

24 de abril de 2026

## 1º DE MAYO

Este Primero de Mayo de 2026, **CCOO** convocamos a todas las personas trabajadoras a participar en las movilizaciones que se han convocado en las principales ciudades.

Exigiremos que se traslade la situación de la macroeconomía española (en un momento de innegable crecimiento) a los bolsillos de las familias españolas, **a través de una subida generalizada de salarios.**

También reivindicamos **el derecho a una vivienda digna** y que nadie tenga que dedicar más del 30% de sus ingresos para acceder a una vivienda.

Y como no puede faltar, nos manifestaremos para exigir la **protección de los servicios públicos** así como por el **derecho a la paz.**



## 28 DE ABRIL- DÍA MUNDIAL DE SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO

El 28 de abril no es solo una fecha en el calendario; es un recordatorio de que **el entorno laboral debe ser un espacio seguro.** Tradicionalmente, la seguridad se ha centrado en evitar el accidente físico, pero hoy en día nos enfrentamos a un reto mayor y más silencioso: **la salud mental.**

La prevención de riesgos psicosociales (estrés, burnout, ansiedad) requiere un enfoque distinto, porque a diferencia de una silla rota o un cable pelado, el agotamiento emocional no siempre se ve, **pero sus consecuencias son igual de reales.**

**CCOO** te facilitamos las herramientas para su detección y eliminación, pero tú eres la primera persona para detectar que algo no va bien.

Acuérdate de las 4 clave de la salud mental: **Establece límites claros. Aprende a decir no. Escucha a tu cuerpo** y si lo detectas, **pide ayuda a CCOO.**

