

## WWW

Desde hace algunas semanas podemos ofrecer información a través de la [intranet](http://intranet) (debería haber sido mucho antes); no obstante a través de la página web de la sección sindical podéis acceder a información complementaria (convenios, textos legales...), y también podéis dejar vuestras opiniones e inquietudes en el foro, desde ahora intentaremos que este sea un mecanismo más fluido y rápido de comunicación con todos vosotros.

Podéis acceder a dicha página pulsando en el vínculo situado en el pie de página de este documento.

[www.ugt.es/fes/ssebe](http://www.ugt.es/fes/ssebe)

## CONVENIO 2006

Tras la publicación en el BOE el pasado día 2 del convenio colectivo, este mes de septiembre el banco ha abonado los atrasos correspondientes y la paga de productividad acordada en él. El importe de dicha paga es de 390.324 euros, lo que equivale a que cada empleado ha percibido 150,47 euros.\*

\* Aquellos empleados que no hayan cobrado la paga de productividad, y crean tener derecho a ella, pueden ponerse en contacto con nosotros para intentar su resolución

## CHAPUZA

Aún siendo loable el esfuerzo y la inversión realizada el último año en las Residencias de empleados, no podemos dejar pasar por alto la colocación de los focos en la pista de frontón de Roda de Bará. Su instalación en la parte superior de la pared lateral, canaletas de cableado incluido, resulta cuando menos antiestético y un obstáculo para la normalidad del juego. ¿Nos imaginamos qué ocurriría si alguien colocara un foco en medio de una portería de fútbol...?

## COMITE DE EMPRESA DE MADRID

Falta un mes y medio para las próximas elecciones sindicales, y tras casi cuatro años desde su constitución, el Comité de Madrid "no sabe no contesta"; es decir, tan solo se ha reunido una vez (el día de su constitución). Después, nada de nada en 4 años.

Debe ser que  estaba tan ocupado en cerrar otros acuerdos, que el presidente del CCTM no tenía tiempo para convocar al Comité, para tratar de solucionar los problemas que han surgido en las oficinas centrales.

Ahora, tras su incorporación al Comité Nacional de empresa, como presidente, manteniendo los dos cargos, parece querer implantar una nueva doctrina, el decidir las cosas por que sí, sin posibilidad de consenso entre todos los sindicatos. Menos mal que le queda un mes y medio, si no, ¿Qué sería del Comité Nacional de Empresa con un personaje así?.

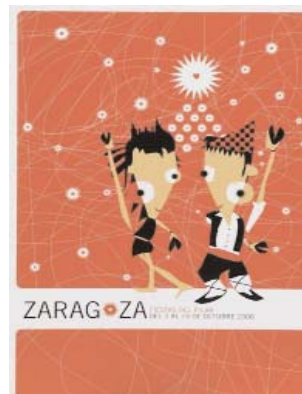
Con fecha 22-sep-06, la Inspección de Trabajo le hace una **advertencia seria** al departamento de Administración e Inmuebles del Banco de España:

- 1) sobre la **necesidad legal** de tener en consideración las propuestas del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales
- 2) no debe hacer caso omiso de la evaluación de riesgos existente.

## PROMOCIONES VERTICALES Y FIESTAS

Como ya sabéis, el próximo día 22 de Septiembre finalizó el plazo para presentar las solicitudes de promoción vertical de las plazas acumuladas de los años 2003-2004, según se acordó en la firma del convenio colectivo del año 2006, para el que se acumulan las promociones atrasadas, pero no se garantiza que dichas plazas se cubran, mucho nos tememos que se seguirán perdiendo plazas, como en las convocatorias anteriores (ver ariete digital nº 8).

Desde aquí queremos invitar a los responsables del Área de Formación a las próximas fiestas del Pilar, que tendrán lugar del 7 al 15 de Octubre, quizás de esta forma no convoquen los exámenes en esas fechas (como ya hicieron la última vez). ¿Se atreverían a convocar los exámenes durante las fiestas de San Isidro? ¿Será quizás, que el trato es diferente dependiendo que seamos empleados de Madrid o sucursales?



## SÍNDROME POSTVACACIONAL

En realidad es un concepto amplio que describe una incapacidad de adaptación al trabajo tras la finalización de las vacaciones. Esta inadaptación conlleva una serie de síntomas en forma de desequilibrios físico-psíquicos (reacciones), que suelen remitir a los pocos días, según expresan estudios de los expertos. Afecta aproximadamente al 35% de los trabajadores.

Estamos ante un conjunto de síntomas que reflejan un estado de ánimo como reacción de rechazo al trabajo tras un período más o menos prolongado de vacaciones: depresión, irritabilidad, astenia, tristeza, apatía, ansiedad, insomnio, dolores musculares, tensión, náuseas, extrasístoles (palpitaciones), taquicardias, sensación de ahogo y problemas de estómago, entre otros.

Los principales mecanismos de producción de este síndrome son el desajuste horario, seguido del cambio en el ritmo diario y en los ciclos, cambio de las comidas y sobre todo, en nuestra actividad social relacional. Si a eso le añadimos el regreso a un entorno de demandas y exigencias y a un ritmo que nos hace cambiar bruscamente nuestros hábitos de las últimas semanas, tenemos muchas posibilidades de ser víctimas del síndrome postvacacional.

Una solución puede ser que una vez que el fin de las vacaciones está próxi-

mo, no dejar todo para última hora, sino regresar al hogar tres o cuatro días antes e ir adaptando nuestro ritmo al habitual.

Ya en nuestro puesto de trabajo, comenzar de manera gradual, siendo conscientes de que nuestro rendimiento irá creciendo en un par de días. Nos debemos integrar en la actividad profesional cuanto antes y si podemos, nos apoyaremos con una buena dosis de comunicación con nuestros colegas.



La coincidencia de que el primer día sea lunes puede agravar esta situación. Nuestro consejo es hacer la vuelta en un día diferente de la semana, así reduciremos el impacto psicológico de vuelta al trabajo.

Retomar la vuelta al trabajo con actitud positiva, con visión de reencuentro con la normalidad y nuestra tarea, será nuestra meta los primeros días sin tratar de alargar este proceso inútilmente.

No pensar que nos quedan 11 meses para volver a descansar. Este planteamiento nos lleva directamente al síndrome postvacacional.

Para comenzar de manera gradual, aquí os dejamos un sudoku, para relajarnos y estrujar un poco la materia gris.

	6			8	3		
3	5	8		7			
					7		
7		2		5			
	4					8	
			4		6		1
		4					
				3		1	5
	9		6			7	

Como decía Voltaire con respecto al trabajo: *Es una forma de ganarse la vida, es el antídoto del ocio, origen de todos los vicios; y sobre todo, nos proporciona la oportunidad de ser útiles a la sociedad a la que pertenecemos.*

## Solución al Jeroglífico Ariete nº 7



¿Donde va Carauna?

