



**SECRETARÍA DE FORMACIÓN
SINDICAL Y COMUNICACIÓN**

CONSEJO EDITORIAL

**FRANCISCO JOSÉ ALBARRÁN
VILLANUEVA
SECRETARIO GENERAL**

**BIBIANA ESTHER LÓPEZ LÓPEZ
SECRETARIA DE FORMACIÓN SINDICAL
Y COMUNICACIÓN**

**ANA KAREN ESTRADA GONZÁLEZ
COMISIÓN DE COMUNICACIÓN**

**MARIA DEL CONSUELO ORTIZ
GARCÍA
COMISIÓN DE LA MUJER**

**DANIEL SÁNCHEZ OLIVER
COMISIÓN DE PRENSA**

Gaceta Agosto

**“POR UNA CULTURA LABORAL
PROGRESISTA”**

www.sinitinbal.com.mx
sfsc.sinitinbal@gmail.com

*Av. Juárez No. 101 piso 12, Col. Centro Del.
Cuauhtémoc C.P. 06040, CDMX.
tel: 10004622 ext. 1467*

CDMX AÑO 2, No.9 2019

ÍNDICE

CURSO DE VERANO

SECCIONES FIJAS

SALUD

VENTANA AL INBAL

EDUCACIÓN SINDICAL

REFLEXIÓN

REFLEXIÓN

ABUELO

Ser abuelo es una de las experiencias más maravillosas que la vida puede regalar a una persona. Jugar con un niño a quien se reconoce como propio, porque forma parte de nuestra descendencia, es algo que lleva mucho de aventura y agrega un sabor “especial” al diario vivir. Un nieto hace renacer en los abuelos el espíritu del niño que llevan dentro, pero que no habían recordado desde hacía mucho tiempo. Al despertar ese espíritu, los hace ver lo maravilloso de una mariposa o el color cambiante de una burbuja de jabón.

A través de los ojos de un niño que lleva la sangre de los hijos y la propia, se ven cosas olvidadas de la infancia, que jamás se creyó que permanecían en la memoria. De pronto se sabe de nuevo cachar una pelota, brincar o simplemente hacer “voces” para representar a los personajes de un cuento.

La maravilla con que los niños descubren las cosas nuevas hace comprender a los adultos, que se han pasado por alto muchos dones que se tienen alrededor y que, por descuido, no se han apreciado lo suficiente.

Los abuelos son casi siempre muy hábiles para encontrar dulces en cualquier lado: sobre las ramas de un árbol, debajo de un cuadro o de la manga de la camisa del nieto.

En casa de los abuelos, los nietos son los que mandan, allí se puede comer chocolates antes que la sopa, aunque mamá se moleste, y si no se quiere ir a la cama temprano, se puede prolongar el día un poco más.



Alimentación del adulto sano

Esta etapa es el período más largo de la vida, en términos generales podría decirse que abarca un poco más de cuatro décadas, de los 18-20 a los 60-65 años, que a su vez pudieran dividirse en dos épocas diferentes: adultez temprana (hasta los 40 años) y adultez media (a partir de los 40). La alimentación del adulto debe cumplir con las mismas características generales que la de individuos de otras edades: ser completa, equilibrada, suficiente, inocua, adecuada y variada.

Recomendaciones generales

- ✓ Cualquier cambio espontáneo, constante o repentino en el peso, debe ser considerado y buscar su causa.
- ✓ Consumir todos los días una gran variedad de alimentos.
- ✓ Combinar en cada comida los tres grupos de alimentos.
- ✓ Incluir en la alimentación diaria abundantes frutas, verduras, cereales y leguminosas.
- ✓ Consumir la cantidad de alimentos necesaria para mantener u obtener el peso saludable, tanto el exceso como la falta de peso favorecen el desarrollo de problemas de salud.
- ✓ Moderar el consumo de alimentos de origen animal como carne roja, yema de huevo y leche entera.
- ✓ Para cocinar preferir los aceites vegetales como el cártamo, maíz, girasol o de canola.
- ✓ Beber por lo menos dos litros de líquido al día.
- ✓ Moderar el hábito del tabaquismo y el consumo de alcohol.

Ana Berta Pérez de Gallo, L. M. (2018). Dietas Normales y Terapéuticas. México: La Prensa Médica.

EDUCACIÓN SINDICAL

C098 - Convenio sobre el derecho de sindicación y de negociación colectiva, 1949 (núm. 98)

Preámbulo

La Conferencia General de la Organización Internacional del Trabajo: Convocada en Ginebra por el Consejo de Administración de la Oficina Internacional del Trabajo, y congregada en dicha ciudad el 8 junio 1949 en su trigésima segunda reunión; Después de haber decidido adoptar diversas proposiciones relativas a la aplicación de los principios del derecho de sindicación y de negociación colectiva, cuestión que constituye el cuarto punto del orden del día de la reunión, y Después de haber decidido que dichas proposiciones revistan la forma de un convenio internacional, adopta, con fecha primero de julio de mil novecientos cuarenta y nueve, el siguiente Convenio, que podrá ser citado como el Convenio sobre el derecho de sindicación y de negociación colectiva, 1949:

Artículo 1

- 1. Los trabajadores deberán gozar de adecuada protección contra todo acto de discriminación tendiente a menoscabar la libertad sindical en relación con su empleo.
- 2. Dicha protección deberá ejercerse especialmente contra todo acto que tenga por objeto:
 - (a) sujetar el empleo de un trabajador a la condición de que no se afilie a un sindicato o a la de dejar de ser miembro de un sindicato;
 - (b) despedir a un trabajador o perjudicarlo en cualquier otra forma a causa de su afiliación sindical o de su participación en actividades sindicales fuera de las horas de trabajo o, con el consentimiento del empleador, durante las horas de trabajo.

Artículo 2

- 1. Las organizaciones de trabajadores y de empleadores deberán gozar de adecuada protección contra todo acto de injerencia de unas respecto de las otras, ya se realice directamente o por medio de sus agentes o miembros, en su constitución, funcionamiento o administración.
- 2. Se consideran actos de injerencia, en el sentido del presente artículo, principalmente, las medidas que tiendan a fomentar la constitución de organizaciones de trabajadores dominadas por un empleador o una organización de empleadores, o a sostener económicamente, o en otra forma, organizaciones de trabajadores, con objeto de colocar estas organizaciones bajo el control de un empleador o de una organización de empleadores.

Artículo 3

Deberán crearse organismos adecuados a las condiciones nacionales, cuando ello sea necesario, para garantizar el respeto al derecho de sindicación definido en los artículos precedentes.

Artículo 4

Deberán adoptarse medidas adecuadas a las condiciones nacionales, cuando ello sea necesario, para estimular y fomentar entre los empleadores y las organizaciones de empleadores, por una parte, y las organizaciones de trabajadores, por otra, el pleno desarrollo y uso de procedimientos de negociación voluntaria, con objeto de reglamentar, por medio de contratos colectivos, las condiciones de empleo.

Artículo 5

- 1. La legislación nacional deberá determinar el alcance de las garantías previstas en el presente Convenio en lo que se refiere a su aplicación a las fuerzas armadas y a la policía.
- 2. De acuerdo con los principios establecidos en el párrafo 8 del artículo 19 de la Constitución de la Organización Internacional del Trabajo, la ratificación de este Convenio por un Miembro no podrá considerarse que menoscaba en modo alguno las leyes, sentencias, costumbres o acuerdos ya existentes, que concedan a los miembros de las fuerzas armadas y de la policía las garantías prescritas en este Convenio.

Artículo 6

El presente Convenio no trata de la situación de los funcionarios públicos en la administración del Estado y no deberá interpretarse, en modo alguno, en menoscabo de sus derechos o de su estatuto.

Artículo 7

Las ratificaciones formales del presente Convenio serán comunicadas, para su registro, al Director General de la Oficina Internacional del Trabajo.

Artículo 8

- 1. Este Convenio obligará únicamente a aquellos Miembros de la Organización Internacional del Trabajo cuyas ratificaciones haya registrado el Director General.
- 2. Entrará en vigor doce meses después de la fecha en que las ratificaciones de dos Miembros hayan sido registradas por el Director General.
- 3. Desde dicho momento, este Convenio entrará en vigor, para cada Miembro, doce meses después de la fecha en que haya sido registrada su ratificación.

Ante la necesidad de brindar atención a personas con alguna discapacidad, es importante disponer de personal debidamente preparado con el objeto de valorar sus potencialidades. Por lo anterior, es imprescindible tomar acciones concretas a fin de que las PCD puedan integrarse en todos los ámbitos de la vida: educación, salud, recreación, empleo y cultura, entre otros. En este sentido, debemos estar preparados para conocer a profundidad los tipos y características de cada discapacidad y, de esta manera, propiciar la generación de programas encaminados a una atención eficiente y eficaz, que les permita disfrutar plenamente de los bienes y servicios culturales.

Si avanzamos de manera conjunta y con paso firme, será posible incentivar a mayores sectores de la población, permitiendo con ello la INCLUSIÓN integral de las personas con discapacidad, dentro de la sociedad.

Por la construcción de una sociedad incluyente



Laboratorio Arte Alameda

El LAA es un espacio dedicado a la exhibición, documentación, producción e investigación de las prácticas artísticas que utilizan y ponen en diálogo la relación arte-tecnología.

Una de sus características únicas es el realizar obras concebidas especialmente para el espacio, promoviendo así la creación artística nacional e internacional.

El laboratorio completa su programación con diversas actividades como son conferencias, concierto, proyecciones de video, seminarios o talleres. Cuenta con el Centro de Documentación Priamo Lozada, especializado en arte en nuevos medios.

Mediante el Departamento de Servicios Educativos el Laboratorio ofrece visitas guiadas, o para éstas consultar el Centro de Documentación.

PERTENECEMOS A LA RED DE MUSEOS

¿Qué es la Red de Museos y Espacios Culturales para la Atención de Personas con Discapacidad?

La Red de Museos y Espacios Culturales para la Atención de Personas con Discapacidad (PCD), es un proyecto en el que participan más de 20 museos para crear una cultura de inclusión de las PCD en los diversos ámbitos de la vida en sociedad y de manera simultánea fomentar los valores de respeto, convivencia y cooperación, sustentada en los principios de la Convención sobre los Derechos de la Personas con Discapacidad, auspiciada por la Organización de la Naciones Unidas en 2006, que tiene el propósito de "...promover, proteger y asegurar el goce pleno y en condiciones de igualdad de todos los derechos humanos y libertades fundamentales, por todas las personas con discapacidad, y promover el respeto de su dignidad inherente" (art. 1. Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y Protocolo Facultativo), [1] ratificada dos años después y firmada por México.



Artículo 9

- 1. Las declaraciones comunicadas al Director General de la Oficina Internacional del Trabajo, de acuerdo con el párrafo 2 del artículo 35 de la Constitución de la Organización Internacional del Trabajo, deberán indicar:
 - (a) los territorios respecto de los cuales el Miembro interesado se obliga a que las disposiciones del Convenio sean aplicadas sin modificaciones;
 - (b) los territorios respecto de los cuales se obliga a que las disposiciones del Convenio sean aplicadas con modificaciones, junto con los detalles de dichas modificaciones;
 - (c) los territorios respecto de los cuales es inaplicable el Convenio y los motivos por los cuales es inaplicable;
 - (d) los territorios respecto de los cuales reserva su decisión en espera de un examen más detenido de su situación.
- 2. Las obligaciones a que se refieren los apartados a) y b) del párrafo 1 de este artículo se considerarán parte integrante de la ratificación y producirán sus mismos efectos.
- 3. Todo Miembro podrá renunciar, total o parcialmente, por medio de una nueva declaración, a cualquier reserva formulada en su primera declaración en virtud de los apartados b), c) o d) del párrafo 1 de este artículo.
- 4. Durante los períodos en que este Convenio pueda ser denunciado de conformidad con las disposiciones del artículo 11, todo Miembro podrá comunicar al Director General una declaración por la que modifique, en cualquier otro respecto, los términos de cualquier declaración anterior y en la que indique la situación en territorios determinados.

Artículo 10

- 1. Las declaraciones comunicadas al Director General de la Oficina Internacional del Trabajo, de conformidad con los párrafos 4 y 5 del artículo 35 de la Constitución de la Organización Internacional del Trabajo, deberán indicar si las disposiciones del Convenio serán aplicadas en el territorio interesado con modificaciones o sin ellas; cuando la declaración indique que las disposiciones del Convenio serán aplicadas con modificaciones, deberá especificar en qué consisten dichas modificaciones.
- 2. El Miembro, los Miembros o la autoridad internacional interesados podrán renunciar, total o parcialmente, por medio de una declaración ulterior, al derecho a invocar una modificación indicada en cualquier otra declaración anterior.
- 3. Durante los períodos en que este Convenio puede ser denunciado de conformidad con las disposiciones del artículo 11, el Miembro, los Miembros o la autoridad internacional interesados podrán comunicar al Director General una declaración por la que modifiquen, en cualquier otro respecto, los términos de cualquier declaración anterior y en la que indiquen la situación en lo que se refiere a la aplicación del Convenio.

Artículo 11

- 1. Todo Miembro que haya ratificado este Convenio podrá denunciarlo a la expiración de un período de diez años, a partir de la fecha en que se haya puesto inicialmente en vigor, mediante un acta comunicada, para su registro, al Director General de la Oficina Internacional del Trabajo. La denuncia no surtirá efecto hasta un año después de la fecha en que se haya registrado.
- 2. Todo Miembro que haya ratificado este Convenio y que, en el plazo de un año después de la expiración del período de diez años mencionado en el párrafo precedente, no haga uso del derecho de denuncia previsto en este artículo quedará obligado durante un nuevo período de diez años, y en lo sucesivo podrá denunciar este Convenio a la expiración de cada período de diez años, en las condiciones previstas en este artículo.

Artículo 12

- 1. El Director General de la Oficina Internacional del Trabajo notificará a todos los Miembros de la Organización Internacional del Trabajo el registro de cuantas ratificaciones, declaraciones y denuncias le comuniquen los Miembros de la Organización.
- 2. Al notificar a los Miembros de la Organización el registro de la segunda ratificación que le haya sido comunicada, el Director General llamará la atención de los Miembros de la Organización sobre la fecha en que entrará en vigor el presente Convenio.

Artículo 13

El Director General de la Oficina Internacional del Trabajo comunicará al Secretario General de las Naciones Unidas, a los efectos del registro y de conformidad con el artículo 102 de la Carta de las Naciones Unidas, una información completa sobre todas las ratificaciones, declaraciones y actas de denuncia que haya registrado de acuerdo con los artículos precedentes.

Artículo 14

Cada vez que lo estime necesario, el Consejo de Administración de la Oficina Internacional del Trabajo presentará a la Conferencia General una memoria sobre la aplicación del Convenio y considerará la conveniencia de incluir en el orden del día de la Conferencia la cuestión de su revisión total o parcial.

Artículo 15

- 1. En caso de que la Conferencia adopte un nuevo convenio que implique una revisión total o parcial del presente, y a menos que el nuevo convenio contenga disposiciones en contrario:
 - (a) la ratificación, por un Miembro, del nuevo convenio revisor implicará, ipso jure, la denuncia inmediata de este Convenio, no obstante, las disposiciones contenidas en el artículo 11, siempre que el nuevo convenio revisor haya entrado en vigor;
 - (b) a partir de la fecha en que entre en vigor el nuevo convenio revisor, el presente Convenio cesará de estar abierto a la ratificación por los Miembros.
- 2. Este Convenio continuará en vigor en todo caso, en su forma y contenido actuales, para las Miembros que lo hayan ratificado y no ratifiquen el convenio revisor.

Artículo 16

Las versiones inglesa y francesa del texto de este Convenio son igualmente auténticas.

Convenio relativo a la aplicación de los principios del derecho de sindicación y de negociación colectiva (Entrada en vigor: 18 julio 1951)

El 16 de agosto del presente año se llevó a cabo la clausura del “Curso de Verano 2019” en la que hubo regalos, dulces y mucha diversión para los hijos de los trabajadores del INBAL, por supuesto que el SINITINBAL estuvo presente para esta clausura.

