



EL VERANO EMPIEZA CON SUBIDAS DE LA LUZ

A las puertas de una ola de calor y nada más empezar el verano, el precio de la luz en España está cambiando la tendencia bajista de los últimos meses, lo que podría encarecer los recibos de este mes de junio. El jueves 22 de junio ha tocado techo y se ha convertido en el día más caro desde mediados de marzo, según datos del Operador del Mercado Ibérico de Energía (OMIE), con una subida cercana al 4% respecto al día anterior, situándose en los 122,45 euros por megavatio hora de media (MWh).

Pero no se trata de una subida puntual, es un aumento de la demanda por electrodomésticos como el aire acondicionado. El recibo de la electricidad de un hogar medio acogido al Precio Voluntario para el Pequeño Consumidor (PVPC) roza los 29 euros en lo que va del mes de junio, lo que supone un ascenso del 4,5% con respecto al mes de mayo, según datos del comparador de la Comisión Nacional de los Mercados y la Competencia (CNMC).

la factura de este mes será probablemente un 10% más cara que la de mayo, en torno a los 44 euros para un consumidor medio que esté en el mercado regulado. **Las horas más baratas, no obstante, seguirán siendo las centrales del día, de 3 a 7 de la tarde y las más caras por la noche, de 9 a 11 de la noche.**

REVISTA THADERCONSUMO. NÚMERO 67

EN JULIO

- ¿Es legal el teléfono de información 901 en los organismos públicos?
- Cómo cobrar una herencia sin perder la pensión no contributiva en 2023
- El consumo de cerveza se dispara un 32% en 2022, pero preocupa el impacto de la sequía
- Consejos para ahorrar y evitar el consumismo y las compras compulsivas durante las rebajas
- ¿Qué frutas y verduras comer en julio?
- Entrevista: Ana Barceló
- Actos fin de curso de las Asociaciones de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios
- Recordando eventos del 60 aniversario de la federación THADERCONSUMO: Homenaje a Líderes
- ¡Atención! Se amplía el plazo para el vii concurso educando contra la violencia hasta el 31 de octubre
- Las familias españolas pueden disfrutar desde hoy de tres nuevos permisos para cuidado de familiares e hijos



José Luján Alcaraz, Rector de la Universidad de Murcia, presenta la revista nº67 de THADERCONSUMO.

Pincha en la imagen para ver el video.

¿ES LEGAL EL TELÉFONO DE INFORMACIÓN 901 EN LOS ORGANISMOS PÚBLICOS?

Desde finales del año 2020 las empresas privadas no pueden utilizar teléfonos con tarificación especial, es decir con coste, en sus líneas de atención al cliente. Sin embargo, esta ley no incluye a las Administraciones públicas, así que hay páginas web oficiales, como la de la Seguridad Social, que nos derivan a teléfonos 901. Muchos usuarios se llevan por este coste desagradables sorpresas en las facturas del teléfono.

A finales de 2020 se publicó en el BOE la modificación la Ley General para la Defensa de los Consumidores y Usuarios. Su objetivo era acabar con el coste abusivo de los números de atención al cliente de tarificación especial. Por un lado, en las empresas públicas se prohibió utilizar teléfonos de atención al cliente cuyas tarifas impliquen costes superiores a una llamada local. Sí pueden utilizarse en otro tipo de servicios, siempre que se especifique el coste. Por ello, se especifica que los servicios de atención al cliente de servicios básicos deben ser gratuitos. Se considerarán servicios básicos:

- las empresas de suministro de agua, gas, electricidad.
- los servicios financieros y de seguros
- los servicios postales
- el transporte aéreo, ferroviario y por carretera
- los servicios de protección de la salud
- los de saneamiento y residuos.

Sin embargo, esta ley no incluye a los servicios públicos por lo que **servicios básicos y necesarios como las gestiones de la Seguridad Social, la Agencia Tributaria o incluso el 060, el teléfono de atención a la ciudadanía implica un coste.**



CÓMO COBRAR UNA HERENCIA SIN PERDER LA PENSIÓN NO CONTRIBUTIVA EN 2023

Las pensiones no contributivas tienen por objetivo proporcionar los recursos necesarios a las personas que carecen de ellos, pese a no contar con el periodo mínimo cotizado. Sin embargo, existen algunos motivos por los que se pueden perder.

El Estado asume la obligación de garantizar unas condiciones de vida mínimas para las personas mayores o con una incapacidad reconocida. Por eso, existe la posibilidad de beneficiarse de este tipo de prestaciones, las cuales dependen de los ingresos anuales de cada ciudadano. Así, el cobro de una herencia puede alterar esta variable, por lo que la pensión podría peligrar.

Existen cuatro casos, por los que una pensión no contributiva puede ser suspendida. Por ejemplo, **si no se declaran los ingresos por unidad de convivencia, no se notifican las modificaciones de las diferentes situaciones personales o se cambia de oficio, se dejaría de cobrar.**

El cuarto caso es el más habitual: **si se supera el límite de ingresos marcado por la Seguridad Social, se suspendería el cobro de la pensión.** Dado que el objetivo de esta prestación es proteger a las personas sin recursos, un aumento en los ingresos anuales supondría el fin de la ayuda.

No obstante, ingresos puntuales como el cobro de una herencia, aunque implican el aumento de los recursos, no supone necesariamente la pérdida de la pensión, sino que existen algunos casos en los que se puede conservar.

El requisito para poder ser beneficiario de una pensión no contributiva es que **los ingresos anuales no superen los 6.784,54 euros.**

No obstante, si se convive con otros familiares, la cifra puede variar. Otro factor a tener en cuenta es el grado de consanguinidad de los convivientes. Si dentro de la unidad figuran los hijos o padres, estos límites aumentan.

Si se recibe una herencia, no se podrá superar el límite de rentas anuales que corresponda según la circunstancia concreta. Además, habrá que realizar dos trámites más para poder mantenerla.

En primer lugar, es necesario comunicar en el plazo de 30 días a la Seguridad Social el cambio en las condiciones económicas. A esto se añade la necesidad de comunicar en los tres primeros meses del año una declaración de los ingresos totales de la unidad de convivencia de la que forma parte el beneficiario. Si no se cumplen ambos trámites, el pago de la pensión quedará suspendido.

EL CONSUMO DE CERVEZA SE DISPARA UN 32% EN 2022, PERO PREOCUPA EL IMPACTO DE LA SEQUÍA

El consumo de cerveza en hostelería experimentó una notable mejora en 2022, con un incremento de casi un 32% respecto al año anterior, que se vio impulsado, entre otros factores, por el repunte del turismo.

La producción de cerveza se elevó un 7,9% en 2022, hasta alcanzar los 41,1 millones de hectolitros, situando a España como el segundo elaborador de cerveza de la Unión Europea, solo por detrás de Alemania. Este aumento se debe a la recuperación del turismo, la permanencia de hábitos de consumo de cerveza en el hogar adquiridos durante la pandemia y al aumento de las exportaciones en 2022.

Sin embargo, el año pasado no se alcanzaron los niveles previos a la pandemia: si en 2019 cerca del 70% de la cerveza se consumía fuera del hogar, en 2022 este índice se quedó por debajo del 60%.

La manera en que se consume cerveza en España responde a los patrones mediterráneos: **más del 90% de las ocasiones en las que se consumió cerveza en 2022 se asociaron con momentos de ingesta de alimentos.**

En este sentido, cerca de la mitad de las personas que disfrutan la cerveza afirman que lo hacen al menos en dos ocasiones a la semana. Así, el consumo per cápita se situó el año pasado en 58 litros.

Destaca el consumo de la cerveza sin alcohol, siendo la opción que consume el 13% los españoles y cuyas ventas se elevaron un 11% con respecto al año anterior. El consumo de esta variedad como alternativa a la tradicional refleja que no solo se busca el bajo contenido alcohólico, sino el frescor y sabor de la bebida.

El 90% de la cerveza consumida en España se elabora dentro de las fronteras españolas, incorporando materias primas nacionales. De esta forma, en 2022 se cosecharon unas 1.000 toneladas de lúpulo en flor, mientras que la producción de malta cebada ascendió a casi 500.000 toneladas con un valor de más de 300 millones de euros.

CONSEJOS PARA AHORRAR Y EVITAR EL CONSUMISMO Y LAS COMPRAS COMPULSIVAS DURANTE LAS REBAJAS

Con la llegada de las rebajas de verano, que tradicionalmente se han desarrollado entre el 1 de julio y el 31 de agosto, aunque en la actualidad cada comercio establece sus propios periodos, en Murcia se ha adelantado al pasado 22 de junio.

Este periodo de ofertas y promociones se presenta como el año anterior marcado por la inflación. Pese a que los precios de los bienes y servicios se han moderado en mayo, marcando su nivel más bajo en dos años (3,2%), las subidas se siguen acumulando mes a mes, mermando de esta forma la capacidad económica de los consumidores españoles.



Los españoles gastaron de media en las rebajas estivales unos 89 euros por persona, dos euros más que en el mismo periodo de 2022. Aquí os dejamos algunos consejos:

- **Elabora una lista con lo que necesitas:** es importante pensar las cosas que necesitas y elaborar una lista antes de lanzarse a comprar.
- **Establece un presupuesto:** Es clave tener presente la cantidad máxima de dinero con la que se cuenta. Esto te ayudará a limitar tus compras y poner coto a tu gasto.
- **Compara los precios en varios establecimientos:** Una vez que hayas tomado la decisión de comprar un determinado artículo, busca y compara su precio en varias tiendas. Existen páginas web que te muestran el coste del producto en diferentes vendedores.
- **Usa dinero en efectivo:** así eres más consciente de tus gastos que usando la tarjeta de crédito.
- **Evita salir de tiendas por puro ocio.**
- **Mejor comprar en tiendas físicas que 'online':** El hecho de comprar por internet y de pagar siempre con tarjeta de crédito hace que seamos menos conscientes de lo que gastamos. En las tiendas físicas tendemos a pensarnos mejor la compra de un producto.

LA CERVEZA ES LA BEBIDA FRÍA MÁS CONSUMIDA EN HOSTELERÍA



LA SIN, SEÑA DE IDENTIDAD EN ESPAÑA



Gráfico sobre la cerveza / Cerveceros de España

¿QUÉ FRUTAS Y VERDURAS COMER EN JULIO?

Las altas temperaturas resultan muy exigentes para nuestro organismo. Nos deshidratamos fácilmente y nos cuesta mantener alto nuestro nivel de energía. Por eso es especialmente importante cuidar en esta época la dieta, una gran compensadora y equilibradora del calor.

Aumentar el consumo de agua, zumos, frutas, verduras y ensaladas es una manera de compensar esas altas temperaturas. De hecho, las frutas y las verduras ricas en agua se encuentran en su apogeo y es el momento de consumirlas en abundancia. Además, nos ayudan a recuperar ese extra de minerales y oligoelementos que se pierden con el calor.

Los órganos que rigen en verano según la medicina tradicional china son el corazón y el intestino delgado. Los jugos de hortalizas caseros y ecológicos –aprovechando hortalizas y verduras de la estación como el tomate, la zanahoria, el apio o el perejil– te ayudarán a su vez a cuidar la piel, otro de los órganos que requiere especial atención en este mes de sol.

No tomar los líquidos ni los alimentos demasiado fríos evitará finalmente que el estómago se enfríe y empeore la digestión.



Seguiremos disfrutando de algunas frutas de primavera como el **albaricoque** y **las cerezas**. El clima sigue siendo el propicio para las frutas de hueso. **Melocotones, nectarinas y ciruelas también se encuentran entre las frutas de temporada de julio**. Las brevas, que ya pudimos empezar a disfrutar en junio, siguen madurando en las higueras.

Entre las frutas de verano otra gran estrella de esta época son los **melones**. Los de color naranja están en su punto, aunque también podemos encontrar ya melones piel de sapo fabulosos. También las jugosas peras de agua, como la pera limonera.

Todas las hortalizas necesarias para preparar la clásica ensalada de verano están asimismo a nuestra disposición en la huerta: **lechugas, tomates, pimientos, cebollas, zanahorias, pepinos, patatas...**

Con los pimientos y las berenjenas, que ahora crecen abundantemente, podrás preparar verduras asadas para consumir calientes o frías, tal cual o trituradas para obtener sabrosos patés vegetales. Para las sopas frías puedes recurrir a los **puerros de verano**, más finos y suaves que los de invierno.



“He vivido de cerca la labor que realiza un ama de casa y creo que hay un pensamiento equivocado sobre su trabajo y dedicación. El respeto que les debemos va más allá de lo que la sociedad entiende hoy en día.”

Desde muy pequeña a Ana le ha gustado el teatro, “recuerdo todavía lo nerviosa que me ponía cuando era una niña y me llevaban a ver una obra de teatro al auditorio de mi pueblo. Recuerdo una sensación de hielo cuando se hacía el oscuro, eso sí que era magia.” Durante muchos años fue a clases de teatro, tanto en el colegio como en el instituto, pero no fue hasta llegar a la universidad cuando se di cuenta de que el teatro era realmente a lo que quería dedicarse. En el pueblo donde pasa los veranos, Portmán, nació un grupo de teatro (Portmán Teatro) que pretendía crear un pequeño festival. Allí comenzó a hacer teatro de manera más continuada y sin duda fue un punto de inflexión muy importante para Ana, ya que decidió que en cuanto terminara la universidad entraría a estudiar arte dramático. “Portmán Teatro ya va por la XXII Edición del Festival. Son increíbles, les debo mucho de lo que soy y siempre les estaré agradecida por ello.”

“Me dejo llevar por lo que me interesa investigar en cada momento... no trabajo con un estilo concreto ni con una línea de pensamiento única. Hay dos cosas que sí respeto mucho de mis procesos: una es que si me asalta una idea a la mente y si me ronda mucho tiempo tengo claro que debo hacerle caso. Otra es que suelo estar muy atenta y abierta durante la creación de un proyecto porque el siguiente suele nacer de algún pensamiento que se cuela en mi mente durante el proceso en el que estoy inmersa.”

Como mujer en un mundo de hombres Ana afirma que ha sentido que le era más complicado llegar a donde quería por el simple hecho de ser mujer, sobre todo en el mundo técnico. “No solo dirijo y escribo, también soy ayudante de dirección y ahora ya no, pero durante varios años fui técnico. En ese mundo que tiene que ver más con la ejecución, sí me ha sucedido notar claramente una distinción entre ser mujer o ser hombre. No suelo ser muy autoritaria en mis trabajos, pero me gusta que me tengan en cuenta, sobre todo si la dirección me corresponde, porque es una gran responsabilidad. Al igual que comento estos casos, en la inmensa mayoría de los proyectos en los que he trabajado el trato ha sido impecable, algo que me hace sentir muy bien y muy tranquila en el ambiente de trabajo.”

Hace poquito la productora **Twin Freaks** contactó con Ana Barceló para escribir un guion y dirigir un documental sobre la Federación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de THADERCONSUMO. “Me hizo muchísima ilusión porque hacía mucho tiempo que no trabajaba en un proyecto audiovisual y porque **Portmán Teatro**, el grupo en el que comencé a hacer teatro de manera más asidua, nace en parte como una iniciativa de la Asociación de Amas de Casa del pueblo. **Ana Mari, Eva, Angelita, Marisa, Maru, Mari Carmen, Maleni, Carmen, Aurora, Puri, Juana Mari...** mujeres a las que siempre he llamado “mis mujeres”, me enseñaron mucho sobre teatro y también sobre la vida. Quizá, si no hubiera pasado por ese lugar, no sería hoy la persona que hoy soy.”

Por otro lado, Ana se ha rodeado de grandes mujeres como su Madrina, Pepa Barceló, sus abuelas Fina Quintana y Pepa Sáez y su tía, Pepita González, que son amas de casa.



ANA BARCELÓ, DIRECTORA DE ESCENA Y DRAMATURGA

Ana Barceló es directora de escena y dramaturga con tan solo 30 años. Estudió Filosofía en la Universidad de Murcia y Dirección Escénica y Dramaturgia en la ESAD de Murcia. Hace un par de años tuvo la inmensa suerte de conseguir ser residente en la I Convocatoria de residencias artísticas de ayudantía de dirección del Teatro Español y Naves del Español en Matadero. Ahora mismo compagina sus trabajos como creadora con la ayudantía de dirección de algunos proyectos. Acaba de publicar su primera obra de teatro, *Apnea*, en la Editorial Mutis (Barcelona). También le acaban de conceder la Beca Toji Cultural Foundation 2023 de escritura por Acción Cultural Española y la Residencia Toji de Corea del Sur, gracias a la que podrá viajar a Corea del Sur y dedicar dos meses a escribir una nueva obra de teatro llamada *El último traductor*.

Un consejo para todas aquellas jóvenes que quieran dedicarse al teatro o a la comunicación audiovisual

Ten un plan. El que sea, da igual. Los planes, como las normas, están para romperlos, reestructurarlos, repensarlos y cambiarlos. Pero hay que tenerlo. Será tu guía. **Ayuda a los demás.** El arte, sea cual sea, es un camino colectivo. El que va solo, igual llega antes, pero te aseguro que el que va acompañado llega más lejos. **Lo más importante es soñar.** ¿Por qué? Porque lo que sigue al sueño es la proyección, y lo que sigue a la proyección es el logro. No tengas prisa en alcanzar tus metas, sueña metas largas, pero también sueña otras más cortas. Te ayudarán a seguir adelante.

ACTOS FIN DE CURSO DE LAS ASOCIACIONES DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS

DESAYUNO DÍA DE SAN PEDRO DE LAS AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE LOBOSILLO



COMIDA FIN DE CURSO DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE ROLDÁN



TALLER DE COCINA DE VERANO DE LAS AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE CARTAGENA



OBRA DE TEATRO DE LA ASOCIACIÓN DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS DE ABARÁN



HOMENAJE A LÍDERES

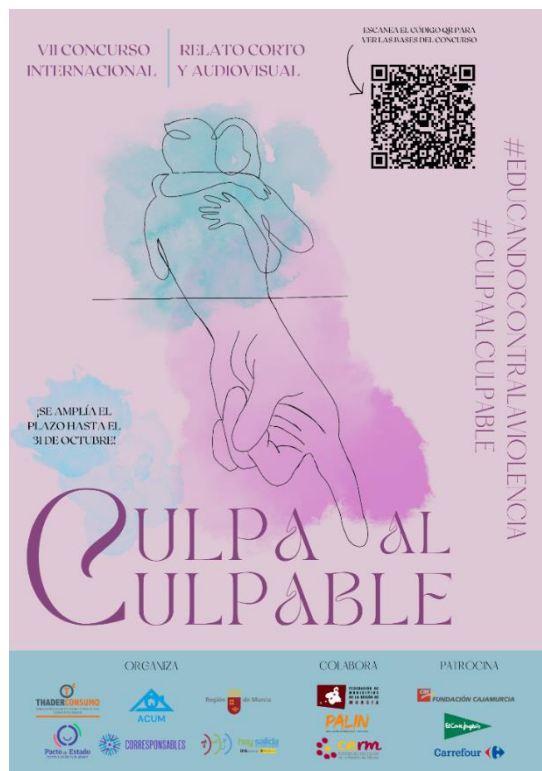


¡ATENCIÓN! SE AMPLÍA EL PLAZO PARA EL VII CONCURSO EDUCANDO CONTRA LA VIOLENCIA HASTA EL 31 DE OCTUBRE

Se amplía el plazo de entrega del VII Concurso de Relato Corto y Audiovisual “EDUCANDO CONTRA LA VIOLENCIA” hasta el 31 de octubre. Se pueden presentar trabajos grupales en la modalidad Audiovisual, mientras que serán individuales en la modalidad de Relato Corto.

El objetivo del concurso es educar en igualdad contra la violencia de género desde la infancia y la adolescencia. Para ello el VII concurso se divide en dos modalidades: relato corto en el que se establecen dos categorías de participación entre menores y mayores de 18 años. Y la categoría Audiovisual, para alumnos matriculados en cualquier centro público concertado o privado del territorio nacional sin distinción de edad, nacionalidad, sexo o rango educativo, desde enseñanza primaria hasta educación de adultos o postgrados. Se pretende destacar la importancia de las relaciones sanas, pudiendo también mostrar el daño que produce la violencia a la sociedad en general. El vídeo debe de ir acompañado de un hashtag que defina el contenido del mismo. El hashtag que resulte premiado se utilizara en la próxima convocatoria como titular.

El plazo para presentar los trabajos finalizará el 31 de octubre de 2023 a las 23:59 horas (horario peninsular), a través del correo “educandocontralaviolencia@gmail.com”. Puedes leer las bases y premios pinchando en el cartel del concurso.



LAS FAMILIAS ESPAÑOLAS PUEDEN DISFRUTAR DESDE HOY DE TRES NUEVOS PERMISOS PARA CUIDADO DE FAMILIARES E HIJOS

El Consejo de Ministros aprobó el 27 de junio tres nuevos permisos para cuidar a los hijos o a los familiares cercanos y para conciliar los periodos sin clases escolares que estaban incluidos en la Ley de Familias pero que no habían podido ver la luz hasta ahora por culpa de adelanto de las elecciones, ya que éste hizo decaer la tramitación del proyecto de ley antes de su aprobación definitiva.

El primero de estos permisos es de **cinco días al año y estará retribuido**. Se podrá utilizar en caso de accidente o **enfermedad graves, hospitalización** o intervención quirúrgica sin hospitalización que necesite reposo cuando afecte a un familiar de hasta segundo grado o a una persona con la que se conviva.

El segundo es un **permiso "por causa de fuerza mayor"**. Se podrá utilizar por horas y podrá alcanzar hasta un total de **cuatro días al año** para cada trabajador ante "**motivos familiares urgentes**" y estará retribuido. Casos prácticos en los que podría emplearse: si un padre o una madre enferma y hay que acompañarle al médico o si un hijo se pone malo y uno de los padres necesita quedarse en casa para cuidarlo.

El tercero, que **no es retribuido**, es un **permiso para padres** que puede durar hasta **ocho semanas al año**. Se puede disfrutar de forma continua o discontinua, a tiempo completo o parcial, **hasta que el menor cumpla los 8 años**. Está pensado, por ejemplo, para dar una solución a los padres para afrontar los **periodos de adaptación en las guarderías y los colegios** o para los **periodos sin clases** como los meses de verano o Navidad.