

FNTSRM

SECCIÓN OAXACA

Junio 2021

INNOVAR CONSTRUIR VANGUARDIA



VECTORES OAXACA
¡ Justicia Laboral !



La revista que hoy presentamos es una publicación mensual dedicada a la divulgación sindical y diversos temas de actualidad en donde los agremiados al **FNTSRM SECCIÓN OAXACA** y colaboradores externos la utilicen como un medio de expresión sindical y divulgación en el ámbito de la Salud, que sea un reflejo del espíritu pluralista de nuestra agrupación, donde la diversidad nos enriquezca y el respeto por las diferencias permita un trabajo simultáneo de lo distinto, logrando con ello, abrir un foro de reflexión, debate y autocrítica que fomente nuevas herramientas de integración laboral, sindical, conocimiento en salud, cultura y denuncia para que los integrantes del **FNTSRM SECCIÓN OAXACA** y colaboradores cuenten con un mecanismo donde se plasmen nuevas alternativas de divulgación de trabajos en las ciencias de la Salud, así como, contar con herramientas de lucha por una justicia laboral.

Las publicaciones que se realicen en la revista es responsabilidad exclusiva de su autor, esta revista es un espacio para divulgar algunos proyectos de los agremiados del **FNTSRM sección Oaxaca** y colaboradores externos, el uso ilegal e indebido de su contenido será responsabilidad de quien lo realice

Este ejemplar se terminó de editar el 16 de Junio de 2021 en las oficinas del

FNTSRM Sección Oaxaca

Colón 1200 "C", Barrio Trinidad de las Huertas, Colonia centro Oaxaca de Juárez, Oax



**MES
JUNIO
2021**

CONTENIDO

La Solidaridad fundamentada	4
Combatiendo la Injusticia Laboral y Sindical	5
REFORMA LABORAL EN MÉXICO de 2019	8
DÍA DEL PADRE	12
La importancia de darle mantenimiento a la computadora	14
Rincón de la Lectura	18

Créditos

**REVISTA DE DIVULGACIÓN SINDICAL
EDICIÓN IX
JUNIO 2021
FNTSRM SECCIÓN OAXACA**

COLABORADORES

Nadia Martínez Esperanza
Ramón Segura Arenas
H. Ad

DISEÑO Y MAQUETACIÓN

Elias Kelvin Reyes Cruz

CORRECCIÓN DE ESTILO

Ashley de la Rosa

FOTOGRAFÍA

Integrantes del FNTSRM sección Oaxaca



fntsrn seccion oaxaca



fntsrmoaxaca@gmail.com

La Solidaridad fundamentada



Compañeras y compañeros del **Frente Nacional de Salud en la República Mexicana Sección Oaxaca**, damos la bienvenida a nuestra revista correspondiente al mes de junio 2021, celebrando en este mes el 20 de junio el día del Padre, se trata de una fecha en la que le agradecemos a nuestro Padre que nos dio la vida por el apoyo incondicional vaya pues un saludo cordial a todos los papás en especial a los trabajadores de los Servicios de Salud de Oaxaca, en esta ocasión haremos una reflexión sobre la Reforma Laboral del 1 de mayo del 2019, publicada en el D.O.F., la Reforma considera las modificaciones relativas a los derechos, transparencia y rendición de cuentas en materia sindical; a la creación de un organismo descentralizado para la conciliación laboral y el registro sindical; a derechos fundamentales de los trabajadores y perspectivas de género; y a los derechos de trabajadores del hogar y del sector agrícola; congregando estos rubros en dos grandes pilares: **Libertad Sindical y Justicia Laboral**.

1.- Libertad Sindical

- Reconoce principios laborales internacionales, como el derecho de pertenecer o no a un sindicato
- Otorga el derecho a los trabajadores de organizarse en diferentes tipos de sindicatos (gremiales, nacionales, por empresas, entre otros)
- Prohíbe cualquier interferencia patronal que atente contra el derecho de los trabajadores a decidir quien debe representarlos
- Fortalece mecanismos de democracia, transparencia y rendición de cuentas de los sindicatos.

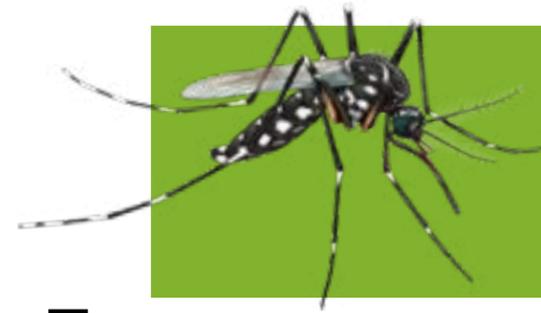
2.- Justicia Laboral

- Desaparecen las Juntas de Conciliación y Arbitraje para ser sustituidas por tribunales laborales, como órganos dependientes del Poder Judicial tanto en el ámbito federal como local
- Establece la etapa de conciliación, la cual no podrá exceder de 45 días y la Creación del Centro Federal de Conciliación y Registro Laboral (CFCyRL) y Registro de los Contratos Colectivos de Trabajo (CCT). Esto

con la finalidad de que cada uno de nuestros afiliados estén preparados con el conocimiento de nosotros cuenta con los conocimientos y herramientas para la aplicabilidad de la Ley Federal del Trabajo vigente y aplicable de acuerdo a la trazabilidad anunciada en los Estados de la República Mexicana.

¡Justicia Laboral! ¡Organizados somos Fuertes!

**MSP Ramón Segura Arenas
Secretario General del FNTSRM
Sección Oaxaca**



Combatiendo la Injusticia Laboral y Sindical

El **FNTSRM SECCIÓN OAXACA** ratifica nuevamente la lucha sindical por la **JUSTICIA LABORAL**. Es fácil olvidar hoy día cuán radical era la idea de defender los derechos laborales y sindicales de los Trabajadores que conforman un gremio sindical en los Servicios de Salud de Oaxaca; sobre todo de anteponer los intereses de grupo y personales para evitar perder "privilegios" por ser parte de un Comité, delegado, o representante sindical.

Desde el **FNTSRM SECCIÓN OAXACA** enviamos la señal de lucha frontal contra las Injusticias laborales que han permeado por más de 20 años en el colectivo sindical y que coloca las cadenas al espíritu combativo que caracteriza a la base trabajadora.

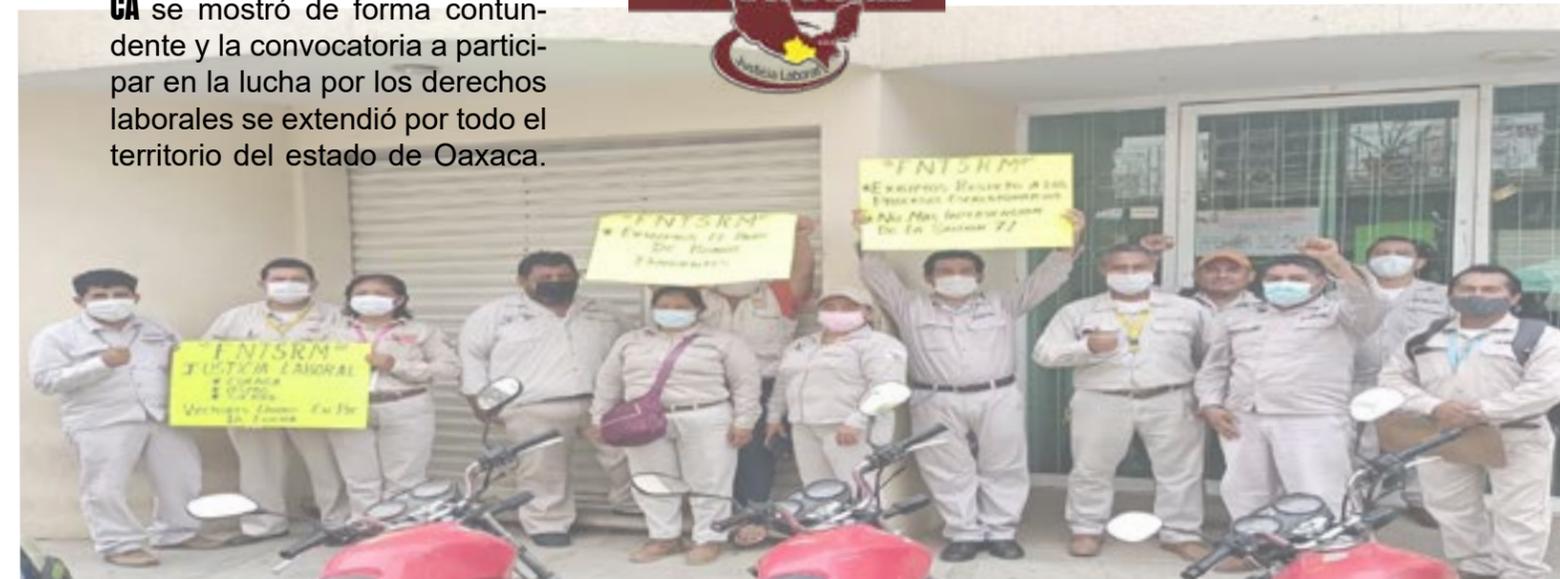
Hoy la solidaridad, la fraternidad, la unidad, el compromiso y la lealtad hacia los principios que rigen al **FNTSRM SECCIÓN OAXACA** se mostró de forma contundente y la convocatoria a participar en la lucha por los derechos laborales se extendió por todo el territorio del estado de Oaxaca.

El inicio de esta lucha consolidó la fuerza que siempre ha caracterizado a ese ejército de hombres y mujeres que por más de 50 años tienen tatuado en la piel el compromiso que se tiene con la población oaxaqueña. Nos referimos al personal de vectores afiliado al **FNTSRM SECCIÓN OAXACA**.

A pesar de que la autoridad busca continuar con las viejas prácticas de manipulación para que la reforma laboral no se aplique en la dependencia de los Servicios de Salud de Oaxaca y fundamente sus argumentos totalmente en desapego jurídico a las nuevas leyes laborales y sindicales nacionales e Internacionales.

Los afiliados al **FNTSRM SECCIÓN OAXACA** ante las máximas autoridades que rigen los destinos de tan noble institución (S.S.O) ratificaron contundentemente que ya no desean participar en la corrupción que carcome y destruye toda dignidad laboral y sindical.

Hoy los afiliados al **FNTSRM SECCIÓN OAXACA** han decidido en total libertad que los movimientos escalafonarios, administrativos y los que surjan por la relación laboral que se tiene con la dependencia, sea el Comité Ejecutivo Seccional del **FNTSRM SECCIÓN OAXACA** que los represente; lo anterior apegados a los lineamientos vigentes establecidos por la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, Ley Federal del Trabajo, decretos y modificaciones laborales y sindicales, así como, a los Tratados Internacionales vigentes.



ALQUILERES

“SAN PABLO”

RENTA DE:

- *SILLAS
- *MESAS
- *MANTELES
- *COMPLEMENTARIOS
PARA FIESTAS...



☎ 951 181 39 40 - 951 129 79 20
SANTA CRUZ AMILPAS, OAXACA.

Donde existe Calidad *** No existe Competencia ***

Full Tech Repair

- Reparación de Computadoras -

- * Revisión y Diagnostico
- * Respaldo de Información
- * Mantenimiento Preventivo y Correctivo - Laptop - Pc.
- * Formateo e Instalación de Sistema y Programas
- * Redes en Computadoras.

Excelente Servicio
Diseño Gráfico

951 243 23 00 | eclipse_2111@live.com.mx | C.P. 68276



Ortho
Trauma

Todo para la
Rehabilitación



COLON 422 Esquina Xicotencatl
CENTRO Oaxaca de Juárez

Tel. 51 4 30 50

- Zapato Ortopédico
- Zapato para Diabético
- Plantillas a la Medida
- Plantilla Geriatrica, Diabético
- Medias o Calcetines para las Várices
- Muleta, Andadera, Bastones
- Sillas de Rueda
- Faja Dorsolumbar y Corrector de Postura
- Compresa de Gel o Semillas frio-calor
- Talonera para Espolón
- Sillas Ducha, Cómodo
- Ferula para Juanete
- Alineador de Dedos, Protector de Callos

COLON 422 Esquina Xicotencatl
CENTRO Oaxaca de Juárez

Tel. 51 4 30 50

REFORMA LABORAL EN MÉXICO de 2019

Antecedentes de la Reforma Laboral.

Los antecedentes de la Reforma Laboral inician desde finales de los años ochenta. En esa época se discute una reforma a la LFT que es de 1970. En aquél entonces las alternativas estaban planteadas por los beneficiarios de una ley que ayudaba a cumplir los acuerdos corporativos del gobierno y algunos sindicatos.

Dejando fuera a los partidos que no representaban al gobierno y algunos sindicatos independientes. Sin embargo dentro de esta amplia perspectiva, había otra generada por las demandas de dos sindicatos al partido del gobierno. De manera que pedían que la ley fueramásflexibleporqueconsideraban que era demasiado rígida.

Para incorporar y aprovechar los cambios económicos de los años ochenta. En 1995, después de una larga negociación entre dos de los principales sindicatos, decidieron no hacer una Reforma Laboral en México. Después el partido azul presentó

una iniciativa que pretendía un equilibrio entre la actualización de la Ley Federal del Trabajo. Esto permitiría eliminar los mecanismos de control corporativo del partido del gobierno y los dos principales sindicatos sobre el mundo laboral. Entre otras cosas se hablaba de sustituir las Juntas de Conciliación y Arbitraje por jueces laborales. Además de permitir la libertad sindical quitando la cláusula de exclusión, garantizar el voto secreto, libre y directo dentro de los sindicatos. El tema vuelve a tomar relevancia con la iniciativa que en su momento presentó el expresidente Felipe Calderón. En el que se pretendía obligar a los sindicatos a rendir cuentas sobre sus cuotas a los afiliados y garantizar el voto secreto.

La Reforma Laboral y el T-MEC

La Reforma laboral fue uno de los cambios más relevantes que tuvo realizar el gobierno mexicano para avanzar en las negociaciones del Tratado comercial entre México, Estados Unidos y Canadá (T-MEC) Las reformas propuestas a la Ley Federal del Trabajo ponen al gobierno mexicano en una

encrucijada, reconocen autoridades y líderes empresariales.

Existía la presión de Estados Unidos con no firmar el Tratado de Libre Comercio si México no hace modificaciones en materia salarial y sindical.

En el Foro Económico Mundial, el mercado laboral ha sido catalogado como el segundo gran problema de México, sólo por debajo de la inseguridad. Nuestro país se posicionó en el lugar 100 de 140 en el pilar de Mercado Laboral. En este pilar se evalúan temas vinculados al esquema de despidos laborales, cooperación entre trabajador y patrón, derechos de los trabajadores, facilidad para contratar extranjeros, movilidad laboral, participación femenina, entre otros.



Cambios de la Reforma laboral

Las disposiciones laborales del T-MEC fueron negociados para su aprobación final, ya que era evidente que cada país implementara cambios en su legislación para cumplir con el mismo, y fue así que México modificó su Ley Federal del Trabajo (2019) e ideó la creación de nuevos lineamientos, contemplando lo siguiente:

Protocolo antidiscriminación.

Al adoptar políticas para prevenir el riesgo psicosocial de acuerdo con la Norma Oficial "NOM-035-STPS -2018", misma que entro en vigor en octubre de 2019, y la cual, se debe tener en cuenta los patrones, ya que se encuentra en plena aplicación, y con ella, se evitaría los casos de **discriminación por razones de género, así como atención de casos de violencia, acoso u hostigamiento sexual.**

Nuevo sistema de justicia laboral.

El establecimiento de un sistema de justicia laboral, efectivo, transparente, e independiente mediante: **•La creación del Centro Federal de Conciliación y Registro Laboral,** que tiene por objeto sustanciar

el procedimiento de conciliación que deberán agotar los trabajadores y patrones, en asuntos individuales y colectivos. **•Sustitución de las Juntas de Conciliación y Arbitraje por Centros de Conciliación y Tribunales Laborales,** lo cual, es la transferencia de funciones al Poder Judicial. **•La implementación de un procedimiento de Conciliación.** **•La implementación de un nuevo proceso laboral.**

Democracia y transparencia sindical.

La democracia sindical, que no es, más que la votación, libre, secreta de los líderes sindicales, por parte de los trabajadores, hacerlos partícipes de este derecho vulnerado anteriormente. La transparencia sindical, que consistirá en la cancelación de registros si sus representantes incurren en omisiones, contar con constancias de representatividad cuando se registra un nuevo sindicato ante el **Centro Federal de Conciliación y Registro Laboral.**

Protección a los trabajadores del hogar.

Al carecer de derechos contemplados en la legislación mexicana, se recono

ce la figura para que pueda acceder a derechos como vacaciones, seguridad social, entre otros.

Sin lugar a dudas, la Reforma laboral tienen consecuencias importantes para la dinámica laboral de todo el país. Es importante estar asesorado y cumplir con todas las nuevas normativas, ya que aplican a todos los centros de trabajo. Se trata de una reforma ambiciosa que necesita México y que, sin duda, además de mejorar las condiciones laborales y de productividad, cumplirá con los compromisos asumidos en el marco del T-MEC y la OIT.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

<https://www.cofide.mx/blog/reforma-laboral-en-mexico-5-aspectos-relevantes>.

<https://revistas.juridicas.unam.mx/index.php/hechos-y-derechos/article/view/11699/13535>.

<https://imco.org.mx/una-reforma-laboral-ambiciosa-cumplirle-mexico/>

<https://reformalaboral.stps.gob.mx>

<https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/5/2458/41.pdf>

[https://loftonsc.com/blog/juridico/juridico-laboral/reforma-laboral-y-t-mec/#:~:text=La%20importancia%20de%20la%20Reforma%20Laboral%20para%20la%20aprobaci%C3%B3n%20del%20T-MEC,-julio%2022%2C%202020&text=La%20Reforma%20laboral%20lue%20uno,Canad%C3%A1%20\(T-MEC\)%20](https://loftonsc.com/blog/juridico/juridico-laboral/reforma-laboral-y-t-mec/#:~:text=La%20importancia%20de%20la%20Reforma%20Laboral%20para%20la%20aprobaci%C3%B3n%20del%20T-MEC,-julio%2022%2C%202020&text=La%20Reforma%20laboral%20lue%20uno,Canad%C3%A1%20(T-MEC)%20)



THERAKINESIS

Fisioterapia y Rehabilitación



VALORACIÓN Y REHABILITACIÓN FUNCIONAL



FISIOTERAPIA DEPORTIVA Y TRAUMATOLÓGICA



REHABILITACIÓN NEUROLÓGICA



LESIONES MUSCULARES Y ARTICULARES



REHABILITACIÓN EN EL ADULTO MAYOR



TherakinesisFR



therakinesisfr



1a. Privada de Sabinos, #103 Col. Olimpica



Citas: 9511915828/ 9511095682

U.A.B.J.O. I.E.S.O. COMEHOAX A.C. LIGA MEDICORUM HOMOEOPATHICA INTERNATIONALIS

Ced. Profesional 5131011 Ced. Especialidad 9062424

HOMEOPATÍA ORTODOXA

Dr. Edwin Carrasco Guzmán
Médico Homeópata



Lunes a viernes de 10 a 17 hrs. Sábados y domingos previa cita



Marquesado 102 A, San Francisco, 68030 Oaxaca de Juárez, Oax.
dredwinhomeopata@gmail.com Citas: 951 237 4901

Donde existe Calidad... No existe Competencia...

Full Tech Repair

- Cámaras de Seguridad -



Protege tu Hogar o Negocio...

- * Venta e Instalación de Cámaras de Seguridad interior y exterior, con visión nocturna y nitidez.
- * Resistentes al agua, instalación DVR, Cableado.
- * Mantenimiento
- * Soporte Técnico



951 243 23 00



eclipse_2111@live.com.mx C.P. 68276

Excelente Servicio Calidad

DÍA DEL PADRE



A un padre se le necesita, quiere y respeta durante la infancia, pero es de adulto cuando en verdad se le entiende y comprende. Gracias por todo papá.

El día del padre es importante para la población mexicana, ya que para muchos es el momento ideal para festejar la paternidad y homenajear a aquella persona que ha tenido una gran influencia en el desarrollo personal de sus hijos.

El origen de la celebración se remonta a principios del siglo XX. Entonces, Sonora Smart Dodd, la hija de un veterano de guerra estadounidense, quiso homenajear a su padre. Él se había quedado viudo y había tenido que cuidar solo de sus seis hijos, a los que crio con amor, esfuerzo y dedicación en la ciudad de Washington.

Sería hasta el año 1924, cuando el trigésimo presidente de Estados Unidos, Calvin Coolidge, declarara el Día del Padre como una celebración nacional. En 1966 el político Lyndon Johnson firmó una proclamación presidencial e hizo oficial que cada tercer domingo de junio se festejaría a los padres.

Desde ese momento la voz se corrió por América Latina, Europa, Asia y África. Existe la teoría de que este día tiene que ver también con la celebración a San José, pero esta se cruza en muchos países con el festejo del día del hombre por lo que en muchos lugares del mundo el día del padre no se celebra la misma fecha.

En México, adoptamos la fecha estadounidense en 1972, así que lo festejamos el tercer domingo de junio, que este año cae el día 20.

Aunque el tercer domingo de junio es la fecha más reconocida y compartida mundialmente, hay países que lo conmemoran en otro momento del año.

FESTEJO DEL DÍA DEL PADRE EN EL MUNDO.

23 de febrero: Rusia

19 de marzo: España, Portugal, Italia, Andorra, Bolivia, Honduras, Mozambique, Marruecos, Croacia, Liechtenstien y Ticino (Suiza).

8 de mayo: Corea del Sur.

13 de mayo: Rumanía.

20 de mayo: Tonga.

3 de junio: Suiza (excepto Ticino) y Lituania.

5 de junio: Dinamarca.

10 de junio: Austria y Bélgica.

Tercer domingo de junio: México, Estados Unidos, Guatemala, Argentina, Chile, Colombia, Costa Rica, Cuba, Ecuador, El Salvador, Panamá, Paraguay, Perú, Puerto Rico, Venezuela, Afganistán, Albania, Antigua y Barbuda, Aruba, Bahamas, Baréin, Bangladesh, Barbados, Belice, Bermuda, Birmania, Brunéi, Canadá, Camboya, China, Curaçao, Chipre, República Checa, Dominica, Eslovaquia, Etiopía, Filipinas, Francia, Ghana, Grecia, Guyana, Hong Kong, Hungría, Irlanda, India, Jamaica, Japón, Kenia, Kosovo, Kuwait, Laos, Macao, Madagascar, Malasia, Malta, Namibia, Nigeria, Omán, Países Bajos, Pakistán, Catar, Reino Unido, Santa Lucía,

San Vicente y Las Granadinas, Singapur, Sudáfrica, Sri Lanka, Surinam, Trinidad y Tobago, Túnez, Turquía, Vietnam, Zambia y Zimbabue.

21 de junio: Líbano, Egipto, Jordania, Palestina, Siria y Uganda.

23 de junio: Nicaragua y Polonia.

24 de junio: Haití.

15 de julio: Uruguay.

29 de julio: República Dominicana

8 de agosto: Taiwán.

12 de agosto: Brasil y Samoa

2 de septiembre: Australia, Fiyi, Nueva Zelanda y Papúa Nueva Guinea.

9 de septiembre: Letonia.

16 de septiembre: Ucrania.

7 de octubre: Luxemburgo

11 de noviembre: Estonia, Finlandia, Indonesia, Islandia, Noruega y Suecia

12 de noviembre: Indonesia.

5 de diciembre: Tailandia.

26 de diciembre: Bulgaria.



La importancia de darle **mantenimiento** a tu computadora



Foto tomada de <https://blog.tinkerlink.com/la-importancia-del-mantenimiento-de-tu-computadora/>

Una computadora debe cuidarse y mantenerse para prevenir problemas. En una computadora hay dos cosas que deben cuidarse: **el hardware** (la parte física) y el **software** (los programas y la información que contiene).

Se entiende por mantenimiento de la computadora al conjunto de acciones que deben realizarse periódicamente para mantener al computador en óptimo estado de funcionamiento.

La falta de mantenimiento puede afectar a los equipos, ya que puede haber primeramente desde afectaciones directas al antes mencionado, hasta los más peligrosos, que es la pérdida de información.

Mantenimiento del hardware

En general, para un buen funcionamiento del equipo se requiere ciertas condiciones ambientales que deben ser controladas. Así, la computadora nunca puede estar expuesta al agua ni a una humedad excesiva. Hay que cuidarlo de las temperaturas altas y de la incidencia en ella de la luz del sol de forma directa.

Por su parte, los cuidados con el equipo en sí se limitan a mantenerlo libre de polvo y suciedades, tanto externa como internamente, y a evitar en lo máximo posible los golpes.

Mantenimiento del software

Además de estas recomendaciones para mantener limpio el hardware de tu computadora, en lo que se refiere al software tendrás que tener mucho cuidado

cuando descargues o instales algún archivo o programa, ya que pueden entrar muchos virus en tu ordenador. Para este fin, es bueno que tengas instalado un potente antivirus.

Por su parte, las actualizaciones del sistema operativo, tanto automáticas como manuales, son también muy importantes. Protegen al equipo de múltiples amenazas. Es por ello que es tan necesario permitir que se ejecuten las actualizaciones automáticas como acceder regularmente a los desarrolladores del software para verificar la existencia de actualizaciones y nuevas versiones a disposición de los usuarios.

TIPOS DE MANTENIMIENTO

Mantenimiento Preventivo

Se basa en planificación de tareas y actividades como limpieza, mediante revisiones periódicas, haciendo las reparaciones mínimas, con el objetivo de asegurar la continuidad operacional de dichos equipos, optimizando su funcionamiento y dándole una vida útil al mismo, con esto se evitan fallas tempranas, tanto en hardware y software, se minimizan impactos y costos mayores.

Mantenimiento Correctivo

Son las reparaciones que se llevan a cabo en dichos equipos de cómputo debido a una falla y una falta de mantenimiento preventivo, esto se realiza mediante un reporte de dicho equipo para posteriormente hacer dicha reparación que puede ser

desde sustitución de algún componente de hardware, hasta el reemplazo de software, todo esto en base a un diagnóstico del mismo.

¿Cómo nos damos cuenta que nuestro equipo necesita mantenimiento?

Visiblemente nos podemos dar cuenta por muchas razones:

- Aparecen errores en nuestro equipo, cuadros de mensaje.
- Nuestro equipo se hace lento.
- Se sobrecalienta sin explicación alguna.
- Ventilaciones de aire en dicho equipo están obstruidas.
- Hay otras razones, como cuando existen virus, pero para esto, solo algunos son perceptibles y algu-

nos no, pero por lo regular en el "escritorio" o pantalla principal de la computadora podemos observar cuando se cambian a accesos directos de nuestros archivos, o cambian de posición nuestras carpetas de información. Como bien se hace mención hay infinidad de motivos que nos permiten darnos cuenta.

Recuerda siempre es importante cuidar nuestra inversión económica realizada en la compra de una computadora de escritorio o portátil.

Lo importante es quizás manejar fechas aproximadas para dichas revisiones, las cuales van de 6 meses a 1 año aproximadamente para los servicios de mantenimiento y reparación de dichos equipos de cómputo.

INSTALACIÓN PROGRAMAS



TRAUMATÓLOGO

¿Dolor de hombros, cuello o espalda?

- DOLOR DE ESPALDA, LUMBALGÍA Y CONTRACTURA.
- DOLOR DE ARTICULACIONES Y CIÁTICA.
- FRACTURAS Y LUXACIONES.
- TORCEDURA DE TOBILLO.
- PIE PLANO Y PIE CAVO.
- PIE DIABÉTICO Y REUMÁTICO.
- FACITIS PLANTAR, ESPOLÓN CALCÁNEO, DOLOR DE TALÓN.
- JUANETES Y DEDOS EN GARRA.



“DOÑA JUANA”

VISITANOS:

AV. INDEPENDENCIA 1492
CENTRO
VALLE NACIONAL, OAX.



CALIDAD Y SABOR
GARANTIZADOS

DÍAS DOMINGO
A PARTIR DE
LAS 10:00 A.M.



283 121 1841

**POLLOS ASADOS
Y COCHINITA A LA CUBANA**

ORTOPEDIA OAXACA

Contamos con:

- TRAUMATÓLOGO - ORTOPEDIA.
- TERAPIA FÍSICA Y TERAPIA OCUPACIONAL.
- SERVICIO DE ORTESISTA Y PROTESISTA.
(ELABORACIÓN DE PLANTILLAS.)

- MANEJO AVANZADO DE HERIDAS.
- ULCERAS DE TALÓN.
- DEHISCENCIA DE HERIDA.
- ULCERA POR PRESIÓN.
- VISCO SUPLEMENTACIÓN.
(COLOCACIÓN DE LIQUIDO ARTICULAR EN LA RODILLA).
- OSTEOPOROSIS
- FRACTURAS POR FRAGILIDAD ÓSEA.
- ULTRASONIDO TERAPÉUTICO.
- ELECTRO ESTIMULACIÓN.
- LÁSER TERAPÉUTICO.

FIALLO 500-B. OAXACA DE JUÁREZ, OAX.

CONSULTA PREVIA CITA:

951 192 3204 951 68 87 614

PRODUCTOS ALTAMIRANO



951 134 6809

Asientos orgánicos

Elaborados de :

semilla de girasol
semilla de calabaza
Ajonjolí
Cacahuete
Mixto



Gourmet Altamira

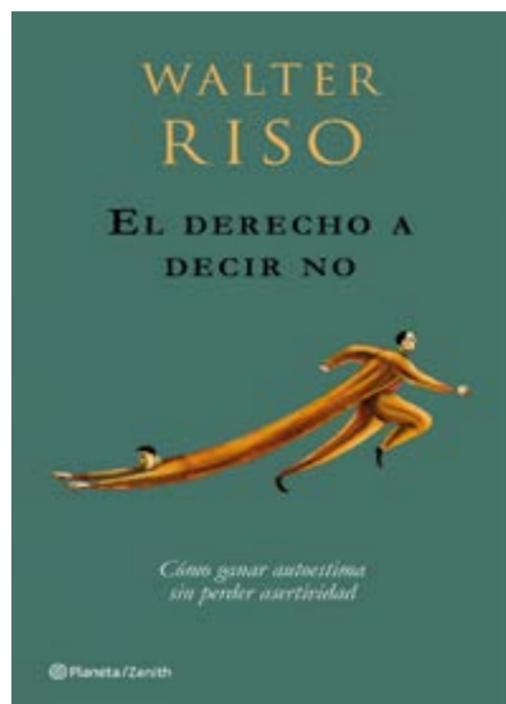
Salsas:

Macha de Chapulines

Macha de Semillas Mixtas

Chile Chipotle





¿Por qué tememos negarnos a ciertas peticiones? ¿Por qué nos sometemos ante los deseos de los demás? ¿Pensamos, acaso, que nuestra autoestima es menos importante que satisfacer a los otros? El derecho a decir no analiza el concepto de la asertividad, sus beneficios, sus límites y las razones por las que, en general, tenemos miedo a decir no, como la culpa anticipada y el temor a herir a los demás. De la mano de la psicología y con un lenguaje sencillo pero a la vez profundo, el autor nos lleva a comprender por qué en ocasiones, aun teniendo la opción de no hacerlo, doblegamos nuestro espíritu a las exigencias del entorno.

Te invitamos a que nos compartas tu experiencia con los libros y nos envíes al correo fntrmoaxaca@gmail.com las recomendaciones literarias .

**RINCÓN DE
LECTURA**



¡VIGILA TU HOGAR, NEGOCIO U OFICINA!

**SISTEMAS DE ALARMA WIFI/3G
CERCAS ELECTRICAS
CAMARAS DE VIDEOVIGILANCIA
CCTV
VIDEOPORTEROS IP
CONTROL DE ACCESO
MONITOREO DE ALARMAS
ENLACES INALAMBRICOS
MANTENIMIENTO**

PARA MAS INFORMACIÓN

951-141-31-29

951-413-75-68

HOTEL CANINO EN MOVIMIENTO



**TU MEJOR OPCION PARA
EL CUIDADO DE TU MEJOR AMIGO**

NUESTROS SERVICIOS

PENSION | ALIMENTACION 
PASEOS | BAÑOS | ESTETICA 

CONTACTANOS

INDEPENDENCIA No.33

O A LOS TELEFONOS

52 12228 | 951 186 1096

951 1461 109



fntsrn seccion oaxaca



**[fntsrmoaxaca.wixsite.com/
seccion-oaxaca](http://fntsrmoaxaca.wixsite.com/seccion-oaxaca)**



fntsrmoaxaca@gmail.com

