



## LA HISTORIA DEL CAMBIO DE HORA EN ESPAÑA: CUÁNDO COMENZÓ A RETRASARSE EN OTOÑO Y POR QUÉ

El domingo 29 de octubre se hizo el cambio de horario de invierno. Este horario se mantendrá hasta el próximo 30 de marzo. El cambio de hora tiene como objetivo ajustar las horas de luz diaria a la jornada laboral.

La historia de cómo España comenzó a fijar un horario diferente en invierno y en verano se inicia a principios del siglo XX. Hasta entonces, España tenía muchas zonas horarias diferentes, regidas por la salida y la puesta de sol, lo que originó desfases horarios de hasta 42 minutos entre las distintas zonas geográficas. La llegada del ferrocarril a finales del XIX lo cambió todo. La población comenzó a obsesionarse con la hora. Había una necesidad de conocer el minuto exacto. Fue en julio de 1900 cuando la Reina María Cristina de Habsburgo-Lorena puso fin al problema al firmar un decreto que unificó el horario en toda España. En él se incluyó a las Islas Canarias.

En 1918 se estableció por primera vez el horario de verano en España por un motivo de escasez energética. Sin embargo, las guerras del siglo XX impidieron hacer de esta modificación horaria un gesto habitual. Además, durante los años de la Guerra Civil en España había dos husos horarios, **el del bando nacional y el del bando republicano**, el primero acorde con el continental europeo y el segundo con el de Reino Unido y Portugal. Al término de la guerra, Franco adoptó definitivamente el horario continental para toda España excepto Canarias, para un mayor acercamiento a Hitler.

El cambio de horario se consolidó durante el último tercio del siglo XX. Fue en 1981 cuando se fijó el último domingo de marzo como fecha clave para establecer el horario de verano. En la actualidad, y desde 1996, el cambio de horario de invierno se realiza el último domingo de octubre.

REVISTA THADERCONSUMO. NÚMERO 65

### EN NOVIEMBRE 2023

- La historia del cambio de hora en España: cuándo comenzó a retrasarse en otoño y por qué
- ¿Quién puede contratar la tarifa PVPC en 2024?
- El gasto de los consumidores españoles en ropa para esta temporada otoño-invierno
- Seis consejos para reducir tu factura de luz y gas con la caída de los termómetros
- ¿Sabes qué residuo va en cada contenedor?
- La Federación Murciana de Asociaciones de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios THADERCONSUMO visita el Parlamento Europeo en Bélgica por el 60 Aniversario
- Actividades de las Asociaciones de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios
- ¿Puedo recibir una pensión de jubilación si tengo más de 65 años y no he cotizado nunca?



**Paquita Medrano**, vicepresidenta de la Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Alcantarilla presenta la revista nº75 de THADERCONSUMO.

*Pincha en la imagen para ver el video de presentación*

# ¿QUIÉN PUEDE CONTRATAR LA TARIFA PVPC EN 2024?

## NUEVAS CONDICIONES EN LOS CONTRATOS DE PVPC

A partir de 1 de enero de 2024 únicamente podrán contratar la tarifa PVPC (Precio Voluntario para el Pequeño Consumidor) **personas físicas** (consumidores y usuarios) y **microempresas** (empresas de menos de 10 trabajadores y volumen de negocios o balance general inferior a los 2 millones de euros), **con una tensión máxima de 1 kv o potencia inferior o igual a 10kw.**

### HASTA EL 31 DE DICIEMBRE PARA ACREDITAR LA CONDICIÓN DE MICROEMPRESA

El Real Decreto 446/2023 de 13 de junio modifica Real Decreto 216/2014, de 28 de marzo, determinando una nueva configuración para microempresa, así como la acreditación de microempresa y las obligaciones de estas.

Para acreditar la condición de microempresa deberá presentar a su comercializadora regulada (en la Región Curenergía) una declaración responsable. [Pincha aquí para acceder a la declaración responsable](#)

Si no se presenta o no se cumplen las condiciones y no se contrata una nueva tarifa del mercado libre, se aplicará a los beneficiarios del PVPC un recargo del 20%, es decir, 120% del coste de la factura en PVPC. Conforme al artículo 17. 1 del Real Decreto 216/2014, de 28 de marzo. El cambio en las condiciones o requisitos en microempresas debe hacerse con máximo un mes desde que cambiaron las circunstancias y la microempresa no cumplen, en defecto se aplicará el 20%.



## EL GASTO DE LOS CONSUMIDORES ESPAÑOLES EN ROPA PARA ESTA TEMPORADA OTOÑO-INVIERNO

*Llega el otoño y el cambio de armario. Guardar la ropa de verano y sacar prendas más adecuadas para afrontar el descenso en las temperaturas hace inevitablemente que muchas veces nos demos cuenta que necesitamos adquirir nuevas sudaderas o abrigos, aunque también influyen en esa decisión las tendencias o lo que se haya puesto de moda en ese momento.*

Es habitual, que los consumidores españoles hagan algún tipo de desembolso en ropa y calzado al comienzo del otoño. Esta temporada, no obstante, parece que el auge de la inflación está condicionando este comportamiento y el porcentaje de ciudadanos que gastará dinero en moda de otoño-invierno será inferior que el año pasado.

En concreto, el 51% de los españoles planea gastar entre 100 y 300 euros, lo que supone tres puntos menos que en 2022.



Solo el 11% realizará un gasto mayor en ropa estos meses, mientras que el 60% invertirá lo mismo y el 29% menos. En cuanto al modo de adquisición, la compra online se mantiene como el método preferido por los españoles y representará el 65% de las ventas totales de este otoño-invierno. De hecho, hasta un 75% asegura que esta temporada seguirá comprando sin tener que acudir a una tienda física.

Dentro del comercio electrónico, la mayoría de los usuarios realizarán sus compras a través de la aplicación o web de grandes plataformas multimarca, especialmente si estas ofrecen descuentos, algo que es determinante para el 39%, mientras que el 25% lo harán a través de los canales propios de las marcas.

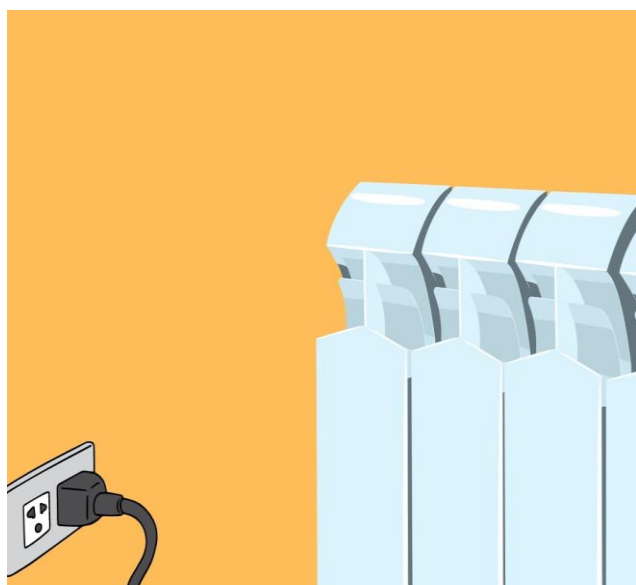
El 35% de los españoles prefiere hacer sus compras de forma presencial, lo que supone un aumento del 5% respecto al año anterior, y estas compras se repartirán entre los comercios a pie de calle (36%) y los centros comerciales (22%).

## SEIS CONSEJOS PARA REDUCIR TU FACTURA DE LUZ Y GAS CON LA CAÍDA DE LOS TERMÓMETROS

A medida que el otoño avanza, las temperaturas van descendiendo. Si bien comenzábamos la estación con valores por encima de lo normal para la época del año, ya se empieza a notar el aire más fresco y una notable bajada de los grados.

Un buen aislamiento de la vivienda puede marcar la diferencia. Y es que esto nos beneficia en cualquier época del año, ya que ayuda a regular la sensación térmica del interior tanto para el calor como para el frío.

- **Aislamiento del hogar:** A pesar de que aislar térmicamente la vivienda es costoso, hay pequeños gestos que pueden ayudar. Para ello, es importante verificar el buen estado de puertas, ventanas y persianas, así como sellar las rendijas o los huequitos por los que pueda haber escapes. También puedes instalar burletes bajo las puertas para mantener la temperatura.
- **Aprovechar las horas de luz:** Con el horario de invierno tenemos menos horas de luz al día, pero debemos aprovechar ese tiempo para ventilar, abrir ventanas, subir persianas, correr las cortinas y dejar pasar el calor y la luz a la vivienda hasta que el sol se ponga. De esta forma, el hogar regulará su temperatura interna de forma natural. Por otro lado, respecto a las bombillas, es recomendable utilizar unas de bajo consumo o LED, a la larga duran mucho más y ayudan a ahorrar hasta un 90% del consumo de energía.



- **Mantenimiento de los electrodomésticos:** La caldera y los radiadores son muy utilizados en los meses de frío, por lo que debemos tener en cuenta su cuidado y mantenimiento. Así, debemos purgar los radiadores antes de comenzar a usarlos y asegurarnos de que estén limpios y sin muebles delante que dificulten la difusión del aire.
- **Hacer un buen uso de la calefacción:** La calefacción en uno de los aspectos más importantes a tener en cuenta: cada grado supone una diferencia del 7% en el consumo. Por ello, hacer un buen uso, utilizándolo solo durante el tiempo necesario y a una temperatura suficiente ayudará a ahorrar en la factura.
- **Cuidado con el consumo fantasma:** Dejar los aparatos electrónicos conectados a la red, lo que se conoce como "consumo fantasma" aunque no estén encendidos o estén en reposo, continúa haciendo uso de la electricidad. Y esto representa hasta un 10% del total de la factura eléctrica de los hogares europeos, lo que se traduce a unos 60 euros al año. Para prevenir, no dejes nada conectado en *stand by* y desenchufa los cargadores después de usarlos y apaga el botón rojo de la regleta. Hay que tener en cuenta los aparatos que más consumen en reposo, que son la televisión, el aire acondicionado, el decodificador de la TDT, el DVD, el Wi-Fi y las consolas.
- **Ajustar la potencia contratada:** Otra posibilidad para ahorrar en el consumo de energía es ajustando la potencia eléctrica contratada. Y es que cuanto más potencia, más pagas: cada 1,15 KWh de potencia supone un gasto de unos 50 euros anuales. Esto significa que, si tienes una potencia contratada muy superior a la necesaria, estarías pagando más cuando realmente podrías realizar tus tareas cotidianas con menos.



## ¿SABES QUÉ RESIDUO VA EN CADA CONTENEDOR?



Aunque ya han pasado años desde que empezamos a reciclar, aún existen dudas sobre lo que debe depositarse en los contenedores de reciclaje amarillo, verde, azul y orgánico. ¿No sabes dónde tirar los pañales usados?, ¿a qué contenedor va la tapa del yogur? Ya no hay excusas para no reciclar: te explicamos qué va en cada contenedor.

En 2022, en España se entregaron para reciclar más de 1,6 millones de toneladas de envases domésticos, un 3,6% más que en 2021, de acuerdo con Ecoembes. Las cifras de reciclaje en nuestro país han aumentado mucho en los últimos años, pero todavía están por debajo de las de otros países europeos o de los objetivos establecidos por la Unión Europea para 2025.

### Contenedor amarillo:



- Botellas o envases de plástico.
- Bolsas de plástico (limpias y secas), excepto las bolsas de basura.
- Envases de corcho blanco o poliestireno expandido (porexpán).
- Latas de conservas, latas de bebidas y envases metálicos (como aerosoles).
- Briks, es decir, envases de cartón para leche, zumos y otras bebidas.
- Bandejas de aluminio.
- Tapas y tapones de plástico o metal y chapas.
- Tubos de pasta de dientes.
- Tarrinas y tapas de yogur.
- Bandejas de corcho blanco.
- Papel de aluminio.
- Papel film.
- Cajas de madera de frutos y verduras o vinos y otras bebidas.
- Envases de cerámica como los de los yogures o cuajadas.

Aunque a menudo crea confusión, no hay que tirar en el contenedor amarillo productos de plástico como juguetes estropeados, biberones, chupetes, utensilios de cocina o cubos de plástico. Todos ellos van al contenedor gris.

### Contenedor azul:



- Periódicos y revistas
- Cajas de cartón (aplanadas).
- Papel de oficina y de embalaje.
- Envases de cartón de alimentos, calzado, productos congelados...

Debes tener en cuenta que los briks no están hechos solo de cartón, también contienen plástico y aluminio, y es por ello que van al contenedor amarillo.

### Contenedor verde:



- Botellas, tarros y frascos de vidrio de cualquier color (recuerda retirar los tapones de plástico o metal antes y tirarlos en el contenedor amarillo).

¡Ojo! El cristal no es reciclable y no debe tirarse en el contenedor verde. Objetos como las copas, las bombillas o los espejos deben llevarse al punto limpio

### Contenedor marrón:



- Restos de comida y cáscaras de frutas y verduras.
- Cáscaras de huevo.
- Posos de café y bolsitas de té.
- Servilletas y papel de cocina usados.
- Residuos vegetales.



## “LOS ILUSTRADORES, AL EXPRESAR SUS IDEAS Y PERSPECTIVAS DE MANERA VISUAL, FOMENTAN LA CREATIVIDAD Y LA IMAGINACIÓN TANTO EN NIÑOS COMO EN ADULTOS”

Ana asegura que su ilustración nace a raíz de la necesidad de crear obras en un tamaño mediano, que sean fáciles de transportar y a la hora de guardarlas sean cómodas. *“Me acuerdo cuando estudiaba la carrera de Bellas Artes, tenía un trastero lleno de lienzos y materiales en el que siempre me faltaba espacio.”*

Dejó el lienzo y la pintura atrás, pero seguía con la necesidad de expresarse mediante el arte. Empezó llevando cuadernos a los sitios y dibujando bocetos a bolígrafo. Luego, se hizo con un set de acuarelas de viaje y en sus momentos de relax los sacaba del bolso y practicaba. Al final se volvió un hábito en las excursiones y rutas que hacía y un imprescindible en los viajes. *“Tengo acuarelas de Mallorca, Menorca, Galicia, Cádiz y por supuesto de la mayoría de playas de la Región.”*

La ilustradora Ana Pujante lleva algunos años dando clase, empezó en actividades extraescolares en colegios y luego siguió a nivel más profesional en una academia de arte. Ahí descubrió realmente que le encantaba pasar tiempo creando proyectos con sus alumnos y disfrutaba viendo sus caras orgullosas cuando conseguían realizar un buen trabajo.

*“Seguí por esa línea y aproveché algún verano para dar algún taller más específico de acuarela en la playa, fueron un poco improvisados, ya que era más bien una quedada de amateurs del arte.”* Tuvo muy buena acogida y gustó tanto que le preguntaban si daba clases en algún sitio donde pudieran ir periódicamente. En ese momento, se planteó buscar una alternativa a ese problema, ya que no disponía de local ni posibilidad de coger alguno. Hace poco que está utilizando un espacio muy cómodo y amplio situado en el centro comercial Myrtea, en Murcia. Allí tiene la posibilidad de hacer talleres y de tener más visualización, ya que es un espacio muy concurrido. Además, gracias a las redes sociales puede promocionar los cursos y talleres que se van a realizar y dar a conocer su trabajo.

Ana cree que, los ilustradores contribuyen significativamente a la cultura visual de nuestra sociedad. Sus obras aparecen en libros, revistas, películas, videojuegos, publicidad y muchos otros medios que influyen en la forma que las personas perciben e interactúan con el mundo que les rodea.

La ilustración juega un papel muy importante, **permiten contar historias de una manera más visual mediante imágenes. Pueden simplificar conceptos complejos y hacer que la información sea más accesible y comprensible para todo el público.** La mayoría de cuentos y libros ilustrados son una expresión gráfica de esa narración, pueden exagerar características, crear mundos surrealistas y jugar con la perspectiva de una manera que por ejemplo los fotógrafos a menudo no pueden.



### ANA PUJANTE VERA, ILUSTRADORA

Ana Pujante Vera, más conocida en redes sociales como @Vera\_ArtStudio, es ilustradora, sobre todo, pinta paisajes de la Región de Murcia. En su día a día le gusta seguir aprendiendo, conocer rincones nuevos e interpretar esa visión en sus acuarelas, tanto de la historia como del ambiente.

Confiesa que está en una fase en la que su proceso creativo se ha convertido en un espacio donde sanar, reflexionar y respirar del día a día. Para Ana, es su vía de escape, donde las horas pasan sin darse cuenta y la mente descansa de tanto ruido.”

*“Me encantaría poder transmitir esta paz mental que siento con otras personas y a la vez que puedan descubrir que es el arte, en qué consiste la pintura, el estilo en acuarela, la base del dibujo y muchas cosas más. Hay tantas opciones por experimentar que, ¿Por qué elegir solo una?”*

#### ¿Qué consejo le darías a aquellas mujeres que quieren empezar en la ilustración?

Practica regularmente, muchas veces queremos llegar a un estilo o a una técnica que nos gusta de la noche a la mañana. Tienes que tomar un tiempo para hacer esa técnica tuya, con la que te sientas cómoda y disfrutes.

Mi consejo es que ya seas un artista tradicional o digital lèves contigo un cuaderno de bocetos para capturar en cualquier momento esas ideas, dibujos rápidos y observaciones que pasan por tu mente a lo largo del día.

# LA FEDERACIÓN MURCIANA DE ASOCIACIONES DE AMAS DE CASA, CONSUMIDORES Y USUARIOS THADERCONSUMO DE VISITA EL PARLAMENTO EUROPEO EN BÉLGICA POR EL 60 ANIVERSARIO

Bruselas



Bruselas



Gante



Parlamento



Amberes



Malinas



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

La Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Cuevas de Reylo celebran los 25 años de la asociación con la presencia de la presidenta de THADERCONSUMO, la concejala de la mujer y la alcaldesa del Ayuntamiento de Fuente Álamo



La Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Águilas celebra el 100 cumpleaños de su socia más longeva, Maravillas Sánchez Álvarez



Taller de Seguridad vial y Movilidad a cargo de D. Víctor Javier Navarro Iñiguez en la Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Cartagena



La Asociación de Amas de Casa, Consumidores y Usuarios de Cieza en el taller de Prevención, Reutilización y Reciclaje de residuos



# ¿PUEDO RECIBIR UNA PENSIÓN DE JUBILACIÓN SI TENGO MÁS DE 65 AÑOS Y NO HE COTIZADO NUNCA?

La edad legal de jubilación ordinaria actualmente en España es de 66 años y 4 meses cuando se tengan cotizados 37 años y 9 meses. Si se hubiera cotizado durante más tiempo, el trabajador se podrá jubilar con 65 años.

El primer requisito obligatorio para cobrar una pensión en España es que hayas **cotizado al menos durante 15 años** y, de ellos, **como mínimo deben incluirse 2 entre los 15 años inmediatamente anteriores a la fecha de jubilación**.

Las personas que no hayan podido cotizar este mínimo de años, y que cumplan 65 años, podrán cobrar una pensión no contributiva. Las **pensiones no contributivas** son prestaciones económicas que se reconocen a aquellos ciudadanos que, encontrándose en situación de necesidad protegible, carezcan de recursos suficientes para su subsistencia en los términos legalmente establecidos, aun cuando no hayan cotizado nunca o el tiempo suficiente para alcanzar las prestaciones del nivel contributivo.

## Requisitos para acceder a la pensión no contributiva en 2023:

- **Edad:** Tener 65 o más años.
- **Residencia legal en España:** Este requisito se entenderá cumplido, cuando se haya residido en España como mínimo 10 años y, al menos, dos de ellos, deberán ser inmediatamente anteriores a la fecha de solicitud y haberse realizado ininterrumpidamente.
- **Tener ingresos insuficientes:** Es posible cobrar esta pensión cuando las rentas o ingresos personales disponga una persona, en cómputo anual para 2023, sean inferiores a 6.784,54 euros anuales.

## Cuánta y como solicitarlo

La cuantía de esta pensión oscila entre los 6.784,54 euros y los 1.696,14 euros anuales repartidos en 14 pagas, dos de ellas extras. Es decir, al mes se cobrarán 484,61 euros o 121,15 euros si reciben la mínima del 25%.

Para solicitarlo hay que acudir a los órganos competentes de cada comunidad, o a las direcciones provinciales del Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO) en las ciudades de Ceuta y Melilla.



## Superar los ingresos máximos

Se tiene en cuenta la situación familiar y el número de personas que conviven con la persona que recibe esta ayuda.

- **Dos convivientes, el límite anual es 11.533,72 €**
- **Tres está en 16.282,90 €**
- **Cuatro el límite es de 21.032,08 €**

Por otro lado, si dentro de la unidad familiar se encuentran los hijos o padres, los límites aumentan de esta manera:

- **Dos convivientes: 28.834,30 €**
- **Tres convivientes: 40.707,25 €**
- **Cuatro convivientes: 52.580,20 €**

## No declarar los ingresos

La Seguridad Social debe saber cuáles son los ingresos de cada unidad familiar, y estos deben declararse durante el primer trimestre del año. Si no se declaran, el organismo suspenderá la prestación, aunque podrá volver a recibirla si se informa de ellos, y se cumplen los requisitos.

## No informar de cambios en tu situación personal

Entre las actualizaciones que tienes que informar son el estado civil, la unidad de convivencia o el lugar de residencia. Esto no quiere decir que al casarte perderás la pensión. Lo harás si no avisas o si dejas de cumplir los requisitos. **Y si has cobrado de más sin avisar del cambio, deberás devolverlo.**

## Cambios de profesión

Los cambios de profesión también son un motivo para dejar de recibir esta prestación y empiezas a superar el umbral mínimo de ingresos.