

20 DE NOVIEMBRE
DÍA UNIVERSAL DE LA INFANCIA

Identidad

Educación

Protección

SALUD Familia

Juego

Igualdad Participación

TODOS LOS DERECHOS
PARA TODOS LOS NIÑOS Y NIÑAS



? PARA REFLEXIONAR

Todos los niños y niñas **tienen derechos**

Cada **20 de noviembre** celebramos en todo el mundo el **Día Universal de la Infancia**. La Convención de las Naciones Unidas firmó el reconocimiento de los principios fundamentales para garantizar el bienestar y el desarrollo de los niños, niñas y adolescentes, hoy adoptada prácticamente por todos los países. Desde OSMITA queremos recordarlos, ¿vos los conoces?

Un gran derecho, conlleva una gran responsabilidad

El objetivo de este día, informa UNICEF, es recordar a toda la ciudadanía que los niños son el colectivo más vulnerable y, por tanto, el que sufre más las crisis y los problemas del mundo.

La convención aplica a todas las personas menores de 18 años de edad, y se basa en cuatro principios básicos por los que se rigen todos los derechos: **La no discriminación**, todos los niños y niñas tienen los mismos derechos; **El interés superior es el niño**, ante cualquier tipo de decisión que se deba tomar, debe considerarse cómo afecta a los niños; **Derecho a la vida, al desarrollo y supervivencia**, contemplando aquí todas las condiciones para una vida digna y con condiciones básicas garantizadas; y **La participación**, todo niño tiene derecho a ser consultado sobre las situaciones que lo afecten.

Cada derecho es de igual importancia. Las familias, las comunidades y los gobiernos son los que deben ocuparse y comprometerse para hacerlos cumplir.

La Convención Internacional sobre los derechos de los niños y niñas, consta de 54 artículos. A continuación detallamos sus ejes principales:

- **Derecho a la igualdad**, sin distinción étnica, religión o nacionalidad.
- **Derecho a una protección** especial para que puedan crecer física, mental y socialmente sanos y libres.
- **Derecho a tener un nombre** y una nacionalidad.
- **Derecho a una alimentación**, vivienda y atención médica adecuadas.
- **Derecho a educación** y atenciones especiales para los niños física o mentalmente disminuidos.
- **Derecho a comprensión y amor** por parte de las familias y de la sociedad.
- **Derecho a una educación gratuita**.

- **Derecho a divertirse y jugar**.
- **Derecho a atención** y ayuda preferentes en caso de peligro.
- **Derecho a ser protegido** contra el abandono y la explotación en el trabajo.
- **Derecho a recibir una educación que fomente la solidaridad**, la amistad y la justicia entre todo el mundo.

¡Por niños más felices y cuidados! ¡Entre todos podemos lograr un mundo mejor!



Campaña nacional de vacunación:

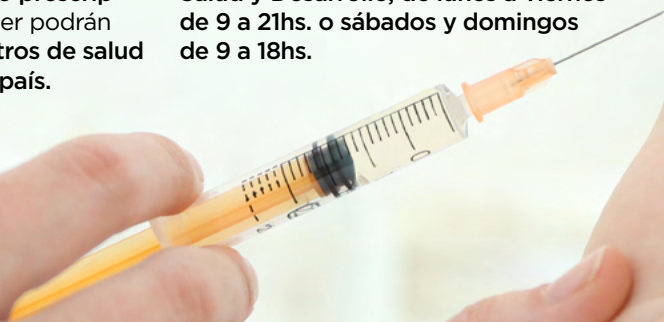
sarampión y rubéola

Del **1 de octubre al 30 de noviembre de 2018**, la Secretaría de Salud de la Nación desarrolla la Campaña Nacional de Seguimiento contra Sarampión y Rubéola, con el objetivo de vacunar a todos los **niños y niñas entre 13 meses y 4 años inclusive**, con una dosis adicional, obligatoria y gratuita de vacuna triple viral, independientemente de su estado vacunal anterior.

No es necesaria la orden o prescripción médica y para acceder podrán acercarse a todos los **centros de salud y hospitales públicos del país**.

El sarampión es una enfermedad eruptiva febril que puede presentarse en todas las edades, siendo de mayor gravedad en niños menores de 5 años o desnutridos. La rubéola es una enfermedad viral que puede presentarse en adultos y niños.

Para más información comunicate al **0800-222-1002 del Ministerio de Salud y Desarrollo, de lunes a viernes de 9 a 21hs. o sábados y domingos de 9 a 18hs.**



! PREVENCIÓN

Estrés laboral: claves para combatirlo

Llegan los últimos meses del año y es normal que nos empecemos a sentir más cansados. Pero cansancio y estrés no son lo mismo. El cansancio pasa... el estrés avanza! Y afecta distintos aspectos de nuestra salud.

Desde OSMITA queremos darte algunos consejos para evitar y prevenir el estrés laboral, cuidando aspectos

simples y concretos de tu vida diaria. La **OMS** expresa que el estrés es una reacción que puede tener una persona ante exigencias y presiones sobre las que se siente superado. Suele detectarse mediante el **cansancio físico, depresión, menor compromiso laboral, dificultad para concentrarse, alteraciones del sueño, trastornos digestivos, angustia o irritación.**

TIPS PARA PREVENIRLO

- ☀ Respetar el espacio de almuerzo, para distenderse.
- ☀ Focalizarse en los objetivos cumplidos y no en la frustración por lo no logrado.
- ☀ Hacer pausas a media mañana y a media tarde. Levantarse, estirar los pies, caminar, oxigenarse un poco, cambiar la posición del cuerpo.
- ☀ Fomentar el vínculo ameno con los compañeros con quienes se comparte la jornada diaria. Esto hará más llevaderos todos los desafíos.

¡Hacer del trabajo un espacio de realización personal y no de padecimiento también depende de nosotros!



 **9 DE NOVIEMBRE.** DÍA NACIONAL DEL DONANTE VOLUNTARIO

¡Doná sangre!

Las donaciones de sangre contribuyen a salvar vidas y a mejorar la calidad de vida de muchas personas que por su estado de salud requieren de transfusiones periódicas. Con sólo **acercarte a cualquier centro de Hemoterapia** de un Hospital público o privado podrás hacerlo. **Donar sangre es donar vida. Y en esto, sos protagonista.** ¿Sabías que **1 donante puede salvar hasta 4 vidas?** Es muy fácil, simple y principalmente seguro.

Desde OSMITA te contamos cuáles son los requisitos:



Ser mayor de 18 años.



No estar embarazada.



Llevar tu DNI.



Gozar de buena salud.



Comer algo liviano.



Pesar más de 50 Kg.



No haberte hecho piercing ni tatuajes en el último año.



entrelazar

INFORMATIVO DE OBRA SOCIAL MITA

0800-888-MITA (6482) www.osmita.com.ar  Osmita Salud



Publicación mensual gratuita. Registro de propiedad intelectual N° 5354761. Prohibida su reproducción total o parcial. Propietario: Obra Social Mutualidad Industrial Textil Argentina. (R.N.O.S. N° 402202 / R.N.E.M.P. N° 1251). Editor Responsable: OSMITA. Domicilio Legal: Paraguay 610, Piso 6, C1057AAH, Buenos Aires Argentina. Tel.: 011 4313 3111. info@osmita.com.ar; www.osmita.com.ar Directora Entrelazar: Lic. Lorena Tellechea. Consultas editoriales a entrelazar@osmita.com.ar. Diseño: Estudio Dynamo, www.estudiodynamo.com. Impresión: Latservicios Gráficos de Adelma I. Lopez. La Peperina 15, Ciudad Evita, Bs As. E-mail: latserviciosgraficos@gmail.com

Órgano de Control de Obras Sociales
y Entidades de Medicina Prepaga.
0800-222-SALUD (72583)
Línea gratuita para consultas, reclamos
y denuncias.