



REVISTA THADERCONSUMO. NÚMERO 71

SEPTIEMBRE 2023

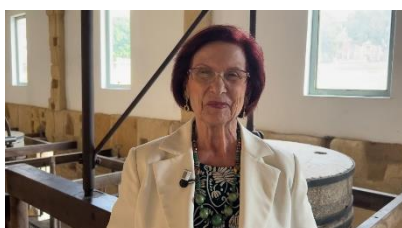
- Claves para ahorrar en la vuelta al cole
- Multas de hacienda por hacer transferencias: así puedes evitar los 2.500 euros de sanción
- Las multas por invadir los nuevos carriles bici de Murcia serán de 200€
- Cómo demostrar que los daños del coche de alquiler no son tuyos y evitar que la devolución sea una odisea
- Conservas caseras. Cómo aprovechar los alimentos de forma segura en el hogar
- Entrevista: Meli Egea
- Actividades de las Asociaciones de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios THADERCONSUMO
- Recordando eventos del 60 aniversario de la Federación THADERCONSUMO: Caminata de Abarán
- El teléfono 016 cumple 16 años con un balance de 1,2 millones de llamadas
- La comunidad convoca los premios 'Mayores Región de Murcia 2023'

CLAVES PARA AHORRAR EN LA VUELTA AL COLE

Más de la mitad de las familias van a tener que **gastarse entre 300 y 500 euros en la vuelta al cole más cara de los últimos años**. Ya quedan pocos días para que los niños vuelvan al colegio, pero antes toca preparar todo lo necesario para el comienzo del curso. El 38 % se han adelantado con estas compras para ahorrarse algo de dinero aprovechando las rebajas de verano que quedan, lo que supone un 10% más que el año pasado.

Hay una serie de consejos que deben seguirse si queremos ahorrar algo de dinero:

1. Mirar el material que hay en casa, y qué sirve, antes de ir a comprar. De esta manera evitaremos duplicar el producto.
2. Adelantarse a las compras. Es una forma que nos puede servir para aprovechar las rebajas que quedan.
3. Escalonar el gasto. Por ejemplo, en el caso de la ropa. Esperar a que haga más frío para comprar los abrigos
4. Aprovechar la segunda mano tanto para comprar como para vender. En muchos casos, se compran libros que nunca se vuelven a utilizar. De esta forma estaríamos ahorrando y dando una segunda vida al producto.
5. Es muy importante, **ir a comprar sin los hijos**. Así evitaremos gastar en caprichos.



Encarna Cerezo, de la Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de El Raal presenta la revista THADERCONSUMO n° 71.

MULTAS DE HACIENDA POR HACER TRANSFERENCIAS: ASÍ PUEDES EVITAR LOS 2.500 EUROS DE SANCIÓN

Hacienda vigila con lupa las transferencias bancarias, incluso entre familiares, en su lucha contra el blanqueo de capitales o la evasión de impuestos. Y de acuerdo con la **Ley 10/2010, del 28 de abril** de prevención de blanqueo de capitales y de la financiación del terrorismo establece límites para estas operaciones bancarias.

El tope está fijado en 10.000 euros, pero en caso de realizarse online, no deberán superar los 6.000 euros.



En el caso de que estén por encima de los 10.000 euros, la Agencia Tributaria puede iniciar una investigación para conocer cuál es la procedencia de ese dinero. Además, el beneficiario también debe informar e incluir la operación en la Declaración de la Renta.

Para los que no obedezcan estas premisas, el Ministerio aplicará sanciones de hasta 2.500 euros, cuya cuantía variará en función de los incumplimientos. Así, para los ciudadanos que superen el importe fijado se deberá abonar una multa que oscilará entre el 2% y el 25% de la cuantía que no haya sido declarada. De este modo, para un movimiento no declarado de 10.000 euros, la multa ascendería a 2.500 euros.

¿Y qué se puede hacer para evitar estas sanciones? Además de acatar lo establecido, se deberá cumplimentar el modelo S1, disponible en la página web de la Agencia Tributaria, en el que se especificarán todos los datos de la transferencia: receptor o beneficiario, el origen de dicha cantidad de dinero y el destino, entre otros conceptos. En el caso de presentar este modelo de manera errónea, inexacta o incompleta, la multa es de 150 euros. Además, como toda multa, se podrá reclamar a partir de la notificación durante un mes.

LAS MULTAS POR INVADIR LOS NUEVOS CARRILES BICI DE MURCIA SERÁN DE 200€

Los primeros días de los nuevos carriles bici tras la culminación de las obras de movilidad en el eje Ronda Norte-El Carmen no están siendo fáciles.

Desde la cuenta oficial de la Policía Local de Murcia lanzaban ayer un llamamiento a la ciudadanía: *«Estamos controlando los estacionamientos indebidos en el carril bici de Gran Vía Escultor Salzillo»*, indicaban en su mensaje y añadían que, *«por favor, respetemos este espacio vital para la seguridad de los ciclistas»*. Empezarán a sancionar los estacionamientos irregulares a partir del próximo lunes 4 de septiembre y la multa será de 200€.

Los conductores necesitan más tiempo para habituarse al nuevo diseño de la Gran Vía de Murcia, que abrió a final de la semana pasada al tráfico completamente renovada con carriles rojos para la circulación de autobuses, verdes para bicicletas y patinetes y gris para tráfico privado.

Los camiones de reparto han invadido sin ningún temor el carril bici para poder dejar su mercancía en los comercios, a expensas de ser sancionados por la Policía Local, cuyos agentes han llevado a cabo en los últimos días una campaña informativa para dar a conocer las nuevas normas de circulación de este vial.

Mientras, muchos conductores no han dudado en cruzar la Gran Vía directamente invadiendo el carril bus (rojo) debido a la lentitud del tráfico que se ha vivido en algunos momentos de la jornada. La principal queja de los repartidores se centra en los escasos espacios que se han habilitado para carga y descarga, por lo que *"resulta muy complicado hacer nuestro trabajo"*, insisten.



CÓMO DEMOSTRAR QUE LOS DAÑOS DEL COCHE DE ALQUILER NO SON TUYOS Y EVITAR QUE LA DEVOLUCIÓN SEA UNA ODISEA



Las vacaciones están llegando a su fin para muchos españoles, si no han acabado ya, y llega el momento de regresar a casa, con todo lo que eso conlleva. Entre esas tareas previas a volver a la rutina, algunos tendrán que proceder a la devolución del coche que decidieron alquilar para moverse por la zona donde han pasado sus días de descanso.

Y es que muchos turistas optan por arrendar un vehículo con el fin de tener libertad y no depender del transporte público, aunque la oferta ha disminuido con los años.

Más allá de una oferta actual más escasa y cara, las personas que deciden alquilar un coche se están encontrando con otro tipo de problemas, sobre todo relacionados con el proceso de devolución. Estos cobros se tratan de cargos que realizan las compañías de **rent a car** a sus clientes una vez terminada la prestación del servicio, bien sin una justificación clara o bien con la excusa de costear unas reparaciones en el vehículo que, en ocasiones, son daños que el cliente no ha cometido.

En todo caso, las compañías no pueden cobrar al cliente la reparación de un coche de alquiler cuando no existen pruebas de su responsabilidad.

Si no se ha reportado ninguna incidencia a la compañía durante el periodo de alquiler, los daños cuya reparación se cobran al usuario podrían haberse producido antes o después.

Reclamar daños no cometidos:

- **Leer el contrato.** A la hora de firmar, tanto a la recogida como a la devolución del coche, se debe leer detenidamente el contrato y en especial la letra pequeña de las condiciones y cláusulas, tales como las del seguro, el depósito y la política de devolución. Si se detecta un cobro extra tras la devolución, hay que buscar si existe alguna referencia que indique que se pueda cargar reparaciones sin que se haya demostrado que el usuario haya tenido un tenido accidente.

- **Comprobar el coche durante la entrega.** Al alquilar un coche, las compañías suelen entregar una hoja de posibles daños que tiene el vehículo y que aún no han podido ser reparados. Por ello, es recomendable confirmar que dicho análisis es correcto, además de revisar tanto el interior como el exterior para comprobar que no haya más deterioros.

- **Comunicar cualquier desperfecto.** Si después de recoger el coche te percatas de alguna avería o un mal funcionamiento que no esté recogido en el documento, debes comunicarlo de inmediato a la oficina donde has recogido el vehículo y asegurarte de que toda la información se ha registrado por escrito, con fecha y firma correspondientes.

- **Sacar fotografías y/o vídeos** desde todos los ángulos, tanto en la recogida como en la entrega, para demostrar el estado en el que se entregó el vehículo. Es importante conservarlas con datos como la fecha y, a ser posible, ubicación donde se han tomado las imágenes.

- **Quedarse una copia del justificante.** Al devolver el vehículo es conveniente quedarse con el encargado de revisarlo y pedirle una copia del documento completo que justifique que el vehículo de alquiler ha regresado a la oficina en tiempo y forma.

Reclamar un coste excesivo:

Si durante el periodo de alquiler del coche has causado algún defecto, pero el importe a pagar te parece desproporcionado, **pide la matriz de daños o la estimación del coste de las reparaciones a la compañía y comprueba si el precio coincide con la cantidad a cobrar.**

Este documento muestra el precio que suele costar cada reparación en base a los distintos tipos de daños, pudiendo variar además dependiendo de la categoría del vehículo. No obstante, otras veces recoge solo la opinión de un profesional que calcula la cantidad correspondiente.

Asimismo, es vital revisar el importe de la franquicia. Este concepto de trata de una cantidad máxima estipulada por la compañía que el cliente podría pagar en caso de desperfectos. Cada empresa establece la suya, por lo que hay que fijarse al firmar el contrato. Es posible que parte de dicha cantidad se bloquee en la tarjeta hasta la devolución.

Por último, también puedes verificar el tipo de seguro de cara a reclamar un gasto excesivo. En función del seguro que elijas te cubrirá unos daños u otros, por lo que ante cualquier percance que puedas tener en la carretera es conveniente revisar qué asistencias y qué costes te cubre.

CONSERVAS CASERAS. Cómo aprovechar los alimentos de forma segura en el hogar



La elaboración de conservas caseras constituye una manera de preservar alimentos perecederos y de aprovecharlos, evitando así el desperdicio alimentario. Además, permite disfrutar de alimentos de temporada durante todo el año.

Para poder realizarlas de forma segura es importante mantener unas normas de higiene adecuadas. **El principal riesgo asociado con el consumo de conservas caseras es el botulismo.** Esta enfermedad es poco frecuente, pero en ocasiones es mortal, y se produce por la ingestión de alimentos que contienen las toxinas producidas por la bacteria *Clostridium botulinum*. La presencia de toxinas botulínicas en las conservas no produce cambios organolépticos, por lo que no podemos detectar si un alimento está contaminado por cambios en su color, olor, sabor o textura.

¿Qué debo tener en cuenta antes de elaborar conservas caseras?

Antes de empezar:

- **Mantener la higiene en el lugar de elaboración.** Todos los utensilios, superficies y equipos que se empleen deben estar limpios y secos. Es necesario lavarse las manos tanto antes como durante la manipulación de los alimentos.
- Elegir tarros y tapas de materiales resistentes a los tratamientos térmicos, como, por ejemplo, cristal o acero inoxidable. Tanto los tarros como las tapas estarán previamente limpios, desinfectados y secos. Para ello se deben cubrir de agua y hervir durante al menos 15 minutos, dejándolos escurrir hasta que se sequen.

Selección de alimentos para elaborar la conserva:

Los alimentos que se van a utilizar deben ser frescos y estar limpios. En el caso de frutas y verduras, deben estar en condiciones óptimas de madurez, sin magulladuras ni daños externos. Antes de utilizarlas, debemos:

- Cortar las partes dañadas (si las hubiera).
- Lavar las piezas con agua potable.
- Es recomendable, si se emplean frutas u hortalizas como materias primas, desinfectarlas con lejía etiquetada como “apta para la desinfección del agua de bebida”, añadiendo una cucharilla de café llena (1,2 a 2 mililitros) de lejía por cada litro de agua. Hay que sumergirlas durante al menos 10 minutos y después enjuagarlas con abundante agua potable.
- Finalmente, se deben secar las piezas, preferiblemente, con papel de cocina.

¿CÓMO ELABORAR LA CONSERVA?

A la hora de elaborar la conserva, en función de si se trata de un producto ácido o alcalino, se escogerá el método que mejor se adapte, olla convencional u olla a presión, y se procederá a su elaboración siguiendo las etapas que se indican continuación:

Se pueden acidificar los alimentos durante su preparación añadiendo ácido cítrico o alimentos ácidos, como limón o vinagre, para reducir su pH y así reducir el tiempo necesario para su tratamiento. En todo caso, emplear la olla a presión ofrece mayor seguridad.

Alimentos ácidos
pH ≤ 4.5

Ejemplos: tomate, melocotón, piña, naranja, fresa, entre otros

Alimentos poco ácidos
pH > 4.5

Ejemplos: carne, pescado, legumbres y verduras

PASOS A SEGUIR PARA ELABORAR LA CONSERVA

1. Pelar, escaldar o cocinar los ingredientes o alimentos que queremos conservar.
2. No llenar los tarros totalmente, dejando libres unos 2-3 cm por debajo del borde del tarro.
3. Remover el contenido del tarro para asegurarse de que no hay aire en su interior y poner las tapas.
4. Colocar los tarros en una olla convencional, en posición vertical, con la tapa hacia arriba, sumergirlos en agua hirviendo (100°C) durante 1 o 2 horas, dependiendo del tamaño del tarro o del alimento.
4. Colocar los tarros en una olla a presión, en posición vertical, con la tapa hacia arriba. Llenar la olla de agua hasta cubrir completamente los tarros, dejando un espacio de 3-5 cm hasta la tapadera. Cerrar la olla y mantener la cocción de los tarros entre 20 y 60 minutos desde que empiece a salir el vapor. Retirar del calor y esperar hasta poder abrir la olla.
5. Extraer y poner los tarros boca abajo mientras se enfrían, para comprobar que el cierre es hermético.
6. Una vez frías las conservas, se almacenarán en un lugar fresco y seco, etiquetadas con el producto que contienen y la fecha de elaboración.

“SIEMPRE DIGO QUE EN CASA TENGO UN PÚBLICO MUY AGRADECIDO PORQUE DISFRUTAN CON TODOS LOS PLATOS QUE PREPARO”

Meli nos confiesa que descubrió su pasión por la gastronomía a través del amor de su madre por la cocina. *“De pequeña, a mis hermanos y a mí –y sigue haciéndolo en la actualidad- siempre nos sorprende con sus platos. Yo también quería transmitir algo similar con ellos. La cocina une y alrededor de una mesa siempre se disfruta. Me satisface preparar platos y ver cómo los comensales gozan de ello.”*

Empezó el blog *“Azúcar, sal y tijera”* con la idea de compartir con sus hijos la pasión que le contagió su madre. *“Un verano barajé con mi hija Paula la idea de darle forma a un blog para hacerles un recetario. Fue muy divertido, empezamos por el nombre, quería algo que enganchara y tuviera una nota entretenida, así que después de muchas tardes deliberando en la playa apostamos por cambiar las palabras de un juego de mi infancia: piedra, papel, tijera. Comenzaron nuestros pinitos con las primeras recetas y sus manos salían en las fotos que acompañaban al texto.”* Ahora ha llegado la era más digital y su hija le ayuda a poner en marcha Instagram.

La relación entre la cocina y los roles de género están cambiando. Antiguamente, se asociaba a la mujer con la comida casera mientras que el sector masculino copaba las cocinas profesionales. Sin embargo, cada vez hay más mujeres que destacan y desafían esta norma.

La igualdad ha llegado a la cocina y es esencial fomentar la diversidad en todas las áreas culinarias. La habilidad, la creatividad y el talento no tienen género.

Meli es la coordinadora del Aula de Cocina de la Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Cartagena, lo que implica compartir conocimientos culinarios con los miembros de la Asociación. Las clases abordan variedad de temas relacionados tanto con el montaje de las mesas como con la preparación de recetas con técnicas culinarias modernas. *“Uno de los propósitos es fomentar la interacción social, intercambio de recetas y experiencias. Me encanta escuchar y aprender el toque que cada una pone en sus platos.”*

Una de las singularidades de mis clases es la puesta en escena, me encantan las mesas bien vestidas; la decoración y el montaje de los platos.

Promovemos la alimentación saludable preparando comidas equilibradas y nutritivas. Así como una cocina de aprovechamiento utilizando al máximo

los ingredientes y evitando el desperdicio en la cocina, máxime cuando el ama de casa tiene que hacer malabares por el elevado coste del carro de la compra. Fomentamos la creatividad experimentando con ingredientes y creando combinaciones inesperadas y así disminuimos la cantidad de alimentos que terminan en la basura.”



Meli Egea, Una mujer que ha hecho de una pasión, una manera de crecer

Meli Egea, es una mujer emprendedora y apasionada con ganas de aprender, que disfruta con lo que hace y pone ilusión en ello.

Una mujer que ha hecho de una pasión, una manera de crecer. Licenciada en Turismo, asegura que su afición y su mayor sueño es la cocina.

Autora del Blog *‘Azúcar, sal y tijera’*, fue a raíz de empezar a darle contenido a sus redes sociales cuando se pusieron en contacto con ella empresas públicas y privadas, y entonces decidió crear su propio negocio, Meli Egea, destinado a la realización de eventos gastronómicos.

También es coordinadora del aula de cocina de la Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Cartagena, donde da clases a sus asociadas, trabajando con cocina de aprovechamiento, de temporada y hábitos saludables.

¿Qué consejo le darías a las jóvenes que quieren dedicarse a la cocina?

Dedicación y pasión. Que observen a su alrededor y se familiaricen con los productos desde los más básicos a los más exóticos. La cocina es un campo vasto y siempre hay algo nuevo por descubrir.

Y quizás mi mejor consejo: aprender de los errores, ya que son "oportunidades" para mejorar.

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

La Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Moratalla en la Noche de la Tortillas el pasado 14 de julio



El 1 de septiembre se inauguró la Capilla del Hospital que fue abierta después de su restauración en la que ha colaborado económicamente la Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Cehegín



La Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Monteagudo en las Fiestas de San Cayetano



CAMINATA DE ABARÁN



EL TELÉFONO 016 CUMPLE 16 AÑOS CON UN BALANCE DE 1,2 MILLONES DE LLAMADAS

En septiembre de 2007 se puso en marcha el 016, un teléfono de información y asesoramiento jurídico y psicológico creado para atender a las víctimas de violencia de género o a las personas de su entorno que necesiten saber cómo ayudar a una mujer que pueda estar siendo maltratada.



**16 años del 016:
más necesario
que nunca**



16 años después, el servicio celebra su aniversario habiendo atendido ya a más de **1,2 millones de llamadas por parte de todas las trabajadoras y expertas.**

Según ha recordado, el servicio es gratuito, **está disponible las 24 horas del día y los 365 días del año, y es completamente confidencial y anónimo.** Además, desde hace ya dos años atiende consultas sobre todos los tipos de violencias machistas (doméstica, sexual, trata, etc.), y no solo aquellas cometidas por las parejas o exparejas de las víctimas, como había sido lo habitual hasta 2021.

En los últimos años se ha notado un incremento de las llamadas por parte del entorno, y no solo de las mujeres que sufren violencia. Vecinos, amigos, primos, profesores o médicos que acuden al 016 para saber para saber cómo pueden tender la mano a una víctima de violencia machista para ayudarla a salir de esa situación.

El teléfono es atendido además por profesionales formadas en todo tipo de violencias y especializadas en distintos ámbitos para facilitar cualquier tipo de información, ya sea jurídica, psicológica o asistencial.

Aunque, según ha recordado la responsable del 016, no se trata de un servicio de emergencias, pero en el caso de que llame una mujer que está en un momento de especial vulnerabilidad, se deriva directamente a los servicios de emergencia para que actúen al momento.

LA COMUNIDAD CONVOCA LOS PREMIOS 'MAYORES REGIÓN DE MURCIA 2023'

La Consejería de Política Social, Familias e Igualdad, a través del Instituto Murciano de Acción Social (IMAS), ha convocado los premios **'Mayores Región de Murcia 2023'**, con el objetivo de reconocer y distinguir públicamente la labor de aquellas personas físicas, instituciones, entidades sociales y demás personas jurídicas que hayan destacado por su labor a favor del fomento y la sensibilización por la integración de las personas mayores en la Región de Murcia.

El Gobierno regional considera que es preciso hacer visible la participación de nuestros mayores en la vida social y cultural y destacar su aportación a la comunidad, tan útil y valiosa, dándoles así continuidad e impulsando el reconocimiento público de quienes se hayan distinguido por su labor, entrega y dedicación tanto en el ámbito autonómico como local a favor de las personas mayores.

Se distinguen tres modalidades: **un premio a la persona mayor del año**, en reconocimiento de quien se haya distinguido de forma eminente en cualquier ámbito de la vida social, cultural, política, laboral o económica. A estos efectos, se entenderá por mayor la persona que tenga 65 años o más.

Un premio al colectivo o persona física o jurídica que haya destacado por su labor de fomento y sensibilización en pro de la integración de las personas mayores en el ámbito autonómico de la Región de Murcia, promoviendo la sensibilización y difusión de las costumbres y tradiciones.

Un tercer premio que se otorgará a la entidad gestora pública o privada, colectivo o persona física o jurídica que haya destacado por su actuación innovadora, labor de fomento y sensibilización en pro de la cultura, el deporte o el entretenimiento, la integración, los cuidados y la atención orientados a las personas mayores en la Región de Murcia.

Pueden proponer candidaturas las consejerías y las entidades locales, así como las entidades de distinta naturaleza que participan y colaboran en la atención de los mayores en la Región de Murcia.