

Ritmo de la Vida

Por Pepe Reyna

SUTSEM en Gráficas

Desde el 8 de octubre las estaciones de gasolina de México deberán contar con dispensarios nuevos o actualizados

Por: Jona Ortiz R. / FRECONAY

Gremio

09 DE OCTUBRE 2020

NO. 535 AÑO 11

EJEMPLAR GRATUITO

LA VERDAD DE LOS TRABAJADORES

ÍNDICE

La Neta

Por el Barrendero
Página 03

CAMINITO DE LUCHA

Por Gaby Alvarado
Página 08

Espacio Positivo

Por: Georgina Rivas Rocha
Página 11

UAN EN CRISIS

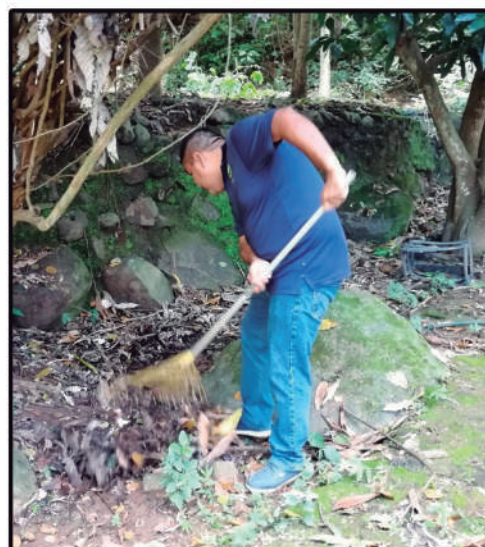
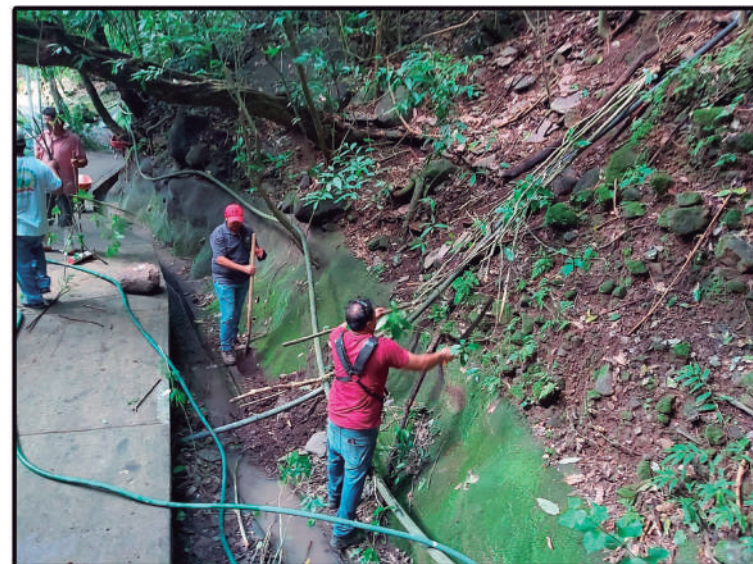
Por Verónica Ramírez
Página 19

COMENTARIOS DEPORTIVOS

Por Arturo Ruiz "El Cremas".
Página 23

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

BARRANQUITAS El Balneario del SUTSEM preparándose para la reapertura



¡ÚNETE A LOS FUERTES!

LEYendo La VERDAD



Por: José Luis Núñez. "El Bake"

SUTSEM EJEMPLO DE LUCHA SINDICAL...

La lucha sindical es una lucha constante, continua y permanente. Derivada de la lucha de clases, ya que los sindicatos por su esencia representan a la clase del proletariado, a la clase trabajadora: a los oprimidos y explotados. Pero la lucha sindical no puede ser aventurada, debe ser estratégica y organizada, no se hace a libre albedrío, primeramente, hay que pensarla y prepararla, hay que animarla para hacer adherir y actuar a los trabajadores a partir de nuestros valores y de nuestro estilo de lucha, pero ante todo la lucha sindical debe triunfar, si nosotros no pensamos o preparamos una lucha sindical seguramente no vamos a tener éxito, y lo mejor es no llevarla a cabo en ese momento. El SUTSEM históricamente ha sido un ejemplo de lucha, desde el año 1939 que sus fundadores

de manera clandestina se organizaron para constituir el Sindicato, nuestra organización ha sido un modelo de lucha a lo largo de 80 años de vida, por ello se ha convertido en un referente a nivel nacional, desde su primer Secretario General Don Rodolfo Enríquez hasta nuestra lideresa Águeda Galicia Jiménez el espíritu de nuestra organización ha sido combativo, autónomo e independiente, y la base trabajadora jamás ha sido agachada o apática, aunque haya sus prietitos en el arroz la esencia de nuestra organización es de lucha. Jamás hay que confundir la lucha sindical con el vandalismo, una cosa es exigir y otra cosa es agredir, los trabajadores debemos ser muy mesurados en nuestras exigencias, sabemos que las autoridades siempre estarán a favor de la empresa y del patrón, no podemos facilitarles la posibilidad de que nos sigan denostando y señalando de delincuentes ante la sociedad. Los hechos recientes que ocurrieron en la empresa de la coca cola confirman que no es fácil liderar un movimiento de los trabajadores, cualquier manifestación por mas pacífica que sea nos puede generar consecuencias si lo hacemos a lo tarugo. Por eso sostenemos que la experiencia hace la diferencia. El salario es sagrado y no debe ser privado, en eso

coincidimos y lo tenemos muy claro, pero no nos da derecho a usar la violencia, cuando nosotros los sutsemistas nos manifestamos en alguna dependencia Federal, Estatal o Municipal jamás secuestramos las instalaciones, ni ingresamos a las mismas, para no dar motivo a que nos inventen algún delito, si en nuestros movimientos se han dado hechos de violencia ha sido porque hemos sido víctimas de abuso de autoridad, pero jamás ha sido porque nosotros hemos faltado el respeto a nadie, para exigir hay que tener clase, eso nos lo ha enseñado nuestra líder, no se ocupa golpear o patear nada ni a nadie para denunciar los abusos de la autoridad, muchas veces la rabia que invade al trabajador en ese momento lo invita a querer radicalizar las acciones, muchos trabajadores exigen llevar a cabo acciones radicales, pero siempre debemos de pensar en las consecuencias que nos puede generar cualquier acción, prender a la gente es muy fácil, pero a la hora de las consecuencias sabemos ellos se irán sobre la cabeza, y en una lucha no podemos perder a nuestro estrategia principal. Otra situación que debemos cuidar en nuestras luchas es no perjudicar a terceros, ya sean ciudadanos, empresarios o cualquier persona ajena a

nuestro conflicto laboral, una lucha sindical se debe llevar hasta las últimas instancias, hasta donde tope, pero en contra de quien nos debe, sin afectar a personas que no tienen nada que ver, por eso nosotros siempre pedimos una disculpa al pueblo por las molestias que podamos ocasionar en nuestros movimientos, pero siempre pensamos en buscar la manera de molestar lo menos posible a la ciudadanía, en las calles, en las plazas públicas y en las dependencias son los lugares donde los trabajadores debemos de acudir a exigir. Otra parte importante que se debe tener presente en la lucha sindical es la parte jurídica, si no tenemos un equipo jurídico que asesore bien al gremio, lo más probable es que el movimiento sea contraproducente, y en lugar de ser víctimas pasaremos a ser victimarios. Verdaderas luchas son las que ha sostenido nuestra dirigente contra viento y marea en el sexenio de Rigoberto Ochoa Zaragoza, en las huelgas de Tuxpan contra el loco Valenzuela y en la de Tecuala contra Beto Parra, y por si fuera poco la última batalla que le dimos al narco gobierno de Roberto Sandoval y el Fiscal Sicario Edgar Veytia, por eso y por mucho más, el SUTSEM es y seguirá siendo un ejemplo de lucha, le pese a quien le pese. ¡Que viva el SUTSEM!.

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

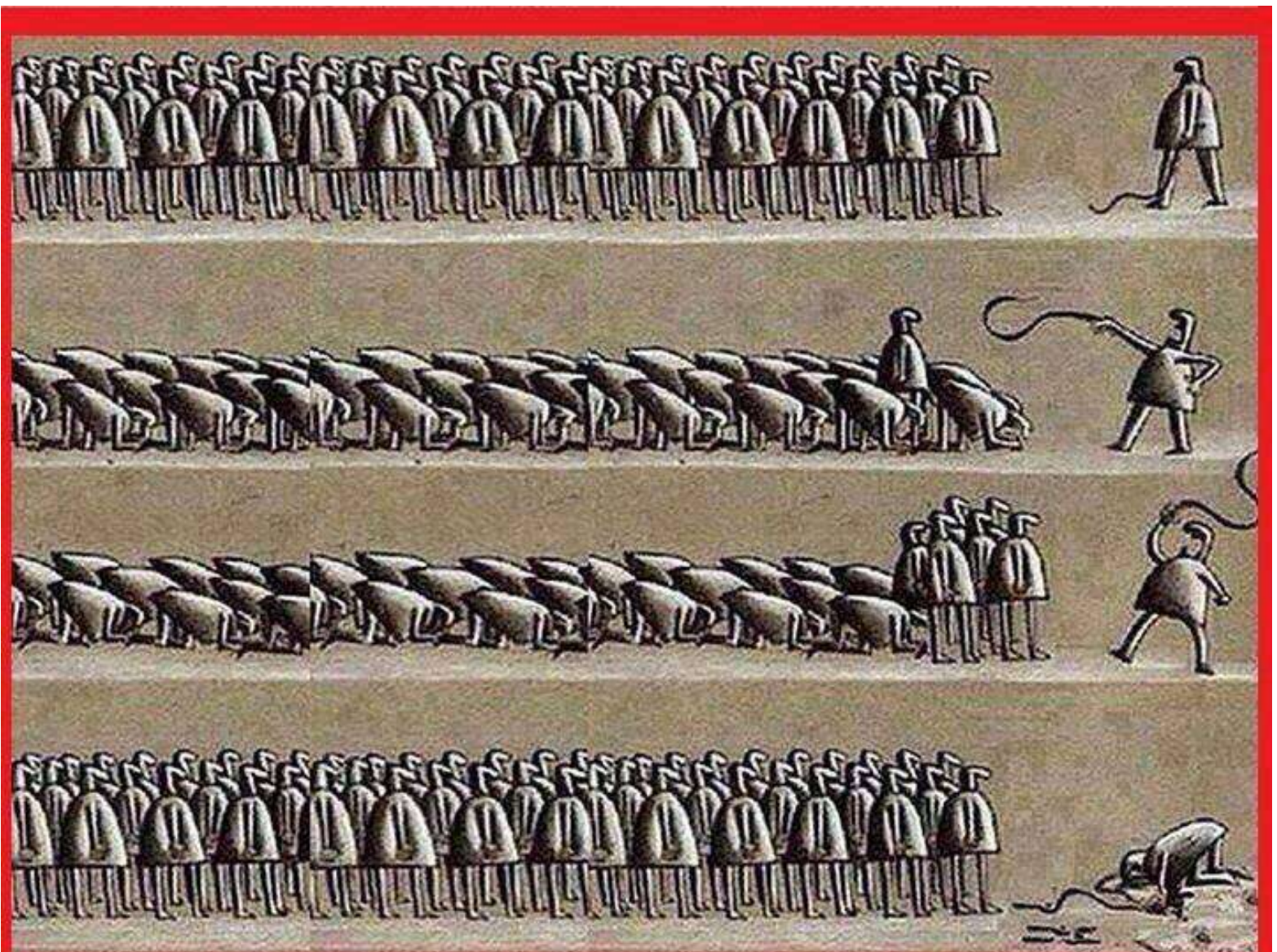


Los Trabajadores de los sindicatos creados por el gobierno y guiados por personas que se han beneficiado fácilmente porque obtuvieron sus bases y beneficios logrados por el SUTSEM y porque se han colgado de las conquistas sindicales también logradas por el SUTSEM. El caso del sindicato que creó el malandrín Roberto Sandoval con los mismos beneficios del convenio del SUTSEM cuyo beneficio son producto del sacrificio de muchas generaciones de trabajadores auténticos, no aviadores. No cabe duda que en esos sindicatitos son ciegos guiados por ciegos, porque no alcanzan a avizorar que la enbestida a los trabajadores y a los sindicatos se han fraguado en las entrañas de las instituciones políticas, en los congresos, en los cabildos, en los partidos políticos. Todos se unen para evitar el acceso a los defensores de los derechos laborales y humanos y de la justicia social. Los conocedores de la problemática de los diferentes sectores de la población, no pueden acceder a esos lugares porque a los neoliberales no les conviene. Los seudo líderes no son capaces de ver más allá de su nariz y hacen que muchos ingenuos, convencieron y comodinos caigan en el juego destructor de los patrones manipuladores. Es la falta de conciencia de clase, de capacitación sindical y de raciocinio por el desinterés de los acontecimientos sociales, políticos y culturales que se mueven en el

país y en el mundo. La división de los trabajadores son parte de la estrategia maquiavélica de "divide y vencerás"; La satanización de la lucha sindical y la difamación y el descrédito que se vierten a la sociedad en contra del sindicato y de los trabajadores son acciones perversas que están minando la unidad y la fuerza de la acción sindical. Por eso es importante que se entienda que mientras en las instituciones políticas no haya

voces defensoras de los derechos y de las organizaciones estaremos cada vez más subyugados, por eso tenemos que abrir paso a madrazos para ocupar espacios en las cámaras, en los cabildos y en todas las instancias donde se toman las decisiones que cada vez son más descaradas en contra de los trabajadores y del pueblo. En ya un imperativo no permitir que los petimetres ignorantes, ineficientes, inservibles, veleidosos, ocupen espacios tan importantes que deben servir para construir una mejor sociedad y el progreso del pueblo, ese pueblo que ya no quiere ver las mismas caras en las boletas electorales y que se acuerdan de la gente pobre nomás cuando se acercan las elecciones, porque pretender

seguir engañando al electorado. Ya anhelamos tener mejores gobiernos en los 3 poderes y en los municipios, cada gobernante estatal o municipal que va llegando es peor que todos los anteriores. En el pueblo y en los trabajadores hay gente valiosa, con principios, que están hechos en el esfuerzo y en la disciplina en el trabajo, con experiencia y profesionalismo, hombres y mujeres capaces de transformar este sistema de cosas y darle una nueva imagen a este bello y rico Estado de Nayarit. Trabajador, campesino, ganadero, pescador, transportista, maestro, deportista, profesionista, empresario, etc., etc. ¡Ánimate, Nayarit es nuestro y tenemos que rescatarlo de las manos de vividores.



EL DÍA QUE EL PUEBLO SEPA EL PODER QUE TIENE



“Calma, mi Presi”,

le piden sus partidarios a López Obrador

Sin que esto quiera decir que ahora lo rechazan en su persona o que mejor se van para el otro bando, partidarios de Andrés Manuel López Obrador no están de acuerdo con algunas de sus decisiones y que prefieren decirlo antes de que el tabasqueño siga haciendo cosas que no parecen correctas.

Se sabe, por ejemplo, que a López Obrador le han pedido sus amigos que modere cierto tipo de expresiones o de retos suyos como ese de que estaría dispuesto a renunciar en caso de que sus adversarios políticos le presenten una multitud de más de cien mil manifestantes exigiéndole que se vaya del gobierno.

Cosas como esa- añaden los enterados- hace que los opositores a su régimen traten de agarrarle la palabra, como acaba de suceder, y le llenen el Zócalo de la ciudad de México, aunque con menos de 20 mil almas que es lo que consideran los expertos en conteo como el número de humanos que llenaron el sábado pasado una parte del amplio espacio de la gran plancha situada frente al Palacio Nacional.

Aseguran dichos expertos que esta vez exageraron los organizadores al asegurar que hubo cien mil almas, por lo menos, ya que para una multitud así habría necesidad de cubrir no solamente el Zócalo capitalino y muchas de las calles que lo rodean, además de que para reunir tal cantidad de gente y pagarle sus gastos estaría más que difícil.

Se advierte que, en este caso, López Obrador no estaría autorizado por el marco legal del país para renunciar a un cargo de elección popular como el que ocupa desde hace dos años, sino que tendría que solicitar licencia únicamente y eso para regresar al cargo máximo de la nación cuando

le diera la gana. Con la misma advertencia para todos aquellos políticos que ocupan sitios ganados a través del voto popular, desde gobernadores hasta senadores, diputados federales y locales, presidentes municipales, regidores y síndicos, entre otros.

También- aseguran los enterados- a López Obrador se le ha venido pidiendo que no abuse tanto de su cargo como para tomar decisiones que en verdad pueden afectar a la ciudadanía en general, como ocurre con su insistencia en desaparecer los distintos fideicomisos hasta en tanto no explique una mejor manera de sostenerlos vía presupuesto.

Para AMLO, y eso lo entiende la población entera de México, tales organismos representan una inmensa fuga de recursos y una enorme oportunidad para los corruptos de robar a lo grande, lo que ha hecho

que el propio presidente los rechace en definitiva y trate de mandarlos por un tubo, vía el Poder Legislativo.

Ultimamente ha venido sosteniendo AMLO que los recursos destinados a tales fideicomisos podrían ser entregados directamente a los beneficiarios y no a las manos de quienes manejan ese dinero y aparecen como sospechosos de enriquecimiento inexplicable.

Partidarios del mismo presidente, diputados y senadores que lo sostienen, y ya no se diga de la oposición entera que ha puesto el grito en el cielo, dejan escuchar sus protestas por lo que consideran “semejante atentado al desarrollo del país y al ciudadano mismo”, y de ahí que se le pida a AMLO moderarse y evitar un grave error que podría desencadenar resultados catastróficos para el desarrollo y la economía de México. Se le hace ver la necesidad de que presente fórmulas correctas para el mejor manejo de los recursos, pero que de ahí a la desaparición de fideicomisos tales como el destinado a la ciencia, al auxilio de las poblaciones afectadas por desastres naturales, incluso el que tiene como misión el apoyo y desarrollo de la industria cinematográfica y otros tantos de los que viven los mexicanos en este tiempo de crisis por la pandemia del coronavirus y la que tiene qué ver con la economía del país en pleno descenso, faltaría mejor darnos un balazo o tirarnos al voladero para que todo acabe.

“Calma, mi Presi”, le pide a López Obrador la propia gente que le es fiel y que lo sigue, la que también le aconseja moderación y que no trate de contestarle a todo mundo y de polarizar a México nadamás porque algún sector trate de hacerle la vida pesada, eso sí, con la equivocada idea de una hipotética renuncia, o licencia, cuando a estas alturas se tiene la posibilidad de un evento revocatorio presidencial para el 2021 o el 2022, este sí dentro de la ley.





“Dejar huella en la vida”

Por: José Manuel Elizondo Cuevas.

Recientemente en mi muro de una de las redes sociales más populares, hice una publicación de carácter personal, sensible, familiar, relacionada con el cumpleaños de mi madre que tiene ya quince años de estar en la morada de Dios. Acompañadas de una de las fotos que más me gustan de ella, compartí unas palabras sencillas que daban la idea de la alegría con la que ella festejaba cada año su natalicio. Llovieron los “Me gusta” y “Me encanta” en dicha publicación. Fueron muchos los comentarios —principalmente de personas que conocieron de cerca a mi madre— dando testimonio de la grandiosidad de su paso por la vida terrena. Mi madre dejó huella en este mundo no sólo por perpetuarse a través de su descendencia, sino por su calidad humana mostrada durante su estancia física relativamente corta.

Entre muchas otras cualidades, destaco en ella la generosidad, ese desprendimiento que siempre le acompañó y manifestó a favor de la familia, conocidos y hasta desconocidos. Una persona llena de nobleza y amor por el prójimo, que siempre daba sin esperar nada a cambio. Alguien a quien le encantaba compartir lo que Dios le proveía, en ese sentido existen miles de historias de las que fui testigo. Por si eso no fuera suficiente para considerarla una gran persona debo decir que,



además del apoyo material que brindaba a las personas, practicó también el apoyo moral, emocional. Fue una ejemplar compañera de muchas mujeres que padecieron problemas fuertes, su consejo oportuno

y la luminosidad de su sonrisa fueron parte del poderoso arsenal que tenía para apoyarlas en esas duras batallas. Y qué decir de esa alegría contagiosa que hacía las delicias de quienes la disfrutaron en cualquiera de sus momentos, un simple encuentro en la banqueta, en la tienda, en la casa o en un convivio. Mi madre tenía la gracia invaluable de la alegría fácil, el gesto espontáneo, el chiste a flor de piel y esa fina ironía que le sigo agradeciendo haberme heredado. Donde ella estaba la gente reía a mandíbula batiente. Cualquier encuentro casual se convertía en una auténtica tertulia donde las carcajadas eran casi continuas. Para mí era muy fácil saber dónde encontrar a mi madre, sólo bastaba dejarse llevar por el prometedor sonido de la risa. Muchas razones existen para pensar que las personas que vertieron sus comentarios positivos en la mencionada publicación, son testigos que tuvieron el gusto de conocer a esa mujer educada, respetuosa, alegre y generosa que dejó muy marcada la huella de su paso en esta vida terrena.

De ahí la reflexión sentida respecto a qué significado tiene la expresión “Dejar huella”. La respuesta es muy simple por más interpretaciones que se le pudieran adjudicar. El concepto es muy amplio y pudiera tener muchas connotaciones, pero dejemos de lado lo retórico y conceptual para entrar en los términos de la simplicidad como atributo positivo de lo práctico, de lo explicable. Con el ejemplo de mi madre, es muy fácil determinar que no se necesita mucho para hacer algo productivo o positivo en la vida, simplemente se trata de dar algo de lo que tienes. Si tienes algo material, puedes ayudar, pero si no hay algo físico, entonces puedes dar algo moral. El paradigma es fácil de entender y en esos términos puedes dar apoyo moral, consuelo, alegría, sonrisas, abrazos o lo que tú sientas que puede apoyar a la familia y al prójimo en general. Todos tenemos algo positivo en nuestra vida y sólo es cuestión de querer

compartirlo.

Existen muchas opciones para describir esta expresión antigua y si bien es cierto que parece un cliché es al mismo tiempo algo axiomático. “Dejar huella” también tiene el lado contrario, es decir como en casi todas las cosas posee ambos polos. Se puede dejar huella positiva o negativa y eso, por supuesto, que también depende de cada quien, de su voluntad o de sus valores. Es muy fácil traer a la memoria a los grandes benefactores de la humanidad en todos los ámbitos del quehacer humano. Han dejado huella positiva quienes incluso nos dejaron grandes legados en las ciencias y las humanidades. Podríamos citar a miles de hombres y mujeres que dejaron huella positiva por su ejemplar entrega a las causas de la humanidad, también podríamos compilar muchos otros personajes cuya huella negativa impactaron en ciertos momentos de la historia y aún se recuerdan sus acciones, aunque sea triste recordarlas.

En términos cercanos se me ocurre pensar en algunos políticos contemporáneos que tuvieron la oportunidad de dejar huella positiva en la historia, pero decidieron escribirla a su manera y con el bolígrafo de la tinta negativa. Desafortunadamente no son pocos, sino la gran mayoría, los que eligieron ser parte del museo del terror y ser recordados con el desprecio y el rencor de la ciudadanía.

En fin, esto aplica a todos los seres humanos en la vida pública y en lo personal. Todos tenemos la misma oportunidad de dejar huella y se necesita únicamente la voluntad, no se requiere de recursos materiales o de legados trascendentes, sólo se necesita de carácter, decisión y del valor humano de la solidaridad con nuestros semejantes; incluso a veces no es necesario dar nada, sólo basta ser una persona responsable, respetuosa y honorable para dar un buen ejemplo de vida.

Me resulta muy alentador ser testigo de que existen muchas personas que realizan acciones altruistas en favor de la sociedad ahora en la pandemia y mucho antes de que esto ocurriera. Labores permanentes de apoyo a las comunidades alejadas, familias necesitadas, otras que apoyan los sueños de los talentos que sueñan con tener acceso a la música, la danza y otras artes. Es obvio que no me refiero a los que están haciendo campaña electoral anticipada con esa falsa solidaridad que luego cobrarán con votos, se convertirán en gobierno y posteriormente dejarán la huella negativa de la que aquí hemos comentado.

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



POR: JUAN ISMAEL ESCOBEDO OCEGUEDA

BACHEPIC NAYARIT ¿TE ESPERA CON LOS SOCAVONES ABIERTOS!

¡No cabe duda que toda la ciudad de Tepic está deteriorada, por no decir más feo, empezando con las calles y avenidas, la mayoría de estas arterias principales se encuentran destrozadas, descuidadas y que decir que cuando llega una lluvia inmediatamente se inundan e impiden el paso de la vialidad, además que empieza a brotar los malos olores por las alcantarillas, por donde camines, por donde circules la ciudad se encuentra en mal estado, baches ¡qué digo baches! ¡socavones! por to-



dos lados, calles oscuras por falta de alumbrado público, exceso de basura, la falta de agua en la mayoría de las colonias; vaya; Tepic en el abandono total, una negligencia e irresponsabilidad parte de las autoridades en turno, tanto Estatales como Municipales, imagínese circulando en la noche a pie o en vehículo automotor en plena lluvia, y con las calles llenas de hoyos o cráteres, siempre habrá más riesgo de un accidente, sin dejar de lado los daños a las llantas y suspensión del vehículo.

Eso de tener gobernantes y funcionarios balines que prometen lo que no van a cumplir pero con tal de obtener votos le bajan a la gente hasta el cielo y las estrellas, pero como siempre, todo queda en palabras y en promesas como en las campañas



políticas electorales, todo quieren solucionar, que habrá empleos, que aumentaran los sueldos, que no les faltará el agua, que habrá alumbrado Público en todas las calles y colonias, que tendrán más vigilancia, más seguridad, que no habrá más acumulación de basura en las colonias, que ya no habrá más pobreza, que la mayoría de las calles y avenidas tendrán pavimento hidráulico, bla bla bla, y más bla al fin campañas políticas y lo mismo de siempre, ya que están en el poder se olvidan de su responsabilidad principal, ¡cumplirle al pueblo! ah pero todavía no terminan su periodo y ya andan de calientes queriendo brincarle a otro hueso gastándose el dinero del pueblo desviando recursos para fines políticos en vez de centrarse en el compromiso que tienen ante la ciudadanía, que lejos estamos de tener



un gobierno como el de Don Justino Ávila Arce (QEPD), como Presidente Municipal, que en todo momento atendía a la gente que se le acercaba en

sus audiencias semanales, siempre con su sencillez y se dedicó a trabajar y cumplirle a la ciudadanía hasta donde el creador se lo permitió, realizó obras muy necesarias sobre la rehabilitación del drenaje y agua potable, e infinidad de acciones en beneficios de los tepicenses, tanto de la zona centro, como en colonias, y comunidades, fue un hombre honesto en el manejo de los recursos Públicos, un gobierno que no despilfarraba el dinero un gobierno con gastos austeros, sin duda un hombre muy valioso y apreciable y que decir de la señora María Eugenia Jiménez Valenzuela quien fungía como suplente y tomó su lugar como Presidenta Municipal lo que restaba del periodo 2001-2002, mujer con mucha convicción

de servir y con un gran sentido social, continuo el trabajo con la misma responsabilidad y sobretodo con cabal honestidad, dejando al H. Ayuntamiento sin deudas poniendo ambos presidentes la muestra de cómo se trabaja y que si se puede cumplir con responsabilidad y honestidad.

El pueblo ya está ¡harto! de tanta mentira de tanta corrupción, y sobre todo de esos aprendices de politiquillos que creen que porque tienen lana pueden gobernar a la gente a su antojo, ¡pero ya se van! ya pasaron casi cuatro años y se irán sin pena ni gloria porque les quedo grande el paquete.

“El gobernante de un pueblo no hallará medio más fácil para conquistar su simpatía que una vida austera y morigerada.” (Cicerón)

. Reciban un cordial saludo. Gracias por sus comentarios y sugerencias al correo, j_ismael1959@hotmail.com o al cel. 311 168 85 67.

¡REFLEXIONES PARA SER LA MEJOR VERSIÓN DE TI MISMO!

Por: Liliana Hernández.

“COMO DOMINAR LA CLAVE PARA PERDER PESO”

(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”**, es básico el equilibrio de la mente con el cuerpo, para que nos ayude a conseguir el peso ideal y por supuesto el cuidar nuestra salud tanto física como emocional, es algo esencial para fortalecer nuestro sistema inmunológico y protegernos de las enfermedades. Les recuerdo que en el tema anterior vimos las características y rasgos comunes del tercer dosha KAPHA, que son principalmente. –Tendencia a la obesidad, digestión lenta. –Complexión sólida y fuerte, gran fuerza y resistencia física, piel fresca, suave, gruesa pálida y con frecuencia grasa. –Sueño pesado y prolongado. –Suelen ser posesivos y complacientes. –Cuerpo robusto. –Despiertan lentamente y se quedan en



la cama largo rato, y necesitan un café antes de levantarse. –Buscan consuelo emocional en la comida. Concluimos que con el análisis de las características más comunes de los tres doshas y conocer cuál de ellos predomina y nos gobierna, nos ayudará a tomar las decisiones correctas que nos permitirán hacer los cambios importantes en nuestros hábitos, para poder mantener un equilibrio de nuestra mente-cuerpo, tener una estabilidad y volver de manera natural a nuestro peso ideal.

En ésta ocasión conoceremos el **“COMO DOMINAR LA CLAVE PARA PERDER PESO”** basado en el Ayurveda y la experiencia del Autor Deepak Chopra, quien nos dice en su libro que: “Durante millones de años, la lucha por conseguir suficiente comida fue una prioridad para la especie humana, ya que de ello dependía la supervivencia, y así las sociedades se organizaban para ello. En los periodos de abundancia era natural y prudente que las personas comieran todo lo posible, pues no había duda de que les esperara un futuro de escasez en ésa época. Siguiendo esta alternativa de banquetes y hambrunas, el cuerpo humano desarrolló un proceso por el cual almacenaba el alimento que el metabolismo no transformaba de inmediato en energía; ya que lo guardaba en forma de grasa”.

- **“Las alternativas de banquetes y hambrunas de ésa época, fueron un mecanismo de adaptación que tuvo mucho éxito para la fisiología humana, ya que ésa grasa almacenada, significaba que la especie humana podía sobrevivir a los periodos de hambre”. (Deepak Chopra)**

En la actualidad, por lo menos en algunas partes del mundo, ha terminado ésa alternancia entre abundancia y escasez, ya que en algunos países afortunados podemos comer cuando queramos, tanto como queramos y todo el tiempo que queramos. Pero la química del cuerpo todavía no se ha adaptado a éste cambio, porque sigue preparándose sin cesar para el periodo de hambre que cree le espera, y sigue almacenando como grasa, todo lo que no se convierte rápidamente en energía. Esto no es una enfermedad, es normal y natural. Tu peso actual es el resultado natural de lo que se come, en combinación con la energía que requiere su estilo de vida y los efectos persistentes de millones de años de evolución humana. Aunque alternaras de manera drástica tus hábitos alimentarios y la intensidad de los ejercicios cotidianos, de todos modos estarías gordo, según las pautas de moda contemporánea. Esto tiene



dos motivos: primero las pautas de moda están muy lejos de la complexión de la mayoría de las personas, segundo: su cuerpo no distingue entre la privación de alimento para poder ponerse unos pantalones ajustados. En cualquiera de los dos casos, el cuerpo entra en un “estilo famélico”, de metabolismo desacelerado, en que las grasas se queman con más lentitud. Recuerda; éste es un mecanismo muy poderoso que ha evolucionado a lo largo de toda la historia y es un cambio difícil. Esto es más subjetivo para poder definir si hay sobrepeso o si tiene su peso natural, por ejemplo; si ha estado comiendo un cuarto de helado de chocolate al día y pueda encontrar el modo de racionalizarlo, aparece un desequilibrio. Al querer corregirlo para volver a la sincronización con la perfección del origen, puedes hacerlo, sin embargo si intestas ir más allá de la perfección en dirección contraria para imitar un físico totalmente diferente al tuyo, estarías luchando contra fuerzas biológicas muy difíciles de dominar, aquí entra el estrés y la depresión de hábitos muy estrictos.

- **“El control eficaz del peso, tiene al menos dos componentes importantes: 1) Reconocer y eliminar conductas que son productos de desequilibrios y 2) Reconocer, aceptar y disfrutar de lo que es la verdadera naturaleza del Ser”. (Deepak Chopra)**

En el próximo artículo veremos “Cómo equilibrar el organismo”. Toma 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!

CAMINITO DE LUCHA

POR GABY ALVARADO

EL GOBIERNO DE NAYARIT NO PAGA A TIEMPO LAS QUINCENAS DE LOS TRABAJADORES

La falta de pago del salario de los trabajadores al servicio del estado de Nayarit proviene de una serie de omisiones, complicidades y corruptelas que se permitieron y solaparon durante la administración de sus gobiernos.

No es novedad que la elección de las dirigencias de la sección 49 como de la sección 20 han sido impuestas por el centralismo, los privilegios, los cotos de poder y nepotismo del priatismo que han sido la fórmula habitual para lograr posiciones. Luego entonces vale la pena preguntarse:

¿Es posible velar por los derechos de los trabajadores y de la ciudadanía si se llega al poder con compromisos políticos?

¿Hasta cuándo la base magisterial permitirá tantas humillaciones perpetuada por de su propia dirigencia sindical?

A pesar de que ha habido expresiones políticas que han rebasado las dirigencias sindicales la base magisterial sufre del síndrome de Estocolmo en donde a pesar de todas las afrentas ha deseado continuar con una relación gremial sin deseos de revelarse, movilizarse, sin prever

estrategias de organización a corto mediano y a largo plazo. Los resultados, saltan a la vista, el gobierno llegado al límite de no pagar a tiempo el salario que corresponde a cada quincena de los trabajadores.

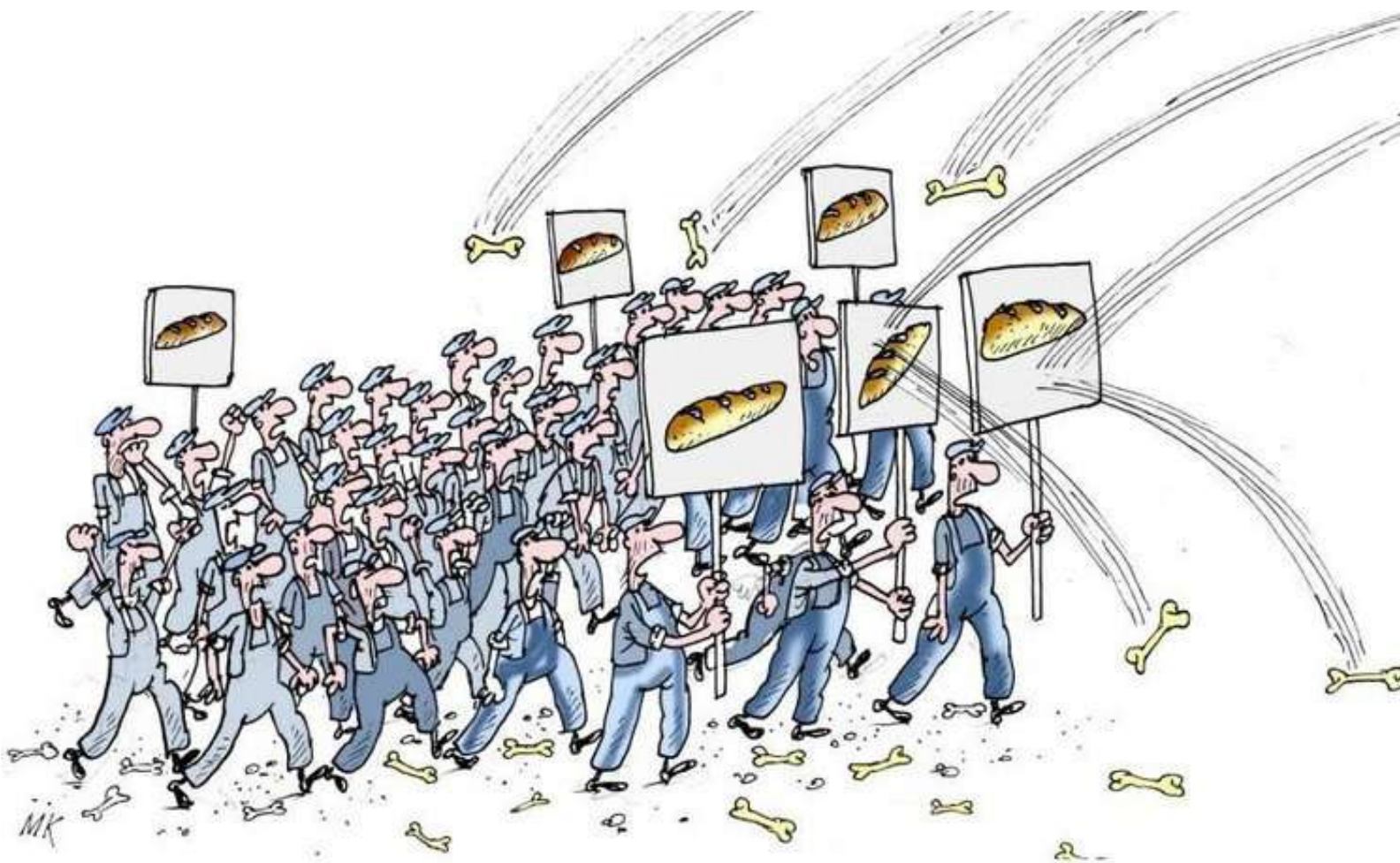
La no participación en la vida política ha provocado que los legisladores locales hayan aprobaron leyes que lesionan los derechos de la clase trabajadora, eso sí, ya están apuntándose para la ronda del 2021 y ahí es donde debe haber memoria, que no se olvide que quienes andan por las calles « regalando» cloro, gel, prometiendo agua, tapando baches y despensas a la usanza del viejo régimen, son los mismos que nos han llevado a esta situación caótica. ¿y, ante esta crisis es posible encontrar una salida?

Se debe pugnar por la Democratización del magisterio, la formación política de todos los sectores sociales conformando círculos de estudio, la inclusión de las mujeres y los jóvenes en la vida política del estado para llegar en bloque al congreso local con legisladores que tengan una clara ideología progresista para echar atrás las recientes reformas ordenadas por el gobierno de la familia Echevarría, impulsadas por Polo Domínguez y aprobadas por 28 de los 30 los diputados locales que en alianza legislaron en contra de los derechos de los trabajadores con

la Ley Burócratica, la Reforma a la ley orgánica de la universidad y la iniciativa por la privatización de los Servicios Públicos del municipio, éstos serán los grandes temas que deberán estar en la agenda del siguiente sexenio sin excusas ni pretextos, además de impulsar al campo, detener la privatización de las tierras y recuperar las playas, la explotación y las empresas que contaminan nuestras tierras como MONSANTO.

¿Cómo comenzar?

Con conciencia, sentido común, justicia social y participación política de los hombres y mujeres que luchan todos los días por lograr otro mundo posible, dar la lucha sindical que trascienda hasta los confines de la organización social y rematar en la lucha electoral, en donde se legisle que tanto funcionarios como los puestos de elección popular tengan salarios de pueblo y no desde los privilegios del poder e insisto precisamente quienes nos han sumido en este franco deterioro social ya les urge estar de nueva cuenta en la boleta electoral. Y tú ciudadano, ya los conoces. ¿De verdad los piensas volver apoyar? Porque si es así vale la pena preguntarse ¿el pueblo tiene lo que se merece? Mi Facebook es Gaby Alvarado Te invito a visitar mi página, darle like, comentar y compartir. ¡HASTA LA PRÓXIMA!





¿POR QUÉ 'DÍA DE LA RAZA'?

Hace algunos años, luego de realizar una gira de trabajo acompañando a los integrantes de un Ballet Folklórico por la Universidad de Chapingo, ya para regresar a tierras de Nervo y Escutia su director decidió hacer una "escala técnica" y visitar el centro del país, es decir, el Zócalo capitalino.

Luego de descender del autobús, que nos dejó en la Alameda Central de la capital mexicana, el grupo se dividió en muchos subgrupos; con quien un servidor iba, decidimos caminar hacia el Zócalo, donde vimos mucha algarabía, vendimia, danzantes, humo, música, etc.

Fue entonces que 'caímos en cuenta' que era 12 de octubre, "Día de la Raza", por eso había tanto folklor, colorido y diversas razas mexicanas y otras centroamericanas, conviviendo en una megafiesta, todas y todos como una gran familia.

Ahí tuvimos oportunidad de probar una pequeña parte de la gran diversidad gastronómica que nuestros ancestros nos legaron y aún podemos disfrutar, como las ricas y enormes tlayudas, un refrescante pozol, algunos insectos de Oaxaca y hasta un poquitín de varios moles de diversas regiones mexicanas.

Fue hasta ese momento en que reaccioné que la celebración o conmemoración del Día de la Raza, era mucho más que recordar el gran descubrimiento de América aquél 12 de octubre de 1492...

Aún en nuestros días actuales, hay una gran polémica que rodea la celebración o no del 12 de octubre por los procesos utilizados por los países europeos (principalmente España, Inglaterra y Portugal) al descubrir y conquistar esta parte del mundo.

Aún recuerdo esas tareas obligadas en primaria y secundaria, durante la primera quincena de octubre: investigar sobre el Descubrimiento de América o el Día de la Raza. Para las generaciones nacidas antes de que el internet se convirtiera en una de las principales fuentes de información, la opción más práctica era acudir a la papelería y solicitar la monografía del 12 de octubre, acompañado de la biografía de Cristóbal Colón, y luego copiar a mano todo el texto y pegar las estampitas en hojas blancas con la ilusión de ver nuestro trabajo en el periódico mural de la escuela.

En las monografías se concentraba gran parte de la tarea solicitada: en la parte posterior contenía información

sobre quién fue Cristóbal Colón, quién financió su viaje, el transporte que utilizó su expedición, su llegada a América, cómo comunicaron a los Reyes Católicos (Isabel y Fernando) de España sobre las "nuevas tierras" y como finalización de ese proceso la Conquista del continente. Al frente, había varias ilustraciones que ejemplificaban lo ya mencionado y el número de imágenes variaba.

Las biografías eran un pequeño retrato del personaje en forma vertical y en la parte posterior venía su historia sintetizada.

Tanto las monografías como las biografías, protagonizaban historias cuya moraleja era la cautela: primero realizar el resumen de la información y después pegar la imagen, nunca al revés para que no se tuviera que ir corriendo a la papelería de nuevo.

Acerca del nombre de "Día de la Raza", se ha popularizado la versión que dice que fue una iniciativa de José Vasconcelos, aludiendo a lo que él llamaba "la Raza Iberoamericana", una raza diversa, producto de la mezcla de varias culturas prehispánicas con, en el caso de México, la española. Varios países de América Latina han optado por hacer del 12 de octubre una fecha en la que celebren la diversidad de culturas dentro de sus naciones.

Aunque no existe una fecha oficial en la que se haya declarado que el 12 de octubre dejaría de ser considerado festivo, las celebraciones por el "Descubrimiento de América" cayeron en desuso poco a poco, dando paso a la celebración de la diversidad cultural que existe en el continente -también conocido como "Día de la Hispanidad"-.

El 12 de octubre fue considerado como día festivo por siglos, tanto así que Maximiliano de Habsburgo contempló un monumento a Cristóbal Colón desde la planeación del Paseo de la Reforma en la Ciudad de México.

Para los países europeos llegar a América significó la expansión de su cultura, de su religión y también una época de enriquecimiento, gracias a los recursos naturales con los que contaba el nuevo continente, los ahora países de América del Norte, Centroamérica y Sudamérica. En la actualidad, el 12 de octubre continúa siendo el día de la Fiesta Nacional de España.

La glorieta en honor al navegante fue inaugurada durante el gobierno de Sebastián Lerdo de Tejada y el Congreso de la Unión decretó el 24 de septiembre de 1892 "que este día fuera declarado fiesta nacional".

Sin embargo, durante la Revolución Mexicana se intensificaron los cuestionamientos sobre la "festividad" del 12 de octubre, por las implicaciones sociales que la conquista de América había dejado en el país.

Bajo iniciativa de Venustiano Carranza, a partir de 1917 se le denominó "Día de la Raza" y doce años más tarde, el antiguo mandatario Emilio Portes Gil oficializó este festejo cívico y el Congreso aprobó el 10 de octubre de 1929 que el 12 de octubre fuera fiesta nacional, denominada Día de la Raza y Aniversario del Descubrimiento de América.

Diversos diarios mexicanos han descrito a través de sus publicaciones que varios países realizaban actividades en conmemoración de la llegada a América como en México, España, Alemania, Italia e Inglaterra; por ejemplo el 13 de octubre de 1928 en nuestro país se llevó a cabo, en la sala del teatro Arbed, una velada organizada por la Universidad Nacional de México y sociedades científicas y españolas que residían en la capital mexicana, en las que se hablaba sobre diversos tópicos científicos o culturales.

Asimismo, se comunicaba que en Sevilla, España, se estaba llevando a cabo la "Exposición Iberoamericana" y la "Fiesta de la Raza", mientras que banderas de América ondeaban en el edificio del Ayuntamiento, las autoridades y los cónsules americanos depositaron coronas en el monumento de Colón. Los marinos italianos del barco Stella di Italia, también depositaron ofrendas florales. En el edificio de la Plaza España, recinto de la exposición, se celebró una fiesta literaria, asistiendo las autoridades y cónsules americanos. Señoritas representaron a las Repúblicas americanas. Se leyó una poesía y el Canto a la Raza que fue premiado, del poeta Manuel Góngora.

Este año las cosas han cambiado mucho en materia de eventos donde deban participar las personas. El grave problema de salud que aqueja al país y gran parte del mundo entero aún, ha obligado a cambiar las formas de convivencia.

La conmemoración del Día de la Raza, seguramente no será la excepción.

-----> **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

Que es lo que sigue....

Esodispensarenqueestamosacercándonos a noviembre y con ello, las elecciones en nuestro país vecino, las revelaciones del diario the new york times sobre los impuestos de Trump, justo lo publicaron un día antes del primer debate de Trump vs Joe Biden pero también es muy probable que este escándalo no llegue a más, pues Trump seguirá negándolo, porque eso ha

venido haciendo desde su campaña en el 2016, diciendo que no puede comprobarlo porque sus impuestos están bajo auditoría ante el servicio interno de recaudación.

Pero lo interesante de todo, sería pensar en el 5 % de los votantes que son los que aún no han definido o están dudando, puede ser que muchos de sus simpatizantes vean en estas nuevas revelaciones que hizo el diario NYT más evidencias de lo que puede hacer Trump y pudieran pensar del error en el que están.... Y aunque sepamos que ese 5 % es minoría, estando en elecciones sí que es un gran peso.

Todo esto, aunada la noticia de que hace unos días confirman que Trump tiene covid-19, la pandemia sigue estando presente en estados unidos, que por cierto fueron tres aspectos los que trataron en ese debate: la pandemia, la suprema corte, y los impuestos de trump, tema que lógicamente el demócrata Joe Biden se iba a concentrar, entonces viendo toda la ausencia de transparencia de Trump,,,,, y cuando escribí ausencia de transparencia vino a mi mente nuestro ex presidente mexicano y la escasa relación que tenía con Peña, de hecho Trump subestimaba a

Peña, mucho muy diferente a la que tiene hoy con AMLO,

Regresando a tema de las elecciones, hay algo que llamo aún más mi atención y es que el diario Whashington pots que es el más importante en todo Estados Unidos y es uno de los diarios más confiables y leídos en todo el mundo , se declara demócrata y partidario de Joe Biden electo por los demócratas y en la publicación dice; " Joe Biden está excepcionalmente bien calificado, por su carácter y experiencia para enfrentar los desalentadores retos que confrontará la nación para los próximos cuatro años, él restarurará el honor, la decencia y la competitividad del gobierno, en contraste con el narcicismo de Trump, Biden es profundamente empático, Trump brinda cinismo, Biden la fé religiosa pero también los valores y el potencial de los estadounidenses",

Ahora bien, analizando toda la situación por la que ha venido viviendo trump, y de lo que sabemos es capaz de transformar lo que piensa en realidad, la incognita sería si fue una estrategia magica de Trump al darse a conocer la noticia de que tiene el virus....

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 Traumatologo **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

<i>costo anual</i>	<i>costo anual</i>
MEMBRÍA EMPRESARIAL	MEMBRÍA INDIVIDUAL
\$900.00	\$500.00

¡Págala en 6 QUINCENAS!




ORGULLOSAMENTE
 Unidad Nacional para la Defensa de la Justicia Social
 MAYO 1940
FESTEM
S.U.T.S.E.M.
NAYARIT

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.

188.- TEMA

CENTRAL:

“LA ORACIÓN CATÓLICA”

PARTE 7.- JESÚS,

MAESTRO DE ORACIÓN

“Jesús, es nuestro único modelo guía y maestro

En Jesús, he encontrado la vida abundante. Mi experiencia de sed me hizo llegar a la fuente de agua viva. Y hoy, no sólo me siento saciado, sino que de lo más profundo de mi ser siento que Jesús ha hecho brotar ríos de agua viva. Jesús, se ha hecho parte de mi vida y, aunque tengo la certeza de que cada vez será más en mí, que hoy puedo

llamarlo camino, verdad y vida.

EN LOS EVANGELIO:

- 1.- Jesús reza
- 2.- Expresa en la oración su vida interior
- 3.- Ilumina por la oración el sentido de su misión
- 4.- Nos enseña a orar

Jesús reza, son curiosos los momentos en que nos lo presentan orando:

- Después de su Bautismo Lc 3, 21
- Al comienzo de su misión Lc 4,1
- En días de intensa actividad Lc 5,15
- Antes de la elección de los doce Lc 6, 12
- En la transfiguración Lc 9, 28-29
- Antes de enseñar el Padre Nuestro Lc 11, 1
- En Getsemaní Lc 22, 32-41
- En la Cruz Lc 23. 34-46

Nos enseña a orar para cada momento de nuestra vida, al empezar el día, al comienzo de nuestra jornada de trabajo, cuando estamos intensos de trabajo, cuando vamos hacer una decisión importante, cuando empieza mi cambio de vida, antes de enseñar a otros, cuando estamos en crisis familiar, y cuando estamos enfermos.

Jesús expresa en la oración su vida interior

- Acción de gracias por su misión Lc 10, 21-22
- La angustia de morir por hacer la voluntad del Padre Lc 22.42
- Por la amistad y testamento espiritual, despedida a sus íntimos Jn 17, 1-26

Jesús ilumina con la oración el sentido de su misión. Su oración orientada hacia el Padre no se vuelve sobre sí mismo, no es individualista. Se apoya en su misión y se abre a los otros. Precisamente los otros son la razón de ser de su oración Lc 4 15-22

JESÚS ENSEÑA A ORAR, por ejemplo el Padre Nuestro es la respuesta explícita de Jesús al deseo de aprender a rezar que los apóstoles le manifiestan.

Jesús insiste en las **ACTITUDES**, más que en los preceptos, y nos dice que la oración debe ser:

- **SOBRIA:** Mt 6,7 Nuestro Padre sabe lo que necesitamos, no son necesarias muchas



palabras.

- **DISCRETA E ÍNTIMA:** Mt 6,5 La oración se hace en la intimidad.
- **ATENTA Y RECOGIDA:** Mt 6,6 Entra en tu habitación, ahí en lo secreto está presente.
- **VIGILANTE:** Jn 11, 28 El maestro está aquí y te llama. Una atención positiva.
- **HUMILDE:** Lc 18, 9-14 La conciencia de nuestros límites y pecado, vacía en nosotros todo título de orgullo
- **COHERENTE:** Lc. 10,25 Es una consecuencia necesaria. Descubrir los criterios y sentimientos de Jesús. El buen samaritano.
- **SOLIDARIDAD:** Mt 25,40 Todo lo que hagamos por el más pequeño, lo hacemos por él.

QUITEMONOS DE TODO PESO:

“Dejemos, pues, toda carga inútil, en especial, las amarguras del pecado, para correr con perseverancia en la prueba que nos espera, levantemos la mirada hacia Jesús, el que motiva nuestra fe y la lleva a la perfección.... Piensen en Jesús que sufrió tantas contradicciones, de parte de la gente mala, y no se cansarán ni desalentarán.” Hb 12, 1-3

LA INVITACIÓN A REZAR EL SANTO ROSARIO DIARIO

Decía San Pío de Pietrelcina: **“Con el Santo Rosario se ganan batallas”** Claro, estamos hablando de batallas espirituales que trascienden tantas veces sus efectos a los grandes retos de este mundo. Nunca pensemos que es vana nuestra oración en el Rosario, porque en la eternidad de Dios, Él siempre la toma para hacerla fructificar.

- **En nuestros días pidamos por los adolescentes para que los medios de comunicación no influyan en la salud física, emocional, mental y espiritual.**
- **Recemos por protección de bebida, drogas y pornografía.**
- **Que No practiquen la superstición y ocultismo (culto a la santa muerte y Halloween)**

IGLESIA EN EL MUNDO

Laico: Víctor Alegría.

SUTSEM en Gráficas

- Desde el paradisíaco Centro Recreativo Barranquitas, propiedad del SUTSEM, se transmitió el reconocido "Noticiero de Radiorama En Punto" en el que se entrevistó a la Sra. Águeda Galicia con los temas relacionados con la problemática de adeudos a los trabajadores Estatales y Municipales.



Reunión con los dirigentes de las secciones foráneas para informar sobre los últimos acontecimientos relacionados con la problemática que se padece.



La Sección XIX del SUTSEM de Bahía de Banderas, tomaron por unas horas las instalaciones del Ayuntamiento hasta que fueron atendidos sus demandas y autorizados sus justos reclamos.



SUTSEM Orgullosamente



El bello balneario de los SUTSEMistas recibe el mantenimiento adecuado en espera de su reapertura.



ORGULLOSAMENTE
SUTSEM
ORGULLOSAMENTE



El Magisterio Estatal también manifestó su inconformidad con una protesta pacífica pero enérgica frente al Palacio de Gobierno Estatal por incumplimiento del pago de sus prestaciones.



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

A los trabajadores de Obras Públicas municipales se les cargo el trabajo De reparación de alcantarillas después de muchos años de que el Ayuntamiento no atendió ese problema.



Administradores del Fondo Mutualista cumpliendo en tiempo y forma con los pagos a los familiares de los socios que fallecieron a causa de la contingencia, el virus, el estrés, los problemas económicos y el miedo son la causa de muchos decesos.



• En la Sección del SUTSEM de Ruíz, Nayarit se llevó a cabo una asamblea informativa.



ORGULLOSAMENTE
SUTSEM Orgullosamente

La Sección de Huajicori realizó junto con la representación del Comité Ejecutivo una muy interesante reunión informativa en donde quedó de manifestar la unidad y la disciplina.



Todos los SUTSEMistas de la Sección de Rosamorada portan su playera de protesta todos los viernes.



ORGULLOSAMENTE
SUTSEM
ORGULLOSAMENTE

El color verde de la playera del SUTSEM se ve en todas las áreas del Ayuntamiento de Ixtlán. La protesta pacífica se sigue viendo en todo Nayarit cada viernes.



ORGULLOSAMENTE
SUTSEM
ORGULLOSAMENTE



ORGULLOSAMENTE

Momento Político:

Brígido Ramírez Guillén

Una multitudinaria manifestación concentrada en el zócalo de la Ciudad de México de gentes manejadas por acérrimos enemigos del Presidente de la República, Andrés Manuel López Obrador, ha traído consigo una discusión por las partes en pugna sobre el número real de su asistencia, pues mientras unos aseguran que sumaron más de cien mil ,otros afirman con supuestas pruebas bien documentadas que no alcanzaron ni la mitad de lo afirmado, contradiciendo a la vez a los organizadores que negaban el uso de los sobados métodos para lograr esas reuniones consistentes en el acarreo y la compra de conciencia, con dinero en efectivo o entrega de enseres, despensas y tortas. ¿Y por qué tanta insistencia de los cien mil o más de los concentrados? Es que en días pasados el político Tabasqueño había prometido renunciar como Jefe del Poder Ejecutivo Federal si esos opositores a su gobierno reunía los cien mil. La parte oficial y sus seguidores aportaron sus argumentos para echar abajo esas cifras de la concentración, consistentes principalmente que los espacios cubiertos no dan con el monto asegurado y que el tiempo que tuvieron los notarios públicos para levantar sus actas de asistencia no dan con la realidad, con que se demuestran las falsedades de los ocultos conductores y organizadores del evento, por supuesto ricos que pueden encubrir actos de corrupción para realizar con su dinero esas

manifestaciones. Por otra parte, se acercan los comicios electorales del 2021 en que se elegirán quince gobernadores de los estados y se renovarán ayuntamientos, diputaciones locales y federales que cubrirán la Cámara Baja. Lo que ocurre en la Ciudad de México con esa concentración en el zócalo sin llenar, nos da una idea de lo que vendrá en todo el proceso del año entrante, que aunque vigilado por el Instituto Nacional Electoral van a sobresalir las denuncias por violaciones a las leyes que marcan la conducta de los dirigentes de los partidos políticos, los aspirantes y candidatos a los cargos de elección popular. No a las campañas anticipadas, ni el uso de los dineros públicos, así como la restricción de los apoyos económicos privados y que sean sujetos a los presupuestos que marca el propio INE. Los acarreo a la hora de las votaciones y la compra de votos, tendrán que ser vigilados por las propias autoridades electorales. Por estos tiempos aparecen las encuestas en que se citan a partidos y a posibles candidatos en las preferencias de los presuntos electores. Pero no hay que olvidar que las encuestas, cuestan y a veces son manejadas por las empresas encuestadoras a favor del que paga más y quedan situadas en la poca credibilidad. Esperemos a lo que vendrá, desde la renuncia o solicitud de licencias de los que aspiran a candidatos. López Obrador ya fijó las reglas sobre ese tema. Los funcionarios federales y sobre todo gente de su gabinete, que buscan una gubernatura, legislatura, presidentes municipales o cualquiera otra posición política tendrán que renunciar y no pedir licencia, en este mes de octubre. En Nayarit los aspirantes a candidatos se tendrán que sujetar a lo que marque el INE, con el apoyo de sus partidos políticos.

Hasta la próxima

Brígido Ramírez Guillén decano del periodismo



UAN EN CRISIS

Por Verónica Ramírez

Se avecina otro colapso financiero en la Universidad Autónoma de Nayarit (UAN), su rector, Ignacio Peña anuncia que sólo tiene dinero para cubrir la primera quincena del mes de octubre

El culpable de la incertidumbre financiera para el pago de sueldo de los universitarios es el gobierno de Antonio Echevarría que adeuda más de 250 millones de pesos al Alma Máter que podría solventar el déficit final es de 300 millones de pesos.

Desde el 2014, la UAN vive una crisis económica permanente, vive de milagro en espera de que el Gobierno Federal, salga en su rescate, lo cual era un compromiso pactado que se inyectaría recursos entre el estado y la federación.

Los universitarios estaban "confiados" porque el pasado mes de diciembre se sentaron en la mesa pero no contaban con el incumplimiento del gobierno, lo que daría al traste con los avances que se tenían.

"Como gobierno del estado no nos ha otorgado los 250 millones que se comprometió a darnos en el convenio que se firmó en diciembre del 2019, eso complicó el panorama y hace que tengamos dinero únicamente para la primera quincena de octubre.

Ignacio Peña, reiteró que si el Estado hubiese pagado esos 250 millones de pesos, se podría cubrir todas las quincenas hasta la segunda del mes de diciembre y sólo quedaría el déficit de las prestaciones decembrinas.

Pero para el pago de aguinaldo y demás prestaciones de fin de año de los trabajadores administrativos y docentes, hay pláticas con el Gobierno Federal para evitar que suceda un diciembre negro como en otros años.

"Son los 300 millones del déficit que teníamos en el ejercicio detectado en el presupuesto del 2020, más los 250 millones que necesitamos que nos otorgue el gobierno del estado".

Y es que el Estado llora que no tiene dinero y que están buscando el financiamiento porque tienen una crisis financiera y están buscando pero el problema es que en la UAN ya no puede esperar porque "ya está con la soga al cuello", recalzó el rector.

Hasta el momento, se desconoce si los docentes y personal administrativo estén preparándose para una huelga porque si no les paga el estado, no habrá para cubrir las próximas quincenas, tal y como se pronostica que sucederá con las dependencias del estado, burócratas, magisterios, sector salud y policías.

DESDE EL 8 DE OCTUBRE LAS ESTACIONES DE GASOLINA DE MÉXICO DEBERÁN CONTAR CON DISPENSARIOS NUEVOS O ACTUALIZADOS.

Por: Jona Ortiz R. / FRECONAY

Debido a que la Profeco ha detectado “rastrillos” en diversas gasolineras en todo el país, el gobierno de México a través de la Secretaría de Economía informó que el 8 de octubre entro en vigor la modificación de la Norma Oficial Mexicana (NOM-005-SCFI-2017), con el fin de evitar que los consumidores y empresas sean víctimas de robo por parte de algunas estaciones de servicio de despacho de gasolina y diésel. En un comunicado, la dependencia que dirige Graciela Márquez Colín señaló que las estaciones de gasolina de México ahora deberán contar con dispensarios nuevos o actualizados, mismos que cumplan con las características y especificaciones establecidas en dicha norma para el beneficio de los usuarios.

“Esta NOM contempla instrumentos y sistemas de medición y despacho de combustibles, características de confiabilidad y pistas de auditoría o bitácoras de eventos, que evitarán que los consumidores y las empresas sean víctimas de robo por parte de algunas

estaciones de servicio”.

La NOM-005 brindará mayor certeza sobre el volumen de combustible despachado al ofrecer litros de a litro, y la correspondencia con el volumen pagado sobre precios correctos al usuario final.

“La instalación de estos nuevos dispensarios o su actualización, facilitará la tarea de verificación de la Procuraduría Federal del Consumidor (Profeco), que tendrá mejores herramientas para identificar los casos en los que alguna estación de servicio incurra en prácticas en perjuicio de los consumidores”, resaltó la Secretaría de Economía.

La dependencia federal ha señalado en su comunicado que la Norma Oficial Mexicana también permitirá detectar áreas vinculadas al robo de combustibles, “con lo que coadyuvará con otras autoridades a cerrar vías a grupos delincuenciales relacionados con la venta de combustible robado”. “La SE considera indispensable que se conozca la protección otorgada por las Normas

Oficiales Mexicanas, de tal manera que los consumidores y las empresas exijan su cumplimiento. Asimismo concibe que al garantizar la aplicación cabal de las Normas, se fortalece el estado de derecho”, argumentó.

Explicó que la Profeco contará con instrumentos que le permitirán obtener evidencia que sustente las denuncias penales, ya que en cumplimiento de la NOM-005 los dispositivos deberán registrar ciertas características que serían:

- Ajustes o alteraciones al sistema de medición o despacho de gasolina (entrega de volumen).
- Cambios de precio.
- Registro de accesos al sistema electrónico, particularmente la apertura de puertas.
- El acceso al modo de programación.
- Cambios de fecha y hora del sistema.
- Actualización de los programas de cómputo incluyendo las versiones a la que se actualizó.



COCHINERO DE BACHEO

Por Verónica Ramírez

Los chapulines políticos que “bachean” las calles de Tepic para levantar su deteriorada imagen ante el electorado, usan material de mala calidad para cubrir los pozos en las deterioradas calles de Tepic.

La mayoría de los diputados “querendones” que buscan ingenuamente dejar su curul para ser alcaldes o gobernadores, dirigentes de partidos que buscan ser diputados plurinominales, regidores que anhelan un espacio en el Congreso, entre otros “aprontones”, se desgarran las vestiduras para tomarse una foto tapando baches, y luego se van y

dejan a uno o dos monos haciendo la chamba pero con materiales de pésima calidad

La denuncia parte del Secretario General del Sindicato de Choferes de Taxis, Transporte Urbano y Similares de la CTM, Gregorio Haro Amaya ya que es precisamente este sector, quienes se dan cuenta que los trabajos los hacen con “las patas”.



Además, andan por la libre echando palazos a lo loco, sin saber la técnica para tapan los pozos y únicamente en las arterias principales, donde la gente los vea pero en el resto de la ciudad, la situación es peor.

Y es que después de tres años de no hacer nada, hoy que se acerca el proceso electoral del 2021, ahora si les preocupan las calles destruidas, los baches profundos de hasta 40 centímetros en donde los camiones urbanos, aún cuando están más altos que cualquier otro vehículo, pega la

carrocería, se amuela la suspensión, las rótulas, las llantas tronadas, y les deja los rines chuecos.

Los transportistas ven con desaprobación que estos políticos se anden promoviendo para lograr candidaturas a gobernador, alcalde, diputados y regidores, brincar a otro cargo público para seguir mamando del erario público mediante un problema tan grave que es el pésimo estado de las calles.

“Nada más es para la foto para promoverse, lo toman como un trampolín para estar nuevamente en un cargo de elección popular”, lamentó Haro Amaya.

Pero además, estos ingenuos políticos le quieren ver la cara al pueblo porque sólo acuden a las colonias donde les genere votos a tomarse la foto, y medio tapan un hoyo con asfalto que parece de desecho y se van.

“Lo hacen superficialmente, y al ratito ya dos, tres carros que pasan ya se soltó la pasta esa que le echaron porque también es de muy baja calidad, es como si yo le echo escombros a un bache y luego ya no tiene nada”.

Hay mucha molestia en la sociedad porque durante los últimos tres años no han resuelto los problemas del pueblo y hoy mágicamente intentan engañar con sus trabajos.

#HaciendoEquipo

SALIMOS
DEL BACHE



“CHIVAS SIGUE SIN LEVANTAR”

• **Aun y con la inversión millonaria del Guadalajara en sus refuerzos, el equipo sigue sin funcionar.**

Por: Alder Valderrama

El Guadalajara sigue sin funcionar y sin mostrar juego de conjunto, desde la presidencia hasta la dirección deportiva no han podido consolidar un equipo funcional en las chivas, aun con una inversión económica fuerte para reforzar el equipo y bajo la conducción del técnico Víctor Manuel Vucetich, el conjunto de las chivas sólo ha conseguido críticas y un estado de emergencia.

Con una temporada de muchos altibajos, con poca efectividad en ataque, el cuadro rojiblanco ha venido apagando el entusiasmo que en un principio tuvieron sus aficionados. La directiva del Guadalajara no ha podido encontrar un estilo de juego para el equipo y varios de los refuerzos parece que no se encuentran en su mejor momento deportivo.

Durante una entrevista concedida para una empresa televisora deportiva, el exfutbolista de las Chivas Rayadas de Guadalajara Joel Sánchez, criticó duramente el estilo futbolístico que está mostrando la escuadra Rojiblanca al mando de Víctor Manuel Vucetich, El ‘Tiburón’ Sánchez desea que las Chivas tengan un estilo de juego más espectacular, como lo eran ya hace tiempo, ya que también considera que actualmente el Guadalajara ha dejado de ser protagonista en la Liga MX.

Por otra parte el entrenador de las Chivas de Guadalajara, Víctor Manuel Vucetich, reconoce que su equipo ha cometido “errores graves” que le han costado triunfos pero que es parte del fútbol y buscara en seguir

corrigiendo.

Esperemos y un equipo con tanta historia como el Guadalajara se levante de esta mala racha y encuentre el estilo de juego alegre que los hizo estar en los primeros planos en muchos torneos y que toda su afición desea volver a ver.

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



PINTURAS
CALIDAD
INSUPERABLE

LOBER

PASE CON SU VALE SUTSEM

**CONTAMOS CON
NUEVA SUCURSAL**

AV. INSURGENTES 1167-B
FRACC. LAS AVES TEPIC, NAY.

311-129-45-08

311-141-90-18

COMENTARIOS DEPORTIVOS

Por Arturo Ruíz (EL CREMAS)

La selección mexicana de fútbol bajo el mando de Gerardo Martino, viajó al viejo continente para enfrentar a su similar de Holanda. El último antecedente de estas dos selecciones fue hace aproximadamente seis años con una extraordinaria actuación de Carlos Vela para que la escuadra mexicana obtuviera el triunfo tres goles por dos.

Existe otra referencia de estas dos escuadras pero en esta ocasión en el mundial de fútbol de Brasil 2014 con aquella jugada polémica del penal cometido por Rafael Márquez sobre Arjen Robben que le costó la eliminación a la escuadra azteca.

De aquel entonces, la mayoría de los jugadores mexicanos no aparecen en la lista de Gerardo Martino para este compromiso del 7 de octubre, algunos por lesión, otros por baja de juego o simplemente por decisión del técnico actual.

Los que tampoco estarán este miércoles en la cancha holandesa son Guillermo

Ochoa (por lesión), Paul Aguilar, quien a sus 34 años tiene molestias en los tobillos pero ha sido titular en algunos encuentros del América, así como Diego Reyes que desde que llegó de Europa a Tigres ha quedado a deber. De aquel plantel que estuvo en la Arena Ámsterdam en 2014, pero no estarán esta vez se encuentra Miguel



HOLANDA
— VS —
MÉXICO



Herrera Equihua, suplente en Pachuca; Adrián Aldrete, titular en Cruz Azul pero que no fue llamado por el Tata; Oswaldo Alanís, que emigró a la MLS con el San José Earthquakes, pero sin que su equipo pase por buen momento, además de José Juan Vázquez que se mantiene en Chivas y recién se lució ante Mazatlán. Hugo Rodríguez que fue cambio al 88' en ese duelo, pasaba por buen momento con Pachuca, pero al llegar a Tigres perdió protagonismo; Miguel Ponce que llegó al Mundial por la lesión de Juan Carlos Medina estuvo en la cancha al 87', ahora en el presente torneo perdió la titularidad en los últimos duelos; mientras que Giovani dos Santos, un cambio utilizado al 76' esa vez en Holanda, sólo lleva tres goles desde hace año y medio que llegó al América.

Octubre, mes de la sensibilización del cáncer de mama

Por: Estrella Ortiz

Octubre es el periodo en que se celebra a nivel mundial, el "Mes de Sensibilización del Cáncer de Mama" con el objetivo de crear conciencia sobre esta enfermedad y que sea prevenida y detectada para poder ser curada a tiempo; inicialmente a partir de 1990 se celebraba solamente el día 9 de octubre, a raíz de un movimiento que inició en Texas en 1983 con una carrera para recabar fondos para el cáncer de mamá, y poco a poco fue tomando mayor relevancia en toda la población mundial, asevera el cirujano oncólogo Abraham Trujillo Ortiz.

El cirujano explica que existen factores de riesgo que son prevenibles y modificables y factores hereditarios; "dentro de los que sí podemos modificar están los relacionados al estilo de



vida, si una mujer tuvo hijos o no tuvo hijos, las mujeres que dieron lactancia tienen este factor protector y lo recomendable es evitar el tabaquismo, el alcoholismo, la obesidad y el sedentarismo el no realizar actividad física, en última instancia se ha visto como el cáncer de mama ha ido incrementando porque nos hemos ido occidentalizando"; También explica que existen algunos factores de riesgo como los hereditarios, si alguien en la familia tuvo algún tipo de cáncer es recomendable estar más alertas pues existe un pequeño porcentaje hereditario de la célula cancerígena.

El doctor Abraham Trujillo recomienda la auto exploración en la mujer durante 7 días después de su periodo menstrual, realizarse anualmente o cada dos años la mastografía partir de los cuarenta años y antes de esa edad un ultrasonido de mama para detectar cualquier síntoma o anomalía.

De acuerdo al cirujano, la importancia de estas

campañas de sensibilización cuando el cáncer de mama se detecta en una etapa inicial hay grandes posibilidades de una curación exitosa.

"Invitarlos a que hagan mayor conciencia, el cáncer de mama es el cáncer con mayor mortalidad y con mayor índice de casos, con casos de 1.7 millones de cáncer mundial cada año y con 500 mil muertes al año a nivel mundial por eso la importancia de poder detectar casos más tempranos y poder ofrecerles mejores tratamientos y poder ofrecerles cirugías menos agresivas para que puedan tener mejor calidad de vida y mejor pronóstico los invito a que se exploren y si tienen alguna duda acudir a algún médico capacitado para que pueda orientarlos en esta lucha que tenemos contra el cáncer" finalizó el doctor Abraham Trujillo Ortiz, a quien podemos contactar en el teléfono para consultas y dudas particulares: 311.103.1557.

