

LEYendo la Verdad

Por JOSÉ LUIS NUÑEZ "EL BAKE"

SUTSEM en Gráficas

AL AIRE

Por: MIGUEL ANGEL OCEGUEDA GUERRERO

Gremio

25 DE SEPTIEMBRE 2020

NO. 533 AÑO 11

EJEMPLAR GRATUITO

LA VERDAD DE LOS TRABAJADORES

ÍNDICE

La Neta

Por el Barrendero
Página 03

Caminito de Lucha

Por Gaby Alvarado
Página 06

Espacio Positivo

Por: Georgina Rivas Rocha
Página 10

Vamos contra la toma de casetas


Por Jona Ortíz
Página 21

BREVES DEPORTIVAS

Por Sarianne Macías
Página 23

Las columnas de opinión y las notas informativas aquí expresadas son responsabilidad de su autor o autora.

Ni la Palabra Ni la Firma de Toño Valen



En la Ciudad de Tepic Capital del Estado de Nayarit, a los 4 cuatro días del mes de Octubre del 2017, a las 10:00 diez horas del día, siendo presentes por una parte **EL C. L.C.P. ANTONIO ECHEVARRÍA GARCÍA, GOBERNADOR CONSTITUCIONAL DEL ESTADO DE NAYARIT, CC. LIC. JORGE ANÍBAL MONTENEGRO IBARRA, SECRETARIO GENERAL DE GOBIERNO Y L.C. P. JUAN LUIS CHUMACERO DÍAZ, SECRETARIO DE ADMINISTRACIÓN Y FINANZAS, DEL GOBIERNO DEL ESTADO DE NAYARIT;** y por la otra parte el Sindicato Único de Trabajadores al Servicio de los Poderes del Estado, Municipios e Instituciones Descentralizadas de Carácter Estatal del Estado de Nayarit por sus siglas SUTSEM, acuden **LA SEÑORA ÁGUEDA GALICIA JIMÉNEZ, SECRETARIA GENERAL DEL SINDICATO, LOS CC. OSCAR FLAVIO CEDANO SAUCEDO, C.P. JAVIER MORÁN QUINTERO,** para los efectos de tratar asuntos concernientes de la clase trabajadora sindicalizada agremiada al SUTSEM, siendo los siguientes:


-----**ANTECEDENTES**-----


Una vez que las comisiones de trabajo, nombradas por las partes que intervienen en la presente minuta, y que rindieron sus respectivos informes, de la sesión de trabajo, llevada a cabo el día 6 de Septiembre del año 2017, se llega a los siguientes puntos de acuerdos.

-----**ACUERDOS**-----

1. REVISIÓN Y FIRMA DEL CONVENIO COLECTIVO LABORAL Y REALIZAR EL ANALISIS EXHAUSTIVO DE LOS ADEUDOS Y PROBLEMAS PENDIENTES DE SOLUCIÓN.
2. AUDITORÍA A BASES Y RECATEGORIZACIONES RECIENTES
3. AUDITORÍA AL FONDO DE PENSIONES

Una vez establecidas las propuestas por la comisión SUTSEM y dadas las respuestas por el Ejecutivo se da por terminada la presente minuta siendo las 10:00 horas del día 04 de Octubre de dos mil diecisiete y firmando de manera voluntaria y consciente al calce y al margen los que en ella participaron con el carácter y la representación las cuales fueron ya descritas al inicio del presente libelo de Minuta de acuerdos, para los fines conducentes.

POR EL PODER EJECUTIVO

LCP. ANTONIO ECHEVARRÍA GARCÍA
GOBERNADOR CONSTITUCIONAL DEL ESTADO DE NAYARIT

POR LA PARTE SINDICAL

SRA. ÁGUEDA GALICIA JIMÉNEZ
SECRETARIA GENERAL DEL SUTSEM



¡ÚNETE A LOS FUERTES!

LEYendo La VERDAD

Por: José Luis Núñez. “El Bake”

EL MANIFIESTO DEL PARTIDO COMUNISTA

(Segunda Parte)

La edición anterior dedique mi colaboración para escribir sobre la Manifestación frente a Palacio de Gobierno ante la falta de pagos a todos los trabajadores del SUTSEM, motivo por el cual interrumpí la continuación del análisis sobre El Manifiesto del Partido Comunista, ese histórico documento de 1847 que escribieron Karl Marx y Federico Engels y que domingo a domingo estamos analizando junto con los compañeros del partido comunista de México, en video conferencias presentadas mediante la plataforma de zoom. Pero para esta edición quiero continuar citando párrafos importantes del capítulo primero Burgueses y Proletarios, ya que es importante mencionar que “El descubrimiento de América y la circunnavegación de África ofrecieron a la burguesía un nuevo campo de actividad mundial, la antigua manera de producir no podía satisfacer las

necesidades crecientes con la apertura de nuevos mercados, la pequeña burguesía industrial suplantó a los gremios, la división del trabajo entre las diferentes corporaciones desapareció ante la división del trabajo en el seno del mismo taller, pero los mercados se engrandecían sin cesar, la demanda crecía siempre.” En esta época la máquina y el vapor revolucionaron la producción industrial, la gran industria moderna suplantó a la manufacturera, la pequeña burguesía manufacturera cedió su puesto a los industriales millonarios -jefes de ejércitos completos de trabajadores – a medida que la industria, el comercio, los ferrocarriles se desarrollaban, la burguesía se engrandecía, multiplicando sus capitales y relegando a segundo término las clases de proletarios. Así fue como esta clase social dio un gran salto e invadió al mundo con sus doctrinas capitalistas. “La burguesía como vemos es también producto de una serie de revoluciones en los medios de producción y de comunicación. Cada etapa en la evolución de la burguesía ha estado acompañada de un progreso político correspondiente. Una asociación armada gobernándose así misma en el Municipio, después del establecimiento de la industria y del mercado universal, se apodera finalmente del poder político, convirtiéndose -con exclusión de las otras clases- en el estado representativo moderno. El gobierno moderno no es sino un comité administrativo de los

negocios de la clase burguesa.” Por lo que nos comparten Karl Marx y Federico Engels, nos podemos dar cuenta desde esas épocas que la burguesía escaló hasta llegar a controlar el poder político, convirtiendo al Gobierno en su principal administrador y protector. La burguesía ha demostrado que la brutal manifestación de su fuerza encuentra su complemento en la más lamentable pereza, a los burgueses les encanta ganar sin trabajar.” Pero un dato importante es ver como ataca todo el tejido social: “Todas las relaciones sociales tradicionales y consolidadas con su cotejo de creencias quedan destruidas, las que las reemplazan caducan antes de haber podido cristalizar, todo lo que era sólido y estable es destruido, todo lo que era sagrado es profanado, y los hombres se ven forzados a considerar sus relaciones de existencia con desánimo. Impulsada por la necesidad de mercados siempre nuevos, la burguesía invade el mundo entero. Con gran sentimiento de los reaccionarios, ha quitado a la industria su carácter nacional. Las grandes industrias nacionales han sido destruidas o están a punto de serlo. Han sido suplantadas por nuevas industrias, industrias que no emplean materias primas indígenas, sino materias primas vendidas de las regiones más alejadas, y cuyos productos se consumen no solo en el propio País sino en todas las partes del globo, las producciones intelectuales de una nación se convierten en propiedad común en todas, la

identidad nacional resultan cada día mas imposibles, de todas las literaturas nacionales y locales se forma una sola literatura universal. Bajo pena de muerte, obliga a todas las naciones a adoptar el mundo burgués de producción, en una palabra, se forja un mundo a su imagen.” Pero no solo los obreros, e intelectuales se ven sometidos, también los campesinos sufren los estragos de la voracidad de la burguesía: “La burguesía ha sometido el campo a la ciudad, ha creado urbes inmensas, ha aumentado prodigiosamente la población de las ciudades a expensas de los campos, y así ha sustraído una gran parte de la población al idiotismo de la vida rural. Del mismo modo que ha sometido el campo a la ciudad, ha subordinado a los países de agricultores a los países de industriales. Ha aglomerado la población, centralizado los medios de producción y concentrado la propiedad en un pequeño número de manos. La consecuencia fatal ha sido la centralización política. Las leyes, gobiernos y tarifas aduaneras diferentes, han sido reunidas en una sola nación”. Parece que estoy mirando a Carlos Marx y Federico Engels sentados en este momento escribiendo lo que ocurre en la actualidad, tal vez en aquellos años los estragos ocasionados no eran tan severos y contundentes, para la próxima edición esperemos poder continuar compartiendo más párrafos interesantes del manifiesto del partido comunista, un documento para generar una verdadera conciencia de clase.

Gremio

LA VERDAD DE LOS TRABAJADORES

Dirección General:

Águeda Galicia Jiménez

Impresión:

INDEPENDIENTE

Diseño:

L.C. César O. Rivera Barajas

E-mail:

laverdadnay@hotmail.com

Domicilio: Edificio del SUTSEM

(Frac. Las Aves Tepic Nayarit)

Tel. 210 40 14, 16 y 17

www.sutsem.org

3 Mil ejemplares

La Net@

Por El Barrendero



¿Por qué será que andan desatados los calientes?, sobre todos los que actualmente ocupan un puesto público y ahora quieren repetir o bien, ocupar otro puesto más alto. ¿Qué habrá en esos puestos que la mayoría no quieren soltar la teta? ¿Será por amor al arte que quieren seguir sacrificándose? La cantaleta de todos es que no hay dinero pero se les queman las habas porque se alargue el período o dejar sucesor que sea de su absoluta confianza. Vuelven una y otra vez los que han vivido de la política a pedir la confianza y el voto al electorado, a prometer lo que nunca, cuando están en el poder, han sabido cumplir. Se aparecen nomás cuando se acerca el tiempo de las elecciones. En el pueblo se comenta que ya no quieren ver las mismas caras en la boleta electoral para gobernador. Los partidos que tan mal le han quedado al pueblo cuando les ha tocado gobernar, buscan aliarse porque saben que solitos no la hacen porque ya demostraron falta de ética en sus funciones y también falta de vocación de servicio y de sensibilidad para entender las grandes carencias que padecen la mayoría de las familias más necesitadas que carecen hasta de lo esencial para sobrevivir. Bastó que surgiera otra opción emanada de la lucha de los trabajadores en defensa de sus derechos, para que anden toditos

acalambrados promoviendo calumnias y levantando falsos con el temor de perder los privilegios. Quien quiera que sea están demostrando que tienen miedo. Miedo al arribo de gente del pueblo al ejercicio del poder público; de gente que ha padecido atropellos y abusos de autoridad. De gente que ha sufrido la indiferencia a sus reclamos de respeto a sus derechos y que también sigue padeciendo el deterioro del salario sin que los patrones se conmuevan al ver el endeudamiento que tiene ahorcadas a las familias de los trabajadores. El gobierno de Toño y la mayoría de los alcaldes llegaron a justificarse diciendo que les dejaron las finanzas en las ruinas, pero ninguno ha llamado a cuentas a los causantes del desastre económico del Estado y los ayuntamientos y en los que ha caído esta desgracia es en el pueblo y en los trabajadores. Y aun así quisieran reelegirse. Ellos saben muy bien que en el presupuesto federal para el 2021 Nayarit será el más afectado de todas las demás Entidades federativas porque se le reducirán sus participaciones en un 10.5% y uno de los menos afectados será el estado de Jalisco cuyo gobernador ha sido el que ha endurecido la crítica al mal gobierno del presidente AMLO. Tal vez la sumisión de Toñito y su falta de capacidad de gestión sea la causa de que el

gobierno federal tenga relegado a Nayarit, y aun así aspiran a quedarse más tiempo y los que ya ocupan esos puestos quieren volver. Sería bueno que quienes lleguen a gobernar Nayarit abanderando esta nueva opción que se les presenta a los Nayaritas lleguen con esas intenciones de hacer las cosas como Dios manda. Ya es hora que a Nayarit lo gobiernen personas con valores, que se preocupen por atender las necesidades y problemas que aquejan al pueblo. Que de veras se dediquen a gobernar y no a darse la gran vida ni a disputar de las mieles del poder, ni mucho menos a dedicarse hacer negocios como ha sucedido con este gobierno de Toño y el anterior de Roberto, que dejen sus aficiones para cuando ya no tengan la responsabilidad de hacer un buen gobierno. Si Toño

y sus cuates no pueden con el paquete ¡que renuncien! Ya el Maquiavelo de este régimen, Serrano dice que no va a haber dinero para el pago de la nómina, ¿entonces que están haciendo? nomás ensuciando el corral. Ni ellos ni todos sus aviadores y la gente que han contratado van a dejar de cobrar su salario y sus altísimas compensaciones. Que cómodo es para Toño no dar la cara a los problemas y mandar al mentiroso de Serrano a decir que el gobierno está en quiebra. Que fácil encontró la salida Chumacero fingiéndose enfermo cuando una semana antes dijo que se iría de vacaciones. Los salarios son sagrados y el gobierno sabrá de dónde va a conseguir dinero para pagarlos. Toño no está en sus empresas para declararlas en quiebra ¿ni eso saben?



Yo como digo una cosa digo otra



Comienzan los rumores con rumbo al proceso electoral 2021

Fue suficiente con que el Revolucionario Institucional se declarara en tiempo y forma para poder hacer alianza con panistas y perredistas, cosa hasta ahora inédita en lo que corresponde al partido tricolor en ese tipo de arreglos políticos, para que enseguida iniciaran los rumores que podrían concretarse en cuanto a candidatos de esos tres institutos para el proceso electoral del próximo año en Nayarit.

Con la aparición en escena de la nueva dirigente estatal del PRD, Beatriz Zamora, en conversación plena con los líderes nayaritas de los otros dos partidos, Enrique Díaz y Juan Guerrero, ha surgido la versión de que la perredista ya puso como condición el respeto a que, según ella, tiene derecho su correligionario el ahora alcalde tepicense, Francisco Javier Castellón Fonseca, de posesionarse como aspirante único de los tres partidos, en vías de aliarse, a ser reelecto para la presidencia municipal de Tepic.

Indican los enterados que Zamora está convencida de que Castellón se llevaría de calle el triunfo sobre los demás contendientes, esta vez para gobernar el municipio cabecera del estado por tres años más, según las reformas a la ley electoral aprobadas al respecto.

Se menciona que esa aspiración la tenía el PRI en la persona del profesor Acebo, perteneciente al sector popular del priísmo estatal, pero que a cambio de respetarle el lugar a Castellón se le dejaría al cenopista el segundo sitio de la lista de diputados locales plurinominales, donde también aparecería como tercer posicionado el poeta santiaguense Octavio Campa Bonilla.

Esto indicaría que el PRI tendría la mayor

posibilidad de proponer al candidato a gobernador del Estado, quien sería ni más ni menos que el ya largamente anunciado Manuel Humberto Cota Jiménez, en lo que sería- lo ha dicho él mismo- su revancha tras el revés ocurrido en la elección de mandatario estatal en el 2017 cuando el propio Cota padeció lo que se consideró en ese entonces como una vil traición de un fuerte grupo de destacados priístas que, se asegura, maniobraron en favor del entonces candidato del PAN, PRD, PT y otro partido más, Antonio Echevarría García, para que fuera

gobernador por cuatro años, lo que se logró.

Dicen que cuando el río suena es que agua lleva, por lo que no sería de dudarse lo que ahora se presume en cuanto a los primeros candidatos de la posible alianza que ahora parece cocinarse y que hace tres años mandaron al voladero al grupo de candidatos del PRI en el que no habían tenido cabida los ahora señalados como desleales al partido.

Faltaría ver en qué situación se va a dejar a los tres que han venido aspirando al cargo de gobernador, desde el interior de Acción Nacional, el ahora diputado local Leopoldo Domínguez, la senadora ex priísta Gloria Núñez, y el todavía alcalde de Bahía de Banderas, Jaime Cuevas, así como el considerado desertor priísta y ahora panista, Adahán Casas Rivas, a quienes no se les puede dejar en el abandono así como así, en caso de que el PRI logre su objetivo de imponer a Cota Jiménez en el centro de la posible atención aliada.

Hay indicios de que la muy probable candidatura de Cota daría lugar a un arreglo político con los casi casi defenestrados panistas para la "grande" nayarita, mismo que podría hacerse efectivo en el 2021 o cuando mucho para el 2024, si es que aquellos tienen la paciencia de esperar, como sucede con los políticos de a de veras.

En fin, las cosas aún permanecen en el aire y todo lo que se diga al respecto será mera especulación. Aunque, repito, que cuando el río suena...¿O no?

#Elecciones2021, LAS MÁS GRANDES DE LA HISTORIA





“lo bueno y lo malo”

Por: José Manuel Elizondo Cuevas.

El azulado día poco a poco se iba transformando en tarde ambarina. Era una delicia poder ver esa mágica transformación vespertina, cuando el sol se vuelve tímido y se marcha a descansar dejándose envolver despacio por la negrura densa de una noche invernal.

Esa es la magia de lo cotidiano que muchas veces no podemos, no sabemos o no queremos apreciar de nuestro entorno. Estamos tan ocupados en poder sortear los obstáculos naturales de nuestra sobrevivencia diaria que no nos damos la oportunidad de disfrutar los momentos sencillos, gratuitos y maravillosos que nos obsequia nuestra madre tierra.

Es en situaciones adversas o circunstancias críticas cuando añoramos aquellas cosas que quedaron atrás. Cuando no se pueden disfrutar las cosas es cuando más se extrañan. Así sucede en estos momentos de reclusión necesaria, que quisiéramos nadar en las cálidas mareas de nuestras bellas costas nayaritas, sin embargo cuando se podía ir sin restricción alguna siempre lo dejábamos para después. No sé si sea una condición humana o quizá una nefasta y pésima mala costumbre pero suele pasarnos a muchos de nosotros. Pasa con los lugares que no visitamos o con las personas queridas que incluso después lamentamos no haberlo hecho cuando se pudo.

No es un lamento lo que inspira esta reflexión



sino es más bien un exhorto, una invitación a la vida. Es una campana que suena para alertarnos, para avisarnos que la vida se va en un suspiro y debemos disfrutarla lo más que se pueda. Esta situación está

más que vista, analizada y detallada por lo que ha venido sucediendo en esta emergencia actual que no hemos podido superar. Pero en la génesis de la tragedia está el antídoto de la misma, al menos en lo emocional.

El aislamiento ha producido estragos en la salud, situación que puede resultar paradójica en tanto que estamos aislados para cuidar la salud. Puede resultar polémica esta observación, pero quizá no lo es tanto si lo pensamos con cierto detenimiento. En lo que se refiere directamente al deterioro de la salud por aislamiento están los peligrosos efectos del miedo exacerbado a resultar contagiado, que es una ansiedad excesiva que genera una baja en el sistema inmunológico y de ahí la adquisición de otro tipo de enfermedades que podrían ser fatales en algunos casos. Un segundo elemento podría ser el sedentarismo que es ya de por sí muy habitual en nuestro medio, pero se ve favorecido por el cierre de espacios deportivos, gimnasios y la propia restricción de salir de casa.

Entre otras cosas, esas son las razones por las que resulta negativo el aislamiento, pero ¿Qué hay de la parte que pudiera resultar positiva en este binomio? Tal vez pudiera pensarse que es muy difícil que haya algo positivo en esto pero yo creo que si lo hay.

Cada cabeza es un mundo dice el refrán, y de ahí que no se puede generalizar ese aspecto que les comento, pero uno de los aspectos que más pude escuchar de las personas es que les dio la oportunidad de dedicar tiempo a la familia y a ellos mismos. Más allá de la filosofía personal, de las maneras de ver y sentir la vida en familia, podría decir que para muchos de nosotros fue providencial. Miles de personas que pasaban meses sin poder compartir con sus parejas

e hijos pudieron hacerlo, a veces al grado de valorar y redefinir sus prioridades; en este rubro podrían mencionarse los empresarios, los cantantes, actores y actrices, entre otros.

Para muchos otros, el disponer de mucho tiempo fue beneficioso y fue aprovechado para leer aquellos libros que se quedaron pendientes o escribir lo que siempre se quiso escribir y nunca hubo la oportunidad de hacerlo por razones de ocupación y el propio ajeteo del trabajo. Para otros más, la crisis sanitaria les permitió dar marcados giros en su emprendimiento, ideando cosas y diseñando proyectos para enfrentar la nueva realidad económica y social, quizá con cierto riesgo de fracaso pero dejando muy claro que la verdadera inteligencia es la capacidad de adaptación al medio o a cualquier circunstancia. Los artistas plásticos vieron coartadas las exposiciones públicas pero tuvieron tiempo para crear y exponer a través de los medios digitales, incluso en otros países. Los escritores, por ejemplo, perdimos la oportunidad de organizar presentaciones públicas de libros, donde se puede contar con público que, además de alentar tu trabajo por el solo hecho de conocerlo, te compran muchos ejemplares para que los dediques y firmes, pero pudimos tener más tiempo para escribir nuevas obras, nuevos materiales que podrían también presentarse mediante las redes sociales o algún otro tipo de transmisión, que por cierto tiempo será la manera más común de realizarlas.

Así como esos ejemplos, existen muchos que forman la columna de lo positivo que hay al interior de este pesado aislamiento que espero no tarde mucho en pasar a la historia, cuando haya nuevas condiciones para ello. Existen varias de ellas pero desde mi punto de vista es bueno voltear hacia los más básicos, a veces desapercibidos. El agradecer a Dios por cada despertar, por la calidez del sol que entra por tu ventana. Por la sonrisa de tus seres queridos, por la lluvia benigna que fortalece los campos y nos da los frutos para vivir. Por los atardeceres maravillosos y las brisas frescas, por la mar hermosa que se besa con el cielo en el horizonte. El mantener siempre viva la esperanza de mundos mejores, más justos y equitativos. Creo que ese es un buen comienzo.

RECIBAN UN SALUDO AFECTUOSO.-
LOS ESPERO LA SIGUIENTE SEMANA -
COMENTARIOS Y SUGERENCIAS AL CORREO:
elizondojm@hotmail.com .- MIEMBRO ACTIVO
FRECONAY, A.C.

CAMINITO DE LUCHA

POR GABY ALVARADO

IDENTIFICA A UN POLÍTICO TIMADOR

No es de extrañar que a quien le compraron hasta la gubernatura no tenga ni idea de lo que representa para un trabajador el respeto del pago en tiempo y forma de su salario como de las prestaciones, las conquistas salariales y los derechos laborales obtenidos a lo largo de largas luchas de la clase trabajadora. Previo a la movilización del SUTSEM en la semana pasada ha habido múltiples manifestaciones de gremios o giros de negocios que no han podido reactivar su economía debido a las inadecuadas estrategias gubernamentales para prevenir el contagio del COVID-19. Nuestra entidad depende en gran parte de la derrama de los salarios de la burocracia como el gremio magisterial, en esta vida nada es aislado y todos necesitamos de todos por lo que si un sector social se ve afectado pronto repercutirá en el resto de la población. No es noticia nueva de que a los maestros de la sección 49 se les incumple en el pago de su salario, conceptos y prestaciones que afecta directamente a sus familias. Por supuesto que además tienen conceptos que pagar como la luz, internet y telefonía celular para desarrollar su actividad docente de manera virtual y esa falta de pagos e incumplimiento se ha hecho de manera más recurrente mostrando el verdadero rostro de quien ya sabíamos que era pero que ya no le interesa fingir pues ya va de salida. Es por ese motivo que los maestros de la sección 49 han intentado organizarse a través de las redes sociales. Sin embargo,

a pesar de las múltiples protestas pareciera que al gobernador no le preocupa ni siquiera una pizca de lo que acontece, pero ¿por qué habría de hacerlo? ¿Qué necesidad tiene de atender al proletariado si él, es un reyezuelo? Además la memoria ajusta apenas al pueblo para recordar de dónde viene y cómo obtuvo ese cúmulo de propiedades, al fin y al cabo, ya comenzó el desfile de "candidatos" (como un día lo fue él, su papá, su mamá y su tío, sean del partido que hayan sido) de forma descarada y sin sonrojo ya andan promocionándose de nueva cuenta, eso sí, siguiendo los protocolos de su estirpe politiquera, han hecho de todo, y más allá: se han declarado enfermos del COVID-19, del dengue y hasta han querido fingir que han quedado "moridos" han dado despensas (las necesarias), gel, cloro, agua, internet, barren, trapean, lavan y hasta planchan sus carteles de promoción tanto propias como de sus amigas, novias y/o esposas en la demarcación o distrito (por si acaso) le tocara por género la participación de una mujer. Y es que no hay tiempo que no se llegue ni plazo que no se cumpla, pero se juegan destino, ¡vaya que lo hacen! Por supuesto que su "sacrificio" les da lo suficiente para vivir del pueblo un buen tiempo sin preocuparse hasta que se les acabe, y vuelven a empezar. Sin embargo, hay que ser claros, es la ignorancia lo que le lleva al pueblo a caer en los mismos errores y falsas promesas. Los legisladores (diputados) son para LEGISLAR, sus funciones y su trabajo consiste en generar LEYES JUSTAS para el BENEFICIO COLECTIVO. Y, si esto es así vale la pena preguntarse: ¿Por qué tienen que promocionarse "regalando" cosas u objetos de a peso como espejitos? ¿De qué quiere convencer un legislador que promete agua para todos si lo que debe hacer es asegurarse de que las leyes que existen están protegiendo ese derecho humano? Es como si me preguntaran cuál es la capital de México y contestara que es Nueva España. La ciudadanía no debe permitir ese tipo de prácticas clientelares, de esa publicidad engañosa en donde se compra gato por liebre. ¡No le pidamos peras al olmo! Quien te promete, se publicita hasta la saciedad, quien ya ocupó puestos de elección popular, toda su familia ocupó un cargo, se enriqueció, no hizo nada por el beneficio colectivo para lo que se promocionó, es un timador. Y para ser engañado se necesitan dos cosas: ignorancia y falta de memoria. ¡NO AL SÍNDROME DE ESTOCOLMO! ¡MUCHO OJO! Te invito a que le des like a mi página Gaby Alvarado Vlogs, comentarios y compartas y nos vemos ¡HASTA LA PRÓXIMA!

CACHITO GANADOR

Por Verónica Ramírez

Más de 550 mil derechohabientes del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) en Nayarit, serán beneficiados con las obras de ampliación y remodelación del hospital General de Zona No.1 en Tepic que cuenta con uno de los cien "cachitos" ganadores de la rifa del avión presidencia.

El titular del IMSS en la entidad, Jorge Martínez Torres detalló que el área de urgencias y tococirugía así como la remodelación de la lavandería del mencionado HGZ en Tepic serán una realidad gracias a este premio de 20 millones de pesos.

Este dinero producto del sorteo de la Lotería Nacional realizado el pasado 15 de septiembre es suficiente para la remodelación de estas tres áreas.

Como se recordará por instrucciones del Presidente de la República, Andrés Manuel López Obrador a través del INSABI se entregó boletos a Hospitales y Escuela del país y de ser ganadores, aplicar el recurso en el mejoramiento de las mismas.

En el caso de Nayarit, se entregaron 4 boletos para igual número de hospitales del IMSS en el Estado entre los que destacan San Cayetano, Santiago Ixcuintla, Bahía de Banderas y el hospital General de Zona No.1 en Tepic, este último con el boleto número 5352100 que fue el ganador de los 20 millones de pesos.

"La utilización del premio para mejorar la infraestructura del hospital va a beneficiar a todos los nayaritas, en especial a los derechohabientes del IMSS y vamos a poder brindar una mejora atención de la que estamos brindando actualmente", remarcó Martínez Torres.

En este momento, el nosocomio ganador trabaja como un hospital de reconversión en donde se atienden pacientes con Covid-19 con 60 camas, de las cuales el 44 por ciento están ocupadas. Pero también, sigue prestándose atención en otras áreas como hospital no Covid.

¡REFLEXIONES PARA SER LA MEJOR VERSIÓN DE TI MISMO!



Por: Liliana Hernández.

“CONOCER LOS DOCHAS TE AYUDAN A MANTENER TU PESO IDEAL”

(Parte 2, del Libro “Peso Perfecto”
de Deepak Chopra)

Hola amigas y amigos; reciban un fuerte abrazo de corazón a corazón, especialmente para todos los trabajadores del SUTSEM y también para todas y todos quienes nos leen en éste su **Semanario “GREMIO” la Verdad de los Trabajadores**. Continúo compartiendo algunos temas interesantes tomados del libro **“Peso Perfecto”** escrito por “Deepak Chopra” para la **“Salud Perfecta”**, ya que el equilibrio de la mente-cuerpo nos ayuda a conseguir el peso ideal y por supuesto el cuidar nuestra salud física y emocional; algo esencial para fortalecer nuestro sistema inmunológico y protegernos de las enfermedades. Les recuerdo que en el tema anterior vimos que: **“Conocer los Dochas nos ayudan a mantener el Peso Ideal”**, y te compartí una breve descripción de los rasgos y conductas que los caracterizan, e iniciamos con el docha **“Vata”** donde dijimos que: son generalmente de constitución ligera y delgada. -Realiza actividades con rapidez. - El hambre y su digestión son irregulares. -tienen el sueño ligero e

interrumpido; con tendencia al insomnio. - Son entusiastas, vivaces e imaginativos. -Con excitabilidad y carácter cambiante. -Con tendencia a la preocupación y al estreñimiento. -Se cansa con facilidad, tiende a la fatiga excesiva. -La energía mental y física llega en explosiones. También es muy propio de Vata: -Tener hambre a cualquier hora del día y de la noche, en cuanto a los hábitos alimentarios, deben atenerse a un horario regular para las comidas y cuidar el elegir alimentos variados, además tienen que evitar las comidas y las bebidas frías, que desequilibran de inmediato a éste dosha, hay que insistir en los alimentos pesados, fuertes, que tienen un efecto estabilizador y bienhechor; por ejemplo, estofados, panes y postres calientes. Cuidar que todo esté bien cocido y sólo se debe incluir una pequeña cantidad de frutas y verduras crudas para equilibrar.

En ésta ocasión continuaremos con la segunda parte para conocer los demás doshas que: **“Te ayudarán a Mantener tú Peso Ideal”**, y el segundo es **“PITTA”**, cuyas características son: -De constitución mediana. - Hambre y sed agudos, digestión fuerte. -Tendencia a enfadarse, irritarse bajo tensión. -Piel pálida o rojiza, con frecuencia pecosa. -Aversión al sol, al clima cálido. -Carácter emprendedor, le gustan los desafíos. -Inteligencia aguda. - No puede saltarse comidas. - Cabello rubio, castaño claro o rojizo. Además es muy propio de “Pitta”, sentirse hambriento si sus comidas se retrasan y vive pendiente del reloj.

- **Algunos rasgos de las personas con el dosha “PITTA”; Son de complexión mediana, piel pálida o rojiza, se despiertan de noche acalorados y con sed, aprenden por la experiencia que a veces otros los consideran demasiados exigentes. Son intensos, sarcásticos y/o críticos, caminan con paso decidido y suelen hacerse cargo de la situación, son decididos en sus afirmaciones, agudo y audaz. (Deepak)**

En su equilibrio, son personas cálidas y ardientes en sus emociones y capaces de ser muy amorosos. Es muy típico de éste dosha un rostro radiante de felicidad, así como también el sentir un hambre devoradora, si se retrasan en sus comidas. Además están convencidos de que su robusta digestión puede con todo, éste tipo de personas tienden a comer de más, cuando así lo hacen causan desequilibrio por tener “éste dosha dominante”, suelen tener molestias estomacales e intestinales, acidez y hasta úlceras. En consecuencia, conviene



Combinación de doshas

que coman con moderación y no abusen de su digestión excelente, tienen que evitar comer cuando estén irritados o conmovidos, conviene que coman en lugares tranquilos de ambiente apropiado. Es beneficioso para ellos comer en lugares al aire libre, entre bellezas naturales. A diferencia de las personas del dosha tipo “Vata”, los Pitta les hacen bien las bebidas frías y las ensaladas, es preferible que eviten las comidas muy condimentadas o calientes, y tienen que bajar la proporción de carne en su dieta, ellos se adaptan bien a la dieta vegetariana y la comida fresca, no procesada.

A pesar de todas estas características, es necesario aclarar que cada rasgo de un dosha tiene aspectos positivos y negativos: positivos en equilibrio y negativos en caso contrario. La Autodisciplina de “Pitta” puede perder unos kilos con suma facilidad, la misma cualidad que lo hace florecer con un plan de ejercicios, que le dé metas personales para cumplir. Pero si su dosha se desequilibra, puede tener un fuerte impulso autodestructivo, por ejemplo; el abuso de alcohol, comer con exceso de manera crónica, y su enfado se vuelve hacia adentro en forma de culpa. Los desórdenes del apetito, como la anorexia, son frecuentes en las mujeres, pese a que aparentan tener el control absoluto de su vida.

En el próximo tema de éste libro, veremos la última parte de las características y rasgos más comunes del **“Dosha KAPHA”** para ayudarte a Mantener tu Peso Ideal. Recuerda: es muy importante que tomes el control de tu bienestar con la *Salud Perfecta* y prepárate para disfrutar de más vitalidad, paz y alegría! Para despedirme te comparto como siempre la siguiente frase: “Lo que te propongas para tu bienestar, basta con una pequeña dosis de buena voluntad, toma acción y con mucha perseverancia, con mucha paciencia, con actitud positiva, con tú meditación diaria y con fe, no pares hasta lograr tu paz mental, eligiendo tus pensamientos desde el amor”. Espero tus comentarios y opiniones a mi correo: lilyher_23@hotmail.com también a mi Whatsapp: (311)109-41-51. Mil gracias por leernos, ¡Cuida tu salud, sé feliz y Bendiciones Siempre!

CATEQUESIS

“Aprehende la enseñanza y vive para enseñar, con la Palabra de Dios”

Catequista: Víctor Alegría

ESCUELA DE LA FE. Por gracia de Dios les comparto temas sencillos, para aprehender, es decir, “la hago mía” “la construyo” “formo parte del resultado” “se queda en mi corazón”. Que tenga sentido para mí y llegar a aprehender la enseñanza y vivir para enseñar, con la Palabra de Dios.

Oremos al Sagrado Corazón de Jesús

Oh Señor mi dulce amigo cuatro cosas hoy te pido con mucha necesidad. -Paciencia para sufrir -Fuerza para trabajar -Valor para resistir las penas que han de venir y me han de mortificar. -Temperamento sereno para poder resolver las cosas con santa calma. Y así tener en el alma perfecta tranquilidad. Esto tengo que pedirte oh mi Jesús adorado en este día consagrado para adorarte y servirte por siempre. Amén.

187.- TEMA CENTRAL: “LA ORACIÓN CATÓLICA”

PARTE 5.- Dificultades y tentaciones en la oración

“La mejor oración es la que deja los mejores dejos”

A la persona que hace Oración el espíritu del mal la tiene por perdida. Los espíritus malos no dejan de inventar RAZONES Y TRETAS para hacernos desistir en nuestro empeño. Todos tenemos debilidades que el enemigo aprovecha. El espíritu maligno que te sigue para hacer caer en tentación.

Hay otras tentaciones y dificultades que puedo compartir o que son comunes:

1.-Quizás la más común es la aridez y sequedad: Cuando el Señor siente que vamos creciendo en su conocimiento se esconde para que le busquemos, no por lo que no da, sino por él mismo.

Lc 8, 22-25 Se desata una tormenta en el lago y las olas amenazan con hundirlos. Ellos, asustados, despiertan y le dicen; ¿no te importa que nos ahogemos? Jesús increpa los vientos y después de calmarlos le dice a los Discípulos: ¿Por qué han dudado? ¿Hombres de poca fe?

Sin embargo, debemos poner todos los medios a nuestro alcance para salir de la sequedad, acudir a los recursos que otros momentos nos han ayudado,

si seguimos en sequedad esta puede ser:

A) UNA PRUEBA DE DIOS. “NO HAY CRECIMIENTO SIN CRISIS” Un desierto en que nos habla al corazón, una noche de espíritu. Dios nos purifica y lo que queda es permanecer fieles. De esta prueba saldremos como el crisol.

B) OTRA CAUSA DE LA SEQUEDAD CUANDO ESTAMOS SIENDO INFIEL A DIOS. O que le neguemos algo que nos está pidiendo. Cuando se lo damos, Dios nos vuelve a regalar su gozo y su paz. Es importante discernir de qué clase de sequedad se trata.

C) OTRA DIFICULTAD NOS DA MIEDO ENFRENTARNOS A NOSOTROS MISMOS. Enfrentarse con el silencio exterior primero e interior después. Y tenemos que aprender que el silencio es el lenguaje de Dios. ¿Qué nos pasa? ¿Qué sentimientos bullen en nuestro interior?

D) SENTIRNOS QUE PERDEMOS EL TIEMPO. Muchas veces tenemos tanto trabajo que en la oración sentimos que perdemos el tiempo. “Un católico sin oración es como un cuerpo sin alma, un barco sin timón, un ave sin alas, un árbol sin raíces, un flor sin aroma” San Enrique de Ossó. No podemos dar fruto sin oración aunque seamos muy afectivos. Tenemos que decidirnos a perder el tiempo.

F) LA ORACIÓN NO SE MIDE POR LO QUE SENTIMOS O DEJAMOS DE SENTIR. Sentir que sólo es buena, la oración en la que sentimos. La mejor oración es la que deja mejores dejos. Dejar mi alcoholismo, dejar de mentir, dejar la murmuración, dejar las relaciones indecentes, dejar de maltratar, dejar los brujos, dejar de tatuarme, dejar el ocultismo, dejar las supersticiones, etc.

G) LA TENTACIÓN ES HUIR DE LAS EXIGENCIAS O QUERER UN CRISTO SIN CRUZ. Decir que Dios no me habla, cuando no acepto lo que me pide. Es ponerle condiciones a Jesús. No estar dispuestos a pagar el precio de la perla preciosa.

H) NO SABER QUÉ DECIR, QUE HACER, COMO EMPEZAR. Ser amigo de Jesús lleva su tiempo, hace falta conocernos, domesticarnos, después las palabras, el gesto oportuno, las formas salen solas. ¿Planificas lo que vas a decirle a un amigo y cómo se los dirás?

I) LAS DISTRACCIONES NOS HACEN SENTIR INQUIETOS Y DESASOSEGADOS. Al principio, cuesta mucho recoger los sentidos y tenemos que aguantar pacientemente a “la loca de casa” nuestra imaginación, que tiene que ser evangelizada. No te

preocupes, aunque te distraigas mucho dile a Jesús: Señor, es hierba de mi huerto transfórmala, con tu gracia, en una flor para ti, e intenta recogerte de nuevo.

J) LA TENTACIÓN MÁS GRAVE ES DEJAR LA ORACIÓN. Decía Santa Teresa de Jesús que para comenzarla se necesitaba determinada determinación. Algunas veces la razón es que nos sentimos indignos (falta de humildad) otras el activismo, otra que no encontramos tiempo, otra que no vemos resultados. Dejarla, a la corta y a la larga nos dejará insatisfechos, vacíos, nos ira robando la vida, la paz, la alegría...

K) EL INDIVIDUALISMO CERRARNOS EN NUESTRO MUNDO INTERIOR. Encerrarnos en nuestro mundo interior. Un oración auténtica nos abre a los demás, nos ensancha el corazón, nos hace comprometernos con nuestra familia, con los demás. No oramos para sentirnos bien, sino para ser y hacer lo que Dios quiere de nosotros.

L) EL CANSANCIO, ESTADO DE ÁNIMO NEGATIVO. En esos momentos toca hacer un poquito de esfuerzo por amor a Dios sin que lo sepan todos. Sacrificarnos porque le queremos. Hace mucho bien mirarle atado a la columna, en el huerto, con la cruz a cuestas, acordarnos que nadie nos ama con Él. Y en realidad, lo que pasamos no se puede comparar con lo que pasó Él.

M) EL SUEÑO. Algunas personas, sobre todo cuando hacen la oración muy temprano o al revés, muy noche pasan mucho sueño. Lo que podemos hacer es agotar las posibilidades para luchar contra él: ponte de pie, camina, lee, toma una taza de café...

N) NO TE CONSIENTAS lo que sí, no te engañes, no te consientas: si quieres seguir a Jesús tienes que estar en vela. ¿Sería mucho pedir que cambiaras la hora en que haces la oración?

O) UNA TENTACIÓN ES SEPARAR LA ORACIÓN DE LA VIDA. Esta es una tentación evidente. Hay que llevar la vida a la oración (orar la vida) y dejar que la oración transforme nuestra vida.

Si no nos vamos pareciendo a Jesús, ni nos vamos amando como Él, si no vamos adquiriendo sus sentimientos, no estamos orando. Es importante darle al cuerpo lo que necesita: ni consentirlo y pasarle la mano, ni llevarlo tan recio que se rompa. No está la cosa en pensar mucho, sino en amar mucho. Hay día en que, más que meditación, necesitamos una oración de descanso, contemplativa, ante la naturaleza. Hay otros momentos en que no podemos exigir.

IGLESIA EN EL MUNDO

Laico: Víctor Alegría.





ADOLESCENCIA MEXICANA EMBARAZADA

De una muñeca a un bebé, sin saber por qué, cómo y mucho menos cuándo... Miles de jovencitas cuyos cuerpos ya están preparados para concebir, más no así su mente y mucho menos su economía, ven truncadas sus esperanzas, sus sueños y sobre todo, el futuro propio, de su familia y hasta de la inocente criatura que llevan en su vientre.

Esta es historia que no conoce de estratos sociales, de posiciones culturales sociales o políticas, y tampoco perdona el paso del tiempo. El bebé ha de nacer bajo circunstancias poco favorables...

Los embarazos en la adolescencia tienen riesgos adicionales de salud tanto para la madre como para el bebé. Es frecuente que las adolescentes no reciben cuidados prenatales a tiempo, lo que puede provocar problemas posteriores. Tienen mayor riesgo de hipertensión arterial y otras complicaciones.

Con el objetivo de crear conciencia entre las y los adolescentes sobre las repercusiones en la salud y los retos a los que se enfrentan al convertirse en padres a temprana edad, así como para informar sobre las diferentes alternativas de planificación familiar existentes que les ayuden a tomar decisiones informadas en el ejercicio de su sexualidad, el 26 de septiembre de 2003 se instauró el Día de la Prevención del Embarazo No Planificado en Adolescentes (DPEA) en Uruguay, y en 2007 se impulsó la iniciativa a nivel global con la celebración del World Contraception Day (WCD).

13 años después, el Día de la Prevención del Embarazo No Planificado en Adolescentes continúa registrado en calendarios oficiales de diferentes países latinoamericanos; en México, la iniciativa para la instauración de este día como fecha nacional se aprobó por la Cámara de Diputados el 8 de diciembre de 2011. Para dicha conmemoración, el Centro Latinoamericano Salud y Mujer (CELSAM), la Secretaría de Salud (SSA), la Oficina en México del Fondo de Población de Naciones Unidas (UNFPA), y la Secretaría General del Consejo Nacional de Población (CONAPO), entre otros organismos públicos y privados, llevan a cabo diversas actividades de información y promoción.

En 2013, la población adolescente mexicanos (hombres y mujeres entre 15 y 19 años) representaba el 9.4% de la población total de México, de los cuales, el 49.7% eran mujeres y el 50.3% hombres. La población femenina en edad reproductiva (15 a 49 años) ascendía a 32.7 millones; las adolescentes registraban el 16.9%.

La salud reproductiva de las y los adolescentes se destaca como un tema de atención prioritario ya que, a pesar de que a nivel nacional hubo un descenso de la fecundidad de 2.6 hijos por mujer en 2000 a 2.2 en 2013, que representa una disminución del 16.2%; en el grupo de las adolescentes, la fecundidad disminuyó solamente 7.6% en el mismo período.

En consecuencia, los alumbramientos de madres adolescentes representan una proporción creciente si se considera que en el 2000 los nacimientos correspondientes a mujeres entre 15 y 19 años representaban el 15.7% y en 2013 esta proporción ascendió a 16.3%.

La Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2012 (ENSANUT) refiere que 28.7% de las adolescentes manifestó haber iniciado su vida sexual y 71.4% no haber experimentado relación sexual alguna; para el siguiente grupo de edad (20 a 24 años), la encuesta registra que el 49.8% mujeres son sexualmente activas. La edad mediana en la que tuvieron su primera relación sexual fue a los 18 años.

Pero, de acuerdo con la Encuesta Nacional de la Dinámica Demográfica (ENADID) 2009, sólo una de cada cinco mujeres (19.9%) en edad fértil (15 a 49 años) hizo uso de un método anticonceptivo en su primera relación sexual; mientras que las adolescentes que ya habían experimentado su primera relación sexual, el 38.5% de ellas declaró haber utilizado algún método anticonceptivo. En comparación con otras generaciones, estas cifras representan un importante cambio: mujeres entre 45 y 49 años que tuvieron su primera relación en la adolescencia, sólo el 6.5% usó algún método de planificación familiar.

Ahora bien, de acuerdo con las Proyecciones de la Población de México 2010-2050, la tasa de fecundidad adolescente en 2013 se estima en 66 nacimientos por cada mil adolescentes. Las entidades con las mayores tasas son: Coahuila (86.3), Chihuahua (84.9) y Sonora (83), mientras el Distrito Federal, Guanajuato y Querétaro presentan las menores tasas: 49.2, 56.9 y 57.3 nacimientos por cada mil adolescentes, respectivamente.

La ENADID 2009 reporta que el 40.6% de las adolescentes embarazadas al momento de la encuesta declararon no haberlo planeado o deseado: Sonora (77.1%), Colima (74.9%) y el Distrito Federal (64.8%); mientras que los menores porcentajes le corresponden a los estados de Zacatecas (22.8%), San Luis Potos (21.5%) y Jalisco (8.6%).

Por otra parte, la OMS estima en 16 millones la cantidad

de adolescentes de edades comprendidas entre los 15 y los 19 años que dan a luz cada año, y un 95% de esos nacimientos se producen en países en desarrollo. Esto representa el 11% de todos los nacimientos en el mundo.

En América Latina y el Caribe, cada año hay 1.2 millones de embarazos no planificados en adolescentes, el 18% de los nacimientos son de madres de 15 a 19 años. 2.5 millones de abortos inseguros se realizan anualmente en adolescentes de 15-19 años en los países en desarrollo. 15% de los abortos inseguros que se practican en América Latina y el Caribe se producen entre adolescentes de 15-19. Un tercio de las que no quieren quedar embarazadas en América Latina y el Caribe no utiliza ningún tipo de método anticonceptivo.

Las madres adolescentes menores de 15 años son cuatro veces más vulnerables a la mortalidad materna y a un mayor riesgo de complicaciones y el nacimiento prematuro del bebé y la mortalidad infantil.

Consecuencias poco estudiadas de embarazos no deseados en adolescentes incluyen la depresión, suicidio, baja estima, sexualidad traumática y violencia. También existe el riesgo del abandono escolar y de asumir trabajos a temprana edad, poco remunerados y de limitadas oportunidades para su propio desarrollo.

La pobreza, la falta de oportunidades, algunas prácticas culturales y religiosas, el matrimonio forzado y a temprana edad, la falta de información sobre la sexualidad, la falta de acceso a servicios de calidad, son determinantes sociales importantes que influye en la probabilidad que tienen las jóvenes de quedar embarazadas y entran en un círculo vicioso, ya que la maternidad precoz suele comprometer su potencial de desarrollo.

Sin duda alguna que en nuestro proceso de vida, debe haber un momento para todo; y la concepción, que deberá conllevar la creación de una nueva familia, deberá considerarse cuando haya alguna estabilidad emocional y más aún, económica, por parte de al menos uno de los dos nuevos padres.

Dar a luz a una nueva vida, no es cosa de juegos ni de muñecas...

-----> **MIEMBRO ACTIVO DE FRECONAY, A.C.**

Agradeceremos sus comentarios y sugerencias en el celular y Whatsapp (311) 910 77 77 o bien, en el correo electrónico enriquelibre@gmail.com

Espacio positivo

Georgina Rivas Rocha

Hábitos para un cerebro feliz

Tenemos la suerte de vivir en una época en la que cada vez se conoce mejor al cerebro; Podemos aprender a poner en funcionamiento la química de la felicidad de nuevas maneras. Pero nadie lo puede hacer por nosotros, ni nosotros podemos hacerlo por nadie. Pero hoy te comparto recomendaciones específicas para crear nuevas vías para la felicidad de la dopamina, de las endorfinas, de la oxitocina y de la serotonina.

estas opciones te ayudarán a encontrar un camino en el que confíes, y después podrás transferirlo al cerebro repitiéndolo sin fallar durante cuarenta y cinco días. Una vez que hayas creado el hábito, estarás tan encantado con el poder sobre tu cerebro que desearás crear otro hábito más. En esta nota veremos la Dopamina

que es la dopamina? La dopamina es la señal del cerebro de que se está a punto de cumplir una necesidad, la dopamina se estimula con el aspecto de "caza", también se activa en un niño al oír pasos de su mamá, en las personas, cuando encuentran su media naranja, hace que la dopamina se dispare, una vez que determinas lo que buscas, la dopamina se manifiesta cuando te acercas a ello. Por ejemplo, hábitos de la Dopamina

Celebrar las pequeñas victorias, cada día tienes algo que celebrar por pequeño que sea, y es cuando debes decir, " lo conseguí" si no lo has visto dedícate a encontrarlo, porque el celebrar pequeños avances genera más dopamina que si te los guardaras para un gran acontecimiento. Los grandes logros no nos hace felices para siempre, de manera que si vinculamos la felicidad a un objetivo lejano, podemos acabar frustrados, en ese caso mejor aprendamos a ser felices a medida que vas progresando, y no es que te diga que cada día es celebrar con vino y de la mejor comida que tengas, se trata de concederse permiso a disfrutar de la sensación de logro. Esa sensación es mejor que las recompensas externas, y además son gratis, no tiene calorías y puedes conducir así que cada día tenemos alguna pequeña victoria... porque no celebrarla?

Dar pequeños pasos hacia un nuevo objetivo, por

ejemplo, no necesitas mucho tiempo ni dinero para avanzar hacia un objetivo, el dedicar solo 10 minutos al día y te sentirás impulsado, y no estancado, sabemos que diez minutos no son suficientes para mover montañas pero sí para ir acercándote a la montaña y observarla detenidamente, en vez de soñar con un objetivo muy lejano, puedes recoger la información necesaria para hacer planes realistas. Tus objetivos pueden ir cambiando a medida que tienes más información. Para que no se te convierta en un hábito el siempre estar pensando en el futuro, solo dedica tiempo de 10 minutos y regresa a tus actividades presentes, porque tampoco es que se convierta en obsesión.

Ajustar el nivel de exigencia, las buenas sensaciones fluyen cuando el nivel de exigencia al que uno se enfrenta es adecuado, si la canasta de basket está demasiado baja, sumar puntos no produce ningún placer. Si está demasiado alta, no tiene razón intentar conseguir puntos. El esfuerzo es divertido cuando uno espera la recompensa por el esfuerzo realizado, pero no es algo seguro, pero si ajustamos la canasta de nuestra vida, las cosas pueden ser más divertidas. Aquí el ejemplo sería no conformarse con tan poco que no te sientes recompensado y puedes elevar tu exigencia en aquellas cosas en las que te hayan impuesto tú mismo con objetivos importantes.

Adquiere tu y protege tu familia!

¡Una opción segura para ti!

Medicard ofrece los siguientes beneficios para el trabajador y su familia (esposa, hijos y/o padres):

- ✓ Consulta con Médico General gratis los 365 días del año.
- ✓ Consultas hasta el **50%** de descuento con Médicos Especialistas.

Ginecólogo Otorrinolaringólogo Oftalmólogo
 Pediatra Traumatólogo **y muchos más!**

- ✓ Paquetes en consultas (Ginecólogo, Radiólogo, Oftalmólogo).
- ✓ Consulta **gratis** con nutriólogo (Primera consulta y sólo para titular).
- ✓ Consulta **gratuita** con médico estético.
- ✓ Descuentos en laboratorio, hospitalización, estudios de gabinete etc. en empresas afiliadas:






INFORMES

311 108 13 07

costo anual MEMBRESÍA EMPRESARIAL	costo anual MEMBRESÍA INDIVIDUAL
\$900.00	\$500.00

¡Págala en 6 QUINCENAS!





De Luz y Sombra

Los gastos fatuos

Por Isabel Guzmán

La palabra fatuo proviene del latín fatuus que significa "estúpido, tonto y delirante en sus afirmaciones"; se usa @ modo de adjetivo como sinónimo de necio, tonto, ridículo, presuntuoso y faltó de razón.



Puedo mencionar muchos ejemplos en los que se aplica el término fatuo pero hoy sentí la necesidad de expresar mi enojo (mejor dicho, encabronamiento) cuando comencé a ver la transmisión en vivo de la demolición de la famosa estructura inútil vanagloriada por muchos llamada Obelisco, bueno pues en palabras elegantes y rebuscadas a ese adefesio que estaba colocado en el otro adefesio llamado ciudad de las artes le llamaría gasto fatuo, pero en lenguaje coloquial y ya entrados en el calor del momento, también le llamo gastos pendejos.

Pero me gusta la justicia y no sólo voy a mencionar un gasto pendejo como el obelisco de cartón que acaba de ser demolido o su gemelito que estaba en el jardín de los constituyentes hoy llamado plaza bicentenario, sino que le daré un pequeño recorrido a usted que me lee sobre su propia memoria y le voy a recordar otros gastos pendejos que costaron entre millones y cientos de millones de pesos salidos de nuestros impuestos; y seguramente usted al igual que yo, le recordará su 10 de mayo a los cerebros que pensaron que malgastar el dinero del erario resultaba una genialidad.

Para empezar y por el mismo tiempo de los obeliscos se construyó la famosísima arena

cora, que hoy lleva el nombre del desaparecido estadio Nicolás Álvarez Ortega y que fue removido piedra a piedra para dar lugar a la construcción de la ciudad de las artes que dicho sea de paso, sólo es un ombligo de concreto más al que ni le dan mantenimiento

ni el uso que debería tener. Tache con ese gasto pendejo porque ya ni siquiera hay fútbol profesional en el estado, luego como lugar para conciertos queda lejos, es inseguro y encima, en una zona de difícil acceso por el tema de las calles destrozadas que luce toda la capital del estado.

Ah! Pero eso no es todo, después de la arena cora o estadio (como le quiera llamar) también se invirtió un dineral en la rehabilitación de la unidad deportiva Santa Teresita que sirve para lo mismo que el estadio y por las mismas razones. Ya le llegaron los recuerdos?

Bien, pues ese dinero ya no es reembolsable, así que ni sueñe con que se van a rifar esos elefantes blancos como el avión presidencial porque eso no pasará, no, no, no.

Y entre más recuerdo más me enojo, ahora me voy con el auditorio de la gente hoy conocido como auditorio Amado Nervo, que fue construido por órdenes del remedo de monarca Roberto Sandoval alias el gorramiada para usarlo en los campeonatos charros y cosas relacionadas con caballos, tenerlo muy cerca de su lujoso rancho en La Cantera y así extender su feudo hasta donde miraran sus ojos, bueno pues ese edificio se inunda cada temporada de lluvias, no cuenta con buena acústica y la zona de gradas está tan empinada que marea sólo de subir la escalinata, otro gasto fatuo comandado por cerebros pendejos, es decir, gasto pendejo pues.

Luego, a unos kilómetros de distancia está el parque metropolitano también ubicado como "el sombrero" por la forma de la techumbre de metal y lona que de lejos aparenta ser un gorro de esos que usaba el SASASA como sello de su sencillez, también me acordé justo en este momento de los logotipos que hizo poner en los accesos a la UAN con su lema unidos, más dinero tirado a la basura y menos en obras para el pueblo, sólo quería verse reflejado en cada

edificio y marquesina o estructura posible, el hombre era lo que se dice un soberano fatuo para simular que gobernaba.

Me estoy preguntando en este momento para que irán a servir en el futuro las estatuas de Manuel Lozada, la que se puso en honor del grupo Maná que por cierto ni son nayaritas ni tienen música que valga la pena homenajear por muy que mencionen en una de sus canciones ramplonas el nombre de San Blas y la supuesta loca a la que le pusieron su estatua muy cerca de la del ostionero, ese trabajador del mar al que no le llevan beneficios pero le acaban de sobar el lomito con un mono barrigón cargando una talega a la orilla del mar. Los bomberos no tienen camiones suficientes, ni modernos, ni equipados y tampoco tienen más estaciones de auxilio pero les pusieron su monumento al ego y lo mejor, en un lugar donde nunca van a atender un incendio porque se inunda, es el colmo.

La gente cuando llega al poder no cambia ni para bien ni para mal, es la misma y la que es honesta y sencilla pone su mejor esfuerzo en lo que hace y de manera discreta, quien es megalómano, presuntuoso y ridículo casi siempre lo hace notar de inmediato ya sea con las obras que propone u ordena, con sus actos y con sus dichos pero muy pocos son los que quedan exentos de ser llamados fatuos y por ende, realizar gastos pendejos.

Y así nada más de pasadita, conoce usted el mercado "Z Larios", bueno pues nunca fue usado para lo que se construyó pero hoy es letrina pública, basurero y refugio de indigentes en el mero corazón de la ciudad, ese corazón al que muchos le sacan sangre con política barata pero al que no le dan ni una manita de gato. Ese mercado fue uno de los primeros gastos fatuos modernos. Nada más quería reubicarlo en nuestra realidad, no son nuevos los políticos, tampoco los gastos y menos los pendejos que han administrado el estado.

Podría seguir y seguir recordando los millonarios agujeros que le han hecho los políticos al dinero público para satisfacer sus egos, pero también me acordé que mi abuelita decía que no había que engrandecer pendejos, entonces mejor así me quedo, por lo pronto ya no más obeliscos en Tepic, la que hubiera sido si el hubiera existiera, la capital del cambio.

SUTSEM en Gráficas

Los Policías Estatales también están hartos de que no se les cumplan sus prestaciones y los tengan con salarios de hambre. También ellos son pueblo y votan.



ORGULLOSAMENTE
SUTSEM
ORGULLOSAMENTE



En las colonias de Tepic hacen estragos las lluvias sin que las autoridades atiendan esos problemas.



La dirigente de la Sección de Xalisco, Noemí Fernández atendiendo a sus representados.

En la talacha los trabajadores del OROMAPAS en la Sección de Huajicori.



ORGULLOSAMENTE
SUTSEM
ORGULLOSAMENTE

Autoridades Municipales del Ayuntamiento de Xalisco, trabajando de la mano con la dirigencia del SUTSEM hacen entrega de las becas a los hijos de los trabajadores.



El único vector disponible del SIAPA Tepic es insuficiente para atender todos los problemas de fugas de aguas negras que causan las lluvias.

Las fuertes lluvias causan desperfectos en las redes de alumbrados público que de inmediato son reparados por los trabajadores.



SUTSEM Orgullosamente

En el Comité del SUTSEM a pesar del exceso de trabajo se dan tiempo para festejar con un pastelito a los cumpleaños.



En condiciones desastrosas se encuentra el camino al relleno sanitario ocasionando descomposturas de los camiones recolectores y el riesgo de una volcadura poniendo en peligro la vida de los trabajadores.



La protesta pacífica todos los viernes también se manifiesta en la Sección de Tuxpan portando la playera verde.



SUTSEM ORGULLOSAMENTE

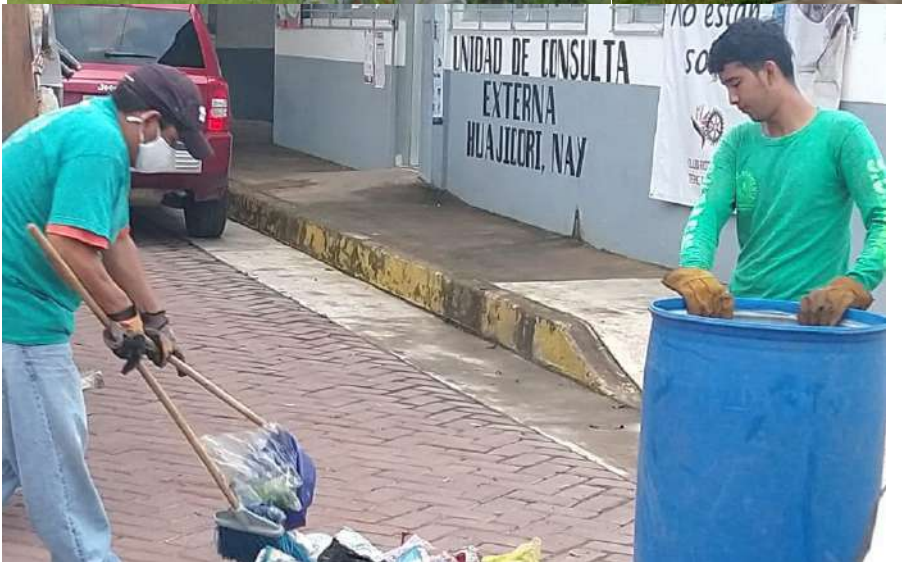
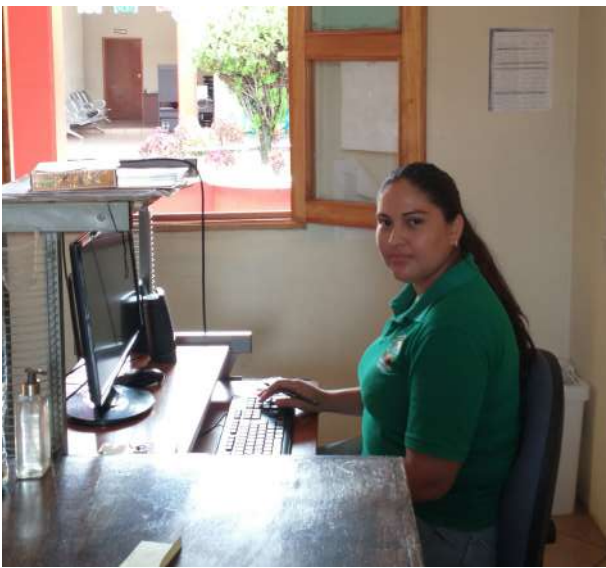


ORGULLOSAMENTE
SUTSEM Orgullosamente

En la Sección de Huajicori todos muy disciplinados portando su playera verde todos los viernes en protesta por el incumplimiento de las autoridades.



ORGULLOSAMENTE
S.U.T.S.E.M. NAYARIT
SUTSEM Orgullosamente



ORGULLOSAMENTE
S.U.T.S.E.M. NAYARIT
SUTSEM Orgullosamente

INFORME

CMIC

Por Verónica Ramírez

Presenta de forma virtual, su primer informe de labores, el dirigente de la Cámara Mexicana de la Industria de la Construcción (CMIC) Nayarit, Maurilio Gutiérrez Mu donde pese a la pandemia registrada a nivel mundial, se logró desarrollar proyectos que si bien, fueron aplazados unos meses, se pudieron consolidar.

Gutiérrez Mu, detalló que en las actividades respecto al primer semestre de este 2020, no se realizaron los trabajos como se hubiera querido, por el tema de la pandemia, todas las actividades presenciales se descartaron.

“Traíamos unos proyectos que finalmente se cambiaron al siguiente año, también se abordó el tema del observatorio en cuanto a las dependencias federales y se dieron a conocer los convenios con instituciones educativas y de gobierno estatal, con el ayuntamiento de Tepic y lo que se ha venido realizando dentro de las posibilidades por no haber sido actividad esencial sino hasta el primero de junio”, señaló Gutiérrez Mu.

Expresó la necesidad de poder mantener el acercamiento de forma personal, sin embargo el organismo ha procurado cuidar las medidas de higiene y el distanciamiento requerido por la seguridad de

cada uno de los afiliados, sin dejar de lado las labores propias de su encomienda como Presidente y Comité.

“Hemos tenido conferencias con delegados estatales, con la Secretaría de Gobierno, con el Gobernador por el tema de protocolos, de Salubridad, unas pláticas con Gobierno del Estado, la Cámara a nivel nacional tuvo a bien elaborar un protocolo antes de que fuera una actividad esencial, en el cual se basó gobierno del estado, fue bien visto por parte del consejo de salud, además hemos estado realizando videoconferencias, todo apegado al consejo de salud y el mismo IMSS, quienes incluso ya están requiriendo que se ejecuten las obras que están por iniciarse en este ciclo.

En cuanto a la participación en la obra pública estatal, el representante de los constructores en el estado indicó que debido al escenario complicado, apenas hace algunas semanas se reactivaron las licitaciones en la Comisión Estatal del Agua, en el Instituto de Infraestructura Educativa a través del programa “Escuelas al Cien”, y en la Secretaría de infraestructura donde también están por iniciar.

“Ha sido un balance muy positivo para las empresas de la Cámara de la Construcción, tal vez no como se quisiera, pero si ha habido buena participación y afortunadamente se está considerando a empresas locales, les pudiera hablar de un porcentaje, andamos entre un 60 y 70 por ciento principalmente en INIFE, donde ya algunas empresas están llevando a cabo las obras”, concluyó.

SE CUADRUPLICAN LOS OPERATIVOS DE LA CRUZ ROJA

Natalia López

A raíz de la pandemia los gastos operativos de la Cruz Roja Mexicana se han triplicado y hasta cuadruplicado, por lo tanto durante este año ha sido difícil mantener a flote la institución, cuya colecta a raíz de la misma crisis, también se retrasó.

Así lo informó el delegado en el Estado de la Cruz Roja, Mariano García Hernández, quien señaló que los traslados Covid-19, representan un gasto, dado que se utilizan trajes, mascarillas y demás artículos de protección, para evitar que el personal sea contagiado.

Como si lo anterior no fuera suficiente, aclaró que el servicio para la atención de infectados por el coronavirus es mucho más tardado, ejemplo de ello, es que el traslado normal les lleva 15 minutos, pero en estos casos, ante la aplicación de los protocolos, emplean al menos 4 horas, lo que impide que puedan acudir a las emergencias que se generan durante ese lapso.

Para concluir, Mariano García Hernández, que en Tepic solo se tienen tres ambulancias y una de estas, solo se dedica a atender casos Covid, así que tan solo tienen dos, para lo que se requiera, cantidad que aceptó es insuficiente y aunque este año había la intención de adquirir una más, ante la crisis económica que persiste, les será imposible, puesto que en lo único que están enfocados es en lograr seguir funcionando y pagar la nómina que asciende a poco más de 300 mil pesos mensuales.



**1 INFORME⁷
DE ACTIVIDADES**
● Comité Directivo 2019 2021 ●



AL AIRE

POR MIGUEL ANGEL OCEGUEDA GUERRERO

Compañeras y Compañeros Trabajadores y lectores en general, Les comparto las respuestas sobre preguntas formuladas a Rumi, maestro espiritual persa del siglo XIII.

¿Qué ES EL VENENO?.- Cualquier cosa más allá de lo que necesitamos, puede ser el poder, la pereza, la comida, el ego, la ambición, el miedo, la ira, o lo que sea.

¿QUÉ ES EL MIEDO?.- La no aceptación de la incertidumbre. Si aceptamos la incertidumbre, se convierte en aventura.

¿Qué ES LA ENVIDIA?.- La no aceptación de la bienaventuranza en el otro. Si lo aceptamos se torna en inspiración.

¿Qué ES LA IRA?.- La no aceptación de lo que está más allá de nuestro control. Si aceptamos se convierte en tolerancia.

¿Qué ES EL ODIO?.- La no aceptación de las personas como son. Si las aceptamos incondicionalmente, a continuación se convierte en amor.

¿Qué ES LA MADURÉZ ESPIRITUAL?

--Cuando se deja de tratar de cambiar a los demás y nos concentramos en cambiarnos a nosotros mismos.

--Cuando aceptamos a las personas como son.

--Cuando entendemos que todos están acertados, según su propia perspectiva.

--Cuando se aprende a dejar de ir.

--Cuando se es capaz de no tener expectativas en una relación y damos de nosotros mismos por el placer de dar.

-- Cuando comprendemos que lo que hacemos, lo hacemos para nuestra propia paz.

-- Cuando uno deja de demostrar al mundo lo inteligente que se es.

-- Cuando dejamos de buscar la aprobación de los demás.

-- Cuando paramos de compararnos con los demás.

-- Cuando se esta es paz consigo mismo.

-- Cuando somos capaces de distinguir entre necesidad y querer y dejar ir a ese querer.

Se gana la madurez espiritual, cuando dejamos de anexar la felicidad a las cosas materiales.

NO HAY DINERO EN GOBIERNO PARA PAGAR A SUS TRABAJADORES.

Respecto a las declaraciones del Secretario General de Gobierno de Nayarit, la Secretaria General del SUTSEM, Águeda Galicia Jiménez ha estado declarando a quienes la entrevistan que es de no creerse, ya que desde que inició esta administración de Toño Jr., han estado con ese cuento, echándole la culpa a la administración pasada, al COVI 19, del pago de impuesto de los trabajadores, a pesar de que se les descuenta en su cheque, además las nóminas están mal timbradas afectando al trabajador.

El Presidente de la República constantemente informa en las mañaneras que les envía en tiempo y forma las participaciones estatales y a pesar de eso, a los trabajadores en 3 años que llevan no le ha otorgado ningún beneficio, y por el contrario los ha perjudicado cada que puede, a tal grado de ganarse el título del peor gobernador, junto con el que se ya fue, tan solo por hacer la ley laboral que perjudica hasta las generaciones futuras.

El Plantón de tres días frente a palacio de gobierno no ha dado frutos, porque el gobernador no da la cara para dialogar, y en el pleno del SUTSEM vamos a proponer y recibir estrategias que los hagan reaccionar, porque ni resuelven nada y no renuncian, siguen en sus puestos, con su ineptitud, ya que ni los convenios laborales quieren firmar. Las reuniones de la famosa CONAGO solo sirven para ponerse de acuerdo de hacer cosas indebidas que afectan a sus gobernados y en Nayarit también prosperan. El SUTSEM seguirá insistiendo el beneficio de sus agremiados de una y mil formas.

LAS EFEMERIDES NAYARITAS Y NACIONALES.

Las Efemérides más relevantes de la semana del 21 al 27 de septiembre, son las siguientes:

NAYARITAS:

22 de septiembre de 1828.- Nació en San Luis, hoy de Lozada, Manuel García González, el Tigre de Álica.

23 de septiembre de 1935.- Nació en Tepic,

Héctor Velázquez Rodríguez, Abogado, Maestro y Poeta.

24 de septiembre de 1959.- Nació en Tepic, José Guadalupe Zavala, futbolista, seleccionado nacional en 1987

25 de septiembre de 1892.- Se descubrió la zona arqueológica de los Toriles en Ixtlán del Río, Nayarit

27 de septiembre de 1906.- Se inauguró el servicio eléctrico en la ciudad de Tepic, Nayarit.

NACIONALES:

23 de septiembre del 2020.- Inicia la estación del año el otoño

27 de septiembre de 1821.-Se consuma la independencia de la Nueva España, hoy México.

27 de septiembre de 1960.- Se nacionaliza la industria eléctrica de México, siendo presidente Adolfo López Mateos.

LAS FRASES CÉLEBRES DE LA SEMANA:

"PUEDE UNO AMAR SIN SER FELIZ; PUEDE UNO SER FELIZ SIN AMAR; PERO AMAR Y SER FELIZ ES ALGO PRODIGIOSO".

Honoré de Balzac (1799-1850); Escritor Francés.

"NADA ES MÁS DESPRECIABLE QUE EL RESPETO BASADO EN EL MIEDO".

Albert Camus (1913-1960); Novelista y Dramaturgo Francés. Premio Nobel de Literatura.

HUMORISMO:

*** Hay 3 etapas en la vida del hombre: antes de los 29 años son como el arbusto del jardín, duros y bien dispuestos; Hasta los 49 años son como el roble, fuertes y confiables; y a partir de los 50 años son como los arbolitos de navidad, con las bolitas de adorno y el palo seco.

*** Si ven que me salgo del grupo de WhatsApp, métanme de nuevo. Es la desesperación de salir a algún lado y no poder debido al COVID 19. Además nunca pensé que mis manos iban a consumir más alcohol que mi hígado.... nunca.

Es mi aportación por hoy, soy el más humilde de sus amigos y les recomiendo, no hagan la guerra, mejor practiquen el amor en todas sus formas. Sean felices, Dios los bendice.

Vamos contra la toma de casetas

Dijo AMLO hace días en su mañanera famosa

Por: Jona Ortiz. / FRECONAY

Recordamos que hace días en la mañanera que realiza nuestro presidente dio a conocer un plan para evitar la toma de casetas de peaje en carreteras y menciono que esto ha permitido recuperar 7 mil mdp, el presidente afirmó que en el pasado, no había causas de fondo para estas acciones, que ya era sacar sólo dinero y que ahora su gobierno las está evitando, mientras en lo local, en Nayarit tienen meses ya tomadas varias casetas del estado, siendo ya un tema pasado para el gobernador y su administración, que nunca volteo a ver a las personas que tomaban estas casetas, mucho menos escucharlos o hacer algo por ellos.

Foto: cdn.noticiasenlamira.com

Desde su llegada a la Presidencia, aseguró el presidente Andrés Manuel López Obrador, se ha actuado para impedir que se tomen las casetas, porque ya se había convertido en una práctica tolerada en todos lados y cuyo propósito era sólo sacar dinero.

“Llevamos recuperados 7 mil millones de pesos que se perdían, era como el huachicol”, dijo en su conferencia matutina.

“No había causas de fondo, ya era sacar dinero al tomar las casetas y se está ahora evitando estas tomas, y ya se está recuperando todo lo que se perdía, lo que perdía la hacienda pública, lo que perdía el pueblo”.

El mandatario federal aseguró que su gobierno está implementando un plan para ir recuperando todas las casetas y ejemplificó con las acciones emprendidas desde el 6 de septiembre del 2019 en Palmillas, en Baja California, en donde se ha logrado obtener 2 mil 281 millones de pesos.

“Podemos hacer esto, porque hay autoridad moral. Si no se roba arriba, se puede decir: no se permite que nadie robe ni arriba ni abajo y se dé el ejemplo. Ahorita tenemos pendientes, y aprovecho para informar que se va a actuar en la autopista de Tepic hacia Mazatlán, que están todas las casetas tomadas”.

Además, López Obrador advirtió a los que tienen tomadas esas casetas que ya se terminó este asunto completamente irregular.

“Muchos saben que ya es otra la realidad, ya no hay complicidades. Es que antes los funcionarios, que no servidores públicos, se dedicaban a los negocios, qué les iba a importar si se tomaba una caseta y dejaban de ingresar recursos a la hacienda pública si a ellos les iba bien. No cuidaban el patrimonio del pueblo. Eso ya se terminó, porque si a unos sí y a otros no se les pide que cumplan con la ley, entonces no va a haber Estado de derecho”, manifestó.

Aseveró que su administración no tolerará este tipo de cosas porque la situación es pareja para todos.

“Ya no se puede permitir a nadie que se abuse, ya no hay condonación de impuestos. Además, porque entendieron el llamado y, al contrario, estoy agradecido por lo que han hecho grandes contribuyentes que debían y todos se han puesto al corriente, todos, muy pocos faltan”, sostuvo

Mientras tanto habrá que esperar acciones por parte del gobierno tanto federal como estatal para resolver estos problemas pues dudamos mucho que las personas dejen de exigir el pago de sus tierras y más aún la colocación de puentes para el tránsito en sus poblados, recordemos que en el estado ha habido ya varios fallecidos por la falta de estos puentes tanto peatonales como automovilísticos, e incluso se han realizado funerales en las casetas de cobro por la misma situación.



“MEXICANOS QUE JUEGAN EN EUROPA”

● Mexicanos en el fútbol.

Por: Alder Valderrama

Existen muchos mexicanos jugando fútbol en las principales ligas europeas. Aunque la mayoría de la afición mexicana desconoce ya que no se les da tanta difusión como a los elementos famosos o principales, son varios los mexicanos que se encuentran jugando en el Viejo Continente.

Aproximadamente son cincuenta jugadores mexicanos los que se encuentran en la actualidad dentro del fútbol europeo, todos en diferentes países y divisiones. Esto con base a la información que presenta “Embajadores Aztecas”, sitio dedicado a dar seguimientos a jugadores mexicanos en el extranjero.

A continuación, te presento el país, nombre del jugador y la liga a la que pertenece:

ALEMANIA

Kobe Hernández-Foster - Wolf burgo
Nicolás Carrera - Holstein Kiel (2a)
Jubril Oseni - TSV Kastl (6a)
Diego Weinert - Sub 15 del Wolf burgo
Sebastián Ramírez - Sub 13 del Wolf burgo

ANDORRA

Víctor Pérez - Penya Encarnada
Joel Vázquez - Esportiu Carriu
Pedro Espinosa - CE Carroi
Rodrigo Baeza - Athletic América
José Ramírez - Esportiu Carriu
Diego Nájera - FC Santa Coloma
Armando Avelar - Esportiu Carriu

AUSTRIA

Christian Ehrnhofer - First Vienna FC

BÉLGICA

Omar Govea - Zulte Waregem
Gerardo Arteaga - KRC Genk

ESPAÑA

Andrés Guardado - Real Betis

Diego Láinez - Betis
Héctor Herrera - Atlético
Néstor Araujo - Celta de Vigo
Luka Romero - Mallorca
Óscar Whalley - Castellón
Diego Cornejo - Alcorcón
Jorge Luis Cornejo - Alcorcón
Alan Araiza - Linares Deportivo
Jehu Chiapas - Salamanca CF (2B)
Rodrigo Vera - Salamanca CF (2B)
Jorge Enríquez - Salamanca CF (2B)
Jorge Mora - Salamanca CF (2B)
Luis Madrigal - Salamanca CF (2B)
Ulises Torres - Tuledano (2B)
Ángel López - Tuledano (2B)
Luis Olivas - Tuledano (2B)
Diego Cortés - Tuledano (2B)
Kenyi Adachi - Real Burgos
Miguel Rebollo - Real Burgos
Jorge Leal - Atlético Monzón (3a)
Juanma Justo - Ourense (3a)
Abraham Sánchez - CF Monterrei
Kevin Gálvez - CF Monterrei
Andrés Viveros - Pontevedra B
Juan Marín - Alboraya UD
Iñaki Martínez - Rápido de Bouzas
Marcelo del Olmo - Real Oviedo Vetusta
Carlos de la Peña - Villanueva de Pardillo
Mateo Velázquez - Torrelodones CF
Diego Pereira - Ural CF
Patricio Pinzón - CD Leganés
Tobías Romero - Santa Catalina
Iago Martínez - EF Portero 2000
Bryan Salazar - Racing Murcia City FC (3era)
Edelmiro Elizalde - Ontinyent CF (2B)
Roberto Cavazos - Eldense
Isaac Shehoah - Mérida ADC
José de Jesús González Muñoz - CD Tudelano (2B)

Santiago Palacios - CF Pozuelo (3a)
Miguel Rebollo - Águilas FC (3a)
Javier Junyent - S.D Almazan (3a)
Armando Arce - UB Corquense (3a)
Luis Rangel - UB Corquense (3a)
Aldo Benítez - Alcobendas (3a)
Alan Araiza - Linares Deportivo (3a)

FINLANDIA

Darvin Chávez - SJK Seinajoki

GIBRALTAR

Francisco Zúñiga - FC Bruno's Magpies

GRECIA

Paolo Medina - Panetolikos
Pedro Arce - Panionios (2a)

HOLANDA

Erick Gutiérrez - PSV
Edson Álvarez - Ajax
Gerardo Ramírez - Roda (2a)
Sebastián Soto - Telstar
Richard Ledezma - PSV U21
Alex Méndez - Ajax B
Ulysses Llenez - Heerenveen
Teun Wilke - Heerenveen U19

INGLATERRA

Raúl Jiménez - Wolverhampton
Marcelo Flores - Arsenal

ITALIA

Hirving Lozano - Napoli

MALTA

Misael Miranda - Tarxien Rainbows

NORUEGA

Magnus López - Stabaek FC Sub 13

PORTUGAL

Jesús Corona - Porto

Alejandro Gómez - Boavista

Johan Gómez - Porto U19

REPÚBLICA CHECA

Daniel Villaseca - FK Dukla Praga

SUECIA

Carlo Vázquez - Linköping

SUIZA

Alejandro Willimann - Luzern Sub 16

Mauricio Willimann - Luzern Sub 16

Josip Lovakovic - SB Bruhl

Durante los últimos años, la migración de futbolistas a Europa ha ido incrementado y algunos casos se han consolidado en sus equipos, esperamos ver en los próximos años más jugadores mexicanos jugando como titulares en estas ligas.

Termino aquí el comentario de ésta semana esperando sea de tu agrado, nos leemos la próxima semana, ¡hasta pronto!



Breves Deportivas

Sarianne Macías

Carlos "El Mini" López campeón juvenil plata del CMB

aparición del nayarita Víctor González en Grandes ligas:



Nuevo campeón nayarita juvenil plata del Consejo Mundial de Boxeo, se trata del nayarita Carlos "El Mini" López, quien en fin de semana tomó el cinturón de campeón juvenil plata tras vencer por decisión unánime al norteamericano Brennan Macías.

Es el cuarto nayarita en lograrlo, al igual que Oscar "Fantasma" González, Sergio "Cuate" Villanueva y Jesús "Negrito" Silvestre.

Doceava



Víctor González continúa demostrando su dinamismo en la loma de los disparos con el equipo de Dodgers de Los Ángeles, en su doceava aparición aunque fue muy corta, no fue tan buena, puesto que no frenó las dos carreras de los Rockies de Colorado en trabajo de 2/3 de entrada.

En la serie de Dodgers frente a Rockies de Colorado de cuatro juegos, tres no tuvo actividad el nayarita y en el último encuentro apareció sin darle el manager Dave Roberts no tan amplia oportunidad.

Hasta el momento, los totales de Víctor González en LMB 2020: JJ12, JG 3, JP 0, 17 2/3 E, 18K, 10 H, 3CA, 2 BB, 2BXG, WHIP 0.68 y ERA 1.53.

Omar "Cuate" López marca victoria con

Sacachispas:

En actividad de nayaritas en el fútbol profesional, Omar "Cuate" López marcó gol de la victoria para el conjunto de Sacachispas, logrando su primer triunfo en Liga Nacional al vencer 2-1 a Guastatoya.

El nayarita jugó todo el encuentro y marcó el segundo tanto para su equipo.

Fútbol Rosa: Nayaritas en acción:

Continúan en acción las nayaritas dentro del máximo circuito nacional de fútbol profesional, la Liga MX en el Torneo Guard1anes 2020, Gabriela Álvarez con Pumas jugó de titular todo el encuentro de la fecha 7, sin embargo, su equipo cayó 2-1 ante Chivas Femenil.

Por su parte, Ana Rosa García y Alison González tuvieron actividad con las rojinegras del Atlas FC quienes empataron 0-0 con las Águilas del América; la delantera Alison González jugó todo el encuentro mientras que Ana Rosa García ingresó al minuto 80 en lugar de Alejandra Franco.

Las palabras se las lleva el viento, hasta la de los charros.

• Ni justicia, ni diálogo ni soluciones ha habido en este gobierno

Por: Estrella Ortiz.

Hace tres años, cuando el ahora gobernador Antonio Echevarría García andaba en campaña gritaba a los cuatro vientos que él era amigo de todos los trabajadores, por las redes sociales circula un video que para los SUTSEMistas es hasta lastimoso, en este video se ve al junior gobernante decir con mucho ahínco que: "Ya viene un nuevo tiempo para Nayarit, viene un gobierno justiciero, un gobierno que sí le haga justicia a los trabajadores del SUTSEM, un gobierno que sí se va a sentar a platicar con ustedes; un gobierno que sí les va a resolver sus problemas. Tenemos sensibilidad, somos humanos como ustedes y vamos a ayudarles a salir del atraso en que los tienen estos pillos; nadie estará por encima de la ley, absolutamente nadie y ya lo dije: daremos empleos, empleos y bien pagados".

Si analizamos cada palabra y cada oración podríamos decir sin temor a equivocarnos que ha sucedido todo lo contrario. Tenemos un gobierno que no ha hecho justicia a los trabajadores, que no ha resuelto absolutamente nada, que no ha tenido sensibilidad, que está lleno de pillos, que no ha



dado empleos y que mucho menos ha tenido la intención de sentarse a platicar con la dirigencia del SUTSEM.

Hoy, a tres años cumplidos de este gobierno en funciones, se puede decir que todas las palabras que Antonio Echevarría García dijo en favor del SUTSEM se las ha llevado el viento; presumía portar con orgullo el traje de charro y en cuanto evento podía alardeaba que, su palabra de charro valía más que su firma; al paso del tiempo con los hechos,

-que esos sí valen más que mil palabras- ha demostrado el junior gobernador que ni su palabra ni su firma valen. El 4 de octubre del 2017, ya como gobernador, Echevarría García firmó al lado de la líder del SUTSEM, Águeda Galicia y ante notario público un documento en donde se comprometía a tres cosas: 1.- Revisión y forma del convenio

colectivo laboral y realizar el análisis exhaustivo de los adeudos y problemas pendientes de solución. 2.- Auditoría a bases y recategorizaciones recientes y 3.- Auditoría al fondo de pensiones de los cuales, ningún punto se ha revisado, mucho menos cumplido.

La base SUTSEMista y el pueblo de Nayarit está decepcionada, muchos se inclinaron y apoyaron este proyecto que parecía y prometía acabar con las raterías de Roberto Sandoval y resultó peor. Las promesas de campaña y las palabras de charro han sido pisoteadas por un gobierno que se ha quedado atorado en la "curva de aprendizaje", con funcionarios que viven y ejecutan desde el privilegio y no desde la empatía, ha sido un gobierno que no solamente no ha dado solución a los viejos problemas de las familias trabajadoras sino que los ha empeorado; de entrada con la ley laboral burocrática, ahora el trabajador vive en la zozobra, pues el propio secretario general de gobierno se ha atrevido a declarar que no habrá dinero para la quincena de los trabajadores que viven como pueden con salarios detenidos desde el 2013, soportando funcionarios y jefes inexpertos, que abusan del poder y que creen que la silla será eterna.

