factores que lo ocasionan son problemas en casa, rechazo, abuso escolar y baja autoestima; señaló la Directora del hospital, Daniela Soto.

Cabe señalar, que el hospital recibe a cualquier joven, se canaliza y de acuerdo a su situación mental, se le atiende o se le da una cita para que un terapeuta comience con las sesiones psicológicas. Los pacientes no necesitan muchos trámites, lo principal es que reconozcan que necesitan ayuda y contar con el consentimiento de un tutor. Son atendidos por psicólogos recién egresados para que los pacientes

se sientan en confianza de poder hablar con personas de su misma edad.

Pero también el Hospital de las Emociones, el cual se localiza en la Delegación Venustiano Carranza de la Ciudad de México, trabaja con padres de familia, así como con integrantes de la comunidad LGTBTTI y recibe a personas con discapacidad auditiva y motriz, para ello todas las áreas del hospital están diseñadas con rampas para sillas de ruedas; además el centro hospitalario tiene una traductora de señas.

¿Qué les parece? ¡Magnífico!, ¿no? 🤖

BVO 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 Bvo. "Concurso de Calaveritas", con motivo del Día de Muertos.

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 trabajador de base activo 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 particular, celular u oficina 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.

Período de recepción de las calaveritas:

- A partir de la expedición de esta Convocatoria y hasta el día 30 de noviembre del 2016.

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, Delegación Cuauhtémoc, México, D.F., Revista "Buzón Abierto".

Jornada de calificación del concurso:

Se calificarán las calaveritas que se reciban por correo tradicional, hasta el 30 de noviembre del 2016.

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".

"ATRACTIVOS PREMIOS PARA LOS GANADORES"

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.