



¿SE DEBEN LIMITAR LOS PRECIOS DE PRODUCTOS BÁSICOS PARA CONTROLAR LA INFLACIÓN?

El Gobierno estatal ha propuesto un pacto entre productores y distribuidores que permita a los consumidores resguardarse de la inflación, disponiendo de una cesta de la compra básica y de calidad con "productos frescos, carne, pescado, huevos, hortalizas y lácteos" a precios controlados.

No es exactamente así como han respondido las grandes empresas distribuidoras de alimentación, quienes han propuesto diferentes opciones de "cesta básica". Los consumidores debemos estar alerta ante posibles trampas en estas cestas básicas, no siempre beneficiosas para nuestro bolsillo ni para la libre elección de productos.

Por otra parte, la Comisión Nacional de los Mercados y la Competencia (CNMC) ha advertido al Gobierno que la ley veta los acuerdos entre operadores para establecer precios máximos. Según la CNMC, tanto la Ley de Defensa de la Competencia como el Tratado de Funcionamiento de la Unión Europea "prohíben expresamente los acuerdos o recomendaciones de fijación de precios u otras condiciones comerciales que restrinjan o falseen la competencia".

Como asociación de consumidores nos oponemos a poner topes fijos de precios en la alimentación, con selección de determinados productos para el consumo básico, pues ello distorsiona gravemente el mercado y la producción, sin que exista un beneficio efectivo para el consumidor.

REVISTA THADERCONSUMO. NÚMERO 48

EN SEPTIEMBRE

- ¿Se deben limitar los precios de productos básicos para controlar la inflación?
- Qué productos debe contener la cesta de la compra básica
- El IPC se sitúa en el 10,5% en agosto, una décima por encima de lo avanzado
- La comunidad convoca ayudas para mejorar la eficiencia energética de viviendas y edificios
- ¿Te pueden cobrar por el pan en los bares y restaurantes?
- ¿Qué es el arbitraje de consumo?
- Irene Sánchez, la primera conductora del cuerpo de bomberos de Murcia
- Actividades de las Asociaciones de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios
- Premios 7ª Edición del E Woman
- Episodio 6: "Corresponsabilidad es cosa de dos"
- El gobierno amplía las funciones del observatorio de violencia contra la mujer más allá de la de género



Antonio Hernández Osete,
Presidente de la Junta Arbitral de
Consumo presenta la revista
número 48 de
THADERCONSUMO.

¿QUÉ PRODUCTOS DEBE CONTENER LA CESTA DE LA COMPRA BÁSICA?

La subida generalizada de precios ha obligado a muchos españoles a llevar un riguroso control a la hora de llenar la cesta de la compra. Ir al supermercado se ha convertido en una aventura con un solo objetivo: **comprar lo estrictamente necesario**.

Sin embargo, muchos ciudadanos se cuestionan cuáles son considerados los productos básicos de una cesta de la compra adecuada. Por ello, aquí os dejamos una lista de los alimentos que siempre deben estar incluidos en tu día a día para llevar a cabo una dieta saludable que incluya proteínas, carbohidratos, grasas saludables, lácteos, frutas y verduras, y cada vez menos alimentos procesados:

1. **Féculas:** patatas, arroz, cereales. Este grupo incluye el pan, las patatas, la pasta, el arroz, los cereales y sus derivados. Se trata de alimentos que aportan energía en forma de carbohidratos. Una dieta diaria saludable debe incluir una porción de estos productos en cada comida.
2. **Verduras:** son la base de una dieta saludable y deben consumirse a diario, puesto que son ricas en agua, minerales, vitaminas, antioxidantes y fibra. Además, tienen pocas grasas y azúcares, son muy bajas en calorías. Se recomiendan cinco raciones diarias entre fruta y verdura.
3. **Frutas:** un elemento muy importante de nuestra dieta. Contienen mucha agua, minerales, vitaminas y fibras, pero también azúcares naturales.

4. **Legumbres:** judías, garbanzos, lentejas, guisantes, habas, soja, etc. Las legumbres tienen numerosas ventajas nutricionales, ya que son altas en proteína, ricas en carbohidratos, fibra y son bajas en grasa.
5. **Lácteos:** la leche y los productos derivados como el yogur, las leches fermentadas y todas las variedades de queso. Este producto debe consumirse a diario, aportan calcio, proteínas y vitamina E.
6. **Alimentos ricos de proteínas:** carne, pescado, huevos...
7. **Grasas:** el aceite de oliva, la mantequilla, la nata, la mayonesa y sus derivados, los cuales aportan ácidos grasos esenciales. Su consumo debe ser limitado, pero diario.



EL IPC SE SITÚA EN EL 10,5% EN AGOSTO, UNA DÉCIMA POR ENCIMA DE LO AVANZADO

La inflación se situó en el 10,5% en agosto de 2022, tres décimas menos que en julio, aunque sigue siendo la más alta desde septiembre de 1984. La inflación y la subida de los precios están afectando gravemente al bolsillo de los españoles, que cada vez ven más caros productos básicos como la alimentación.

Los niveles de inflación se mantienen en registros nunca vistos desde hace 30 años. El INE indica que esta moderación del IPC se debe a la bajada de precios de los carburantes. Sin embargo, los alimentos, electricidad, restauración y paquetes turísticos se han encarecido aún más en agosto. Los alimentos se disparan en una subida interanual del 13,8%, tres décimas más que en julio y la más alta desde el comienzo de la serie en enero de 1984.

El nivel de precios de consumo registra en agosto una subida del 0,1% respecto al mes de julio. Los productos alimentarios que más destacan por la subida de su precio son la carne, pan, cereales, leche, queso y huevos.

Respecto al sector de la vivienda, ha alcanzado una tasa del 24,8%. Esta subida está motivada por la subida del precio de la electricidad, superior a la tasa registrada un año antes. El IPC interanual -sin contar la rebaja del impuesto especial sobre electricidad y variaciones sobre otros impuestos- alcanza en agosto el 11,2%, son siete décimas más que la tasa general del 10,2%

Este último año, el alumbrado, calefacción y la distribución de agua han encarecido un 47,2%. El aceite y grasas se han encarecido un 24%; los huevos un 22,4%; la leche un 25,6% y los cereales un 21,7%.



LA COMUNIDAD CONVOCA AYUDAS PARA MEJORAR LA EFICIENCIA ENERGÉTICA DE VIVIENDAS Y EDIFICIOS

La Comunidad ha convocado ayudas por valor de 12,8 millones de euros para mejorar la eficiencia energética de viviendas y edificios de la Región de Murcia que están enmarcadas en la 'revolución verde' del sector de la edificación que impulsa la Unión Europea, a través de los fondos Next Generation.

El Gobierno regional ha señalado que las ayudas para las intervenciones en la envolvente de los edificios abarcan desde los 6.300 a los 18.800 euros por vivienda, dependiendo del ahorro energético conseguido, cuyo mínimo será de un 30 por ciento. **Los colectivos vulnerables podrán conseguir subvenciones de hasta 26.750 euros.**

También se subvencionará la sustitución de elementos de carpintería, equipos de calefacción, refrigeración, iluminación, domótica e instalación de energía fotovoltaica. Esta subvención comprende desde los 400 a los 3.000 euros por vivienda y dependerá de la inversión que se realice, siendo la cuantía mínima 1.000 euros y la máxima de 7.500 euros. Esta última línea de ayudas tiene como requisito conseguir una reducción de al menos un 7% de la demanda energética global de calefacción o refrigeración, o al menos un 30% de reducción del consumo de energía no renovable.

Las subvenciones para la elaboración del Libro del Edificio para **viviendas unifamiliares y edificios de menos de 20 viviendas podrán alcanzar los 700 euros, a los que se sumarán 60 euros por vivienda, en el caso de edificios.**

Si el edificio cuenta con más de 20 viviendas, la subvención llegará hasta 1.100 euros y 40 euros por vivienda, hasta un máximo de 3.500 euros. Cuando no se disponga de la inspección técnica del edificio o informe de evaluación del mismo se incrementarán estas cuantías en un 50%.

Las subvenciones destinadas al proyecto de rehabilitación pueden ascender a los 4.000 euros y 700 euros por vivienda en el caso de edificios de menos de 20 viviendas. Si superan este número, las ayudas pueden ser de 12.000 euros y 300 euros por vivienda hasta un máximo de 30.000 euros.

Los beneficiarios de estas ayudas, que tienen un régimen de concurrencia simple, son tanto propietarios como comunidades de propietarios, administraciones públicas y arrendatarios que hubiesen acordado costear actuaciones de rehabilitación a cambio del pago de la renta de alquiler.

Las solicitudes se podrán presentar en la sede electrónica del 17 de junio hasta el 31 de julio de 2023, en el caso de la mejora de la envolvente de los edificios; y hasta el 31 de julio de 2024, en el caso de sustitución de carpintería, equipos de calefacción, refrigeración, iluminación, etc



¿TE PUEDEN COBRAR POR EL PAN EN LOS BARES Y RESTAURANTES?

Una de las dudas más frecuentes entre los comensales es la de si los establecimientos de hostelería pueden cobrar por el pan.

Los bares y restaurantes te pueden cobrar tanto el pan como el aperitivo, aunque tú no lo hayas pedido. **En base a la Orden de 29 de junio de 1978 sobre modificación de menús y cartas en restaurantes y cafeterías, los establecimientos de hostelería pueden cobrar el pan siempre y cuando el comensal esté informado de ello.** Tienen derecho a cobrar todo lo que esté dentro de la carta.

Pero, **¿qué ocurre si tú no has pedido el pan, el camarero te lo pone directamente en la mesa y luego tienes que pagarlo?** Si no lo quieres, lo mejor es que, en el mismo momento en el que el camarero deje el pan en la mesa, se lo digas. De lo contrario, el establecimiento te lo podrá cobrar.

Para evitar malos entendidos con los clientes, la mayoría de bares y restaurantes preguntan si quieren pan o aperitivo y cuál es el **coste adicional** de los mismos. Sin embargo, esto no siempre ocurre. Por lo tanto, que te cobren el pan en un establecimiento no es ilegal, siempre y cuando se cumplan **dos requisitos: el precio tiene que aparecer reflejado en la carta y como comensal debes ser informado previamente.** Si le indicas al camarero que no lo quieres, debe retirarlo de la mesa y, por supuesto, no cobrarlo.



DOOR TO DOOR CAB

Región de Murcia



Funded by the
European Union

¿QUÉ ES EL ARBITRAJE DE CONSUMO?

Es el mecanismo que las Administraciones Públicas ponen a disposición de los ciudadanos para resolver, de modo eficaz y voluntario, los conflictos y reclamaciones que surgen en las relaciones de consumo, toda vez que la protección de los consumidores y usuarios exige que estos dispongan de mecanismos adecuados para resolver sus reclamaciones.

En THADERCONSUMO, con vistas a fomentar el arbitraje de consumo, estamos realizando la campaña “DOOR TO DOOR”, en la cual se pretende aumentar la sensibilización en la materia y aumentar la información “Puerta a puerta”, con el objetivo de lograr más adhesiones físicas, aumentando de tal forma la accesibilidad de las entidades ADR a empresas y consumidores de la Región de Murcia. Una de nuestras visitas más recientes ha sido al **Mercado San Andrés**, formado por comerciantes minoristas que cada día traen productos frescos para ofrecer a sus clientes desde las lonjas y mataderos.



VENTAJAS DEL SISTEMA ARBITRAL

Las ventas del Sistema Arbitral de Consumo son:

1. **Rapidez**, porque es un sistema no formalista, que se transmite imperativamente en unos plazos breves. Así, la Junta ha de resolver en el plazo de 21 días sobre la admisión a trámite de las reclamaciones presentadas, y en 90 días sobre el fondo de aquéllas.
2. **Eficacia**, porque se resuelve mediante un Laudo –resolución arbitral- de ejecución obligada con efectos analógicos a los de una sentencia, sin necesidad de tener que recurrir a la vía judicial ordinaria.
3. **Economía**, porque es gratuito para ambas partes.

Para los consumidores y usuarios, es el cauce más adecuado para que éstos puedan hacer valer sus derechos sin las dificultades que puede suponer tener que acudir a la vía judicial. Para las empresas y profesionales, refuerza la confianza de los consumidores en aquellas que ostentan el distintivo de adhesión al sistema, ya que saben que en el caso del conflicto entra en juego un procedimiento para resolverlo que es rápido, eficaz y gratuito.

En definitiva, el sistema de Arbitral de Consumo permite a las dos partes resolver controversias sin gastos, con rapidez y sin necesidad de acudir a los tribunales de Justicia.

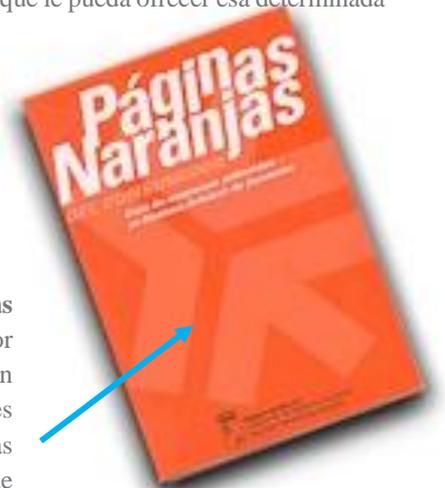
OFERTA PÚBLICA DE ADHESIÓN AL SISTEMA ARBITRAL DE CONSUMO

Las empresas o profesionales podrán formular por escrito, por vía electrónica, una oferta unilateral de adhesión al Sistema Arbitral de Consumo que tendrá carácter público. En la misma se expresará si se opta por que el arbitraje se resuelva en derecho o en equidad, el plazo de validez de la oferta, y si se acepta la mediación previa al conocimiento del conflicto por los órganos arbitrales.

Una vez aceptada la oferta pública de adhesión realizada por la empresa, el Presidente de la Junta Arbitral, en este caso **Antonio Hernández Osete**, concederá a estas el derecho a usar el distintivo público de adhesión al Sistema Arbitral, que podrán exhibir en sus comunicaciones comerciales y en los lugares de atención al público. Esto genera en el consumidor confianza en la seriedad y calidad de los servicios que le pueda ofrecer esa determinada empresa.

El uso del distintivo y lo que ello supone genera una imagen de calidad para la empresa. **Actualmente, hay más de 10.000 empresas adheridas a la Junta Arbitral de la Región de Murcia.**

Pincha en la imagen de las Páginas Naranjas para buscar directamente por el nombre de la empresa, o bien seleccionar los sectores comerciales propuestos y localizar qué empresas están adheridas a la Junta Arbitral de Consumo.



“LAS CHICAS SOMOS CAPACES DE CONducIR UN CAMIÓN IGUAL DE BIEN QUE LOS CHICOS”

Irene Sánchez, con tan solo 28 años, es la primera conductora del cuerpo de Bomberos de Murcia. Después de 15 años sin ser convocadas, en 2020 salieron las oposiciones para conductor, se presentó, se encerró a estudiar, a entrenar y a aprenderse las calles de Murcia y, tras más de un año de esfuerzo, ha conseguido su plaza.

Irene afirma que se siente muy orgullosa de ser la primera mujer, “es muy gratificante abrir un camino a otras chicas que quieran también pertenecer a este cuerpo y poder mostrarles que este trabajo también es accesible a las mujeres y podemos desempeñarlo al igual que el resto de compañeros”. Durante el proceso de la oposición fueron pasando las pruebas y empezó a ser consciente de que era la única chica que aún quedaba en el proceso y que si llegaba hasta el final se iba a convertir en la primera chica, pero prefirió centrarse en ir pasando todos los exámenes como cualquier compañero más.

Las pruebas físicas son pruebas exigentes, pero según cuenta la bombera, **con preparación, tiempo, esfuerzo y constancia, cualquier chica sería capaz de aprobar las pruebas físicas.** “Sí que es cierto que las pruebas que más nos cuestan a las mujeres por nuestra condición genética suelen ser las pruebas de fuerza y quizá requiere de un poco más de esfuerzo, pero como ya he comentado, preparándolas se pueden superar sin problema.” Las pruebas son las mismas tanto para los hombres como para mujeres, aunque con baremo distinto. En esta oposición quizá las pruebas más exigentes fueron las de conducción.

Como se ha visto en los últimos años, ya no solo en España, sino en el resto del mundo se está viendo que cada vez se incorporan



más mujeres a los cuerpos de bomberos. Irene afirma que quizá lo que a muchas mujeres les echa para atrás a la hora de unirse a este cuerpo son las pruebas físicas, pero a día de hoy cada vez más mujeres practican deporte y entrenan duro. **La sociedad no para de avanzar y de crecer, y ya no solo en los bomberos, sino en otros muchos más oficios donde antes solo se veían hombres, se están incorporando cada vez más mujeres.** “Se está demostrando que tanto las mujeres como los hombres estamos capacitados para desempeñar las mismas funciones, y siempre vamos a tener material y herramientas de las que ayudarnos para realizar nuestras labores. En mi caso o si algún otro compañero tiene alguna dificultad a la hora de hacer su trabajo, siempre es ayudado por el resto de compañeros, sacando adelante el trabajo entre todos.”

En mi caso cuando cumplí los 21 años comencé a sacarme los carnés de camión y del tráiler, y con empeño y esfuerzo fui capaz de aprobarlos sin problema.



IRENE SÁNCHEZ, LA PRIMERA CONDUCTORA DEL CUERPO DE BOMBEROS DE MURCIA

Irene Sánchez, murciana del barrio del Carmen, estudió el Grado en Física en la Universidad de Murcia. Su padre y mi tío son bomberos y por ello desde bien pequeña ha ido al parque de bomberos como si fuera su segunda casa. “Cada vez que estaba allí mi padre me montaba en los camiones, me los enseñaba por dentro, veía cómo se preparaban y se iban a una emergencia cuando tocaba el timbre. Me gustaba ponerme su traje y su casco y además he vivido numerosas fiestas del patrón, comidas navideñas. Ver el buen ambiente y el compañerismo que había hizo que me gustara y quisiera yo también pertenecer al cuerpo cuando fuera mayor.”

Irene cuenta que siempre le ha llamado la atención y gustado el tema de conducir, y esto unido al trabajo de los bomberos, el puesto de conductora es al que siempre ha querido dedicar.

¿Qué consejo le darías a las jóvenes que quieren o están pensando ser bomberas?

Animo a cualquier chica que le guste el mundo de los bomberos, que sin dudarlo se prepare las oposiciones. Esta oposición como cualquier otra requiere de mucha preparación y constancia, hay que dedicar mucho tiempo a estudiar y a entrenar, pero antes o después, con motivación y ganas, se puede acceder al cuerpo de bomberos. Si yo he sido capaz de aprobar esta oposición, pienso que cualquier chica es capaz de conseguirlo.

ACTIVIDADES DE LAS ASOCIACIONES DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS

Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de El Algar en el Concurso de Cocina



Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Cartagena: Cofradía San Ginés de Jara



Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios Los Alcázares en el Taller de Memoria



JUANA PÉREZ MARTÍNEZ PRESIDENTA DE LA ASOCIACION DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE THADERCONSUMO GALARDONADA CON EL PREMIO DE IGUALDAD DE LA 7ª EDICIÓN DEL EWOMAN



La Opinión de Murcia celebró este jueves 22 de septiembre, en la sala Black Box de Odiseo, la gala de entrega de premios de la séptima edición de eWoman. Un evento en el que **María José Martínez**, directora general de Caudal, fue la primera en recoger su reconocimiento, el **Premio eWoman a la Trayectoria Profesional by CaixaBank**.

Acto seguido fue el turno de **Ester Cerdán**, cofundadora y directora creativa de la firma Laura Bernal, quien recibió el **Premio eWoman a la Innovación** por obtener un avance importante al desarrollar su modelo de negocio.

Por su parte, la futbolista y campeona del mundo sub-20 **Silvia Lloris** se hizo con el **Premio eWoman al Mérito Deportivo**, mientras que el **Premio eWoman a la Igualdad**, que cerró la noche, fue recogido por **Juana Pérez Martínez**, presidenta de la Federación de Consumidores, Usuarios y Amas de Casa 'THADERCONSUMO'. Precisamente Juana animó a utilizar los apellidos de las madres para que "no se olviden los nombres y las vidas de las madres". Además, anima tanto a hombres y mujeres a seguir trabajando día a día por la igualdad.



EPISODIO 6: “CORRESPONSABILIDAD ES COSA DE DOS”

“Corresponsabilidad es cosa de dos”: así empiezan y terminan nuestras cuñas de radio. En el episodio 6 continuamos con: Paqui y Pencho. Las cosas no se hacen solas... y tanto que no se hacen solas, por eso es tan importante la corresponsabilidad en una pareja, todos tenemos que aportar nuestro granito de arena en casa. ¡Vamos a descubrirlo en este nuevo podcast!

No esperes más, pincha en la imagen para escuchar el quinto podcast de Paqui y Pencho.



EL GOBIERNO AMPLÍA LAS FUNCIONES DEL OBSERVATORIO DE VIOLENCIA CONTRA LA MUJER MÁS ALLÁ DE LA DE GÉNERO

El Consejo de Ministros ha aprobado este martes un decreto por el cual se establecen las funciones, el régimen de funcionamiento y la composición del Observatorio Estatal de Violencia sobre la Mujer y las amplía para, entre otras, ampliar sus funciones más allá de la violencia de género, es decir, la que se realiza en el ámbito de la pareja o expareja.

Esto supone incluir las violencias hacia la mujer previstas en el Convenio del Consejo de Europa sobre prevención y lucha contra la violencia contra la mujer y la violencia doméstica (Convenio de Estambul), ratificado por España en 2014, así como a la atención de la situación de las hijas e hijos menores y de las personas sujetas a tutela, guarda, o custodia de las mujeres víctimas.



Otros de los objetivos es el de adecuar las denominaciones de ministerios y órganos a las sucesivas reestructuraciones de los departamentos ministeriales; eliminar las referencias a la División de Estudios e Informes, que fue suprimida por el decreto que se desarrollaba la estructura orgánica básica del Ministerio de Igualdad; y adaptar el régimen jurídico del Observatorio a las previsiones de la Ley de Régimen Jurídico del Sector Público, en la que se regulan los órganos colegiados de las distintas administraciones públicas, entre ellos, aquellos en los que participen organizaciones representativas de intereses sociales. Por último, el Gobierno indica que también se pretende revisar el texto para utilizar un lenguaje no sexista tal como establece como criterio de actuación de todos los poderes públicos la Ley de Igualdad.