

# mujiemprededora

## Reportajes

¿Satisfecha con el tiempo que dedicas a tu hogar?

## Entrevista

Megan Maxwell, autora de 'Pídemelo que quieras o dejame'

# Jóvenes

por la igualdad y el emprendimiento



En España  
1,5 millones de personas  
padecen cáncer



ASOCIACIÓN ESPAÑOLA  
CONTRA EL CÁNCER



ÚNETE,  
HAZTE SOCIO



902 886 226



Asociación Española Contra el Cáncer  
Infocáncer 900 100 036 - [www.aecc.es](http://www.aecc.es)





Jóvenes por la igualdad y el emprendimiento



¿Satisfecha con el tiempo que dedicas a tu hogar?



Megan Maxwell, autora de 'Pídeme lo que quieras o déjame'

## 5 ZONA OPINIÓN

5 **¿Diferencia de sexo? No, de valores**  
Anna Conte

## 6 ZONA HECHOS

6 Tema de portada  
Jóvenes por la igualdad y el emprendimiento

11 **La noticia del verano**

12 **Reportaje**  
Inteligencia emocional para emprendedoras

## 13 ZONA MUJER

15 **Se nace emprendedora**

M<sup>o</sup> Ángeles Tejada

16 **Protagonistas**

17 **No dejes que el tiempo se escape**

Ana M<sup>o</sup> Herrero

## 19 ZONA EMPLEO

19 **Atrévamonos a marcar la diferencia en selección**

Marta Díaz Barrera

20 **Reportaje**

¿Satisfecha con el tiempo que dedicas a tu hogar?

22 **Autónomos**

Por la reactivación del comercio andaluz

24 **Sindicatos**

## 30 ZONA OCIO

26 **Cultura**

27 **Museo Picasso Málaga**

28 **Citas**

29 **Libros**

30 **Salud**

31 **Motor**

32 **Entrevista**

Megan Maxwell, autora de 'Pídeme lo que quieras o déjame'

## 34 ZONA OPINIÓN

**Hablo de un amigo**  
Manuel Bellido

## staff

EDITA: Grupo Informaria, empresa informativa fundada en 1996

FUNDADOR: Manuel Bellido

REDACCIÓN Y COLABORADORES:

Anna Conte, Isabel García, José Santos, M<sup>a</sup> Ángeles Tejada,

Ana Pagador, Lourdes Otero, Vanessa Calvo,

Ana María Herrero y Susana Muñoz

DIAGRAMACIÓN: Francisco Javier Collados

FOTOGRAFÍA: Archivo Mujeremprendedora, Agencias

Dirección, Administración,

Distribución y Publicidad:

Recaredo, 20, 2<sup>o</sup>- 4, 5 y 6. 41003 Sevilla.

Tel.: 954 53 98 47 / 98 72 22 Fax: 954 53 31 43

ISSN 1575-9377

Depósito Legal: SE-3043-99

www.mujeremprendedora.net

E-mail: mujeremprendedora@mujeremprendedora.net

redaccion@mujeremprendedora.net;

digital@mujeremprendedora.net

annaconte@mujeremprendedora.net

Premio  
**ALMUR**



Premio  
**ARCO IRIS**



ahora  
no  
podemos  
parar  
de **salvar vidas**

Sin la Ayuda Oficial al Desarrollo, la reducción de la mortalidad infantil está en riesgo. **¡Déjanos tu firma!**

**[ahoranopodemosparar.org](http://ahoranopodemosparar.org)**

unicef 



## para empezar annaCONTE

annaconte@mujerempresadora.net

Editora

# ¿Diferencia de sexo? No, de valores

“Para una mujer hacer una carrera es más difícil, pero es más divertido”, en un primer momento me pareció una afirmación algo desconcertante, incluso presuntuosa. Después, me han bastado pocos párrafos de una biografía de la “autora” para cambiar de opinión; me ha ofrecido el retrato de una mujer que ha hecho de su vida un ejemplo: Marisa Bellisario.

"Estoy sola y parto desde cero: es mi vocación", escribe Marisa emprendiendo una de sus innumerables desafíos empresariales; como para decir que todas las mujeres, si están decididas y le echan valor están en grado de perseguir sus ilusiones, y alcanzar cualquier meta, en la vida y en los negocios.

Marisa Bellisario, italiana, nacida en Turín en 1935, llega en el 59, recién laureada en Economía y Comercio, a la división de electrónica de Olivetti; le proponen un trabajo en Milán, en el mundo de la informática, un universo -en esos años en Italia- inexplorado, por temerarios. Como Marisa, que de hecho, acepta. En 1964, sin embargo, debido a la crisis económica, la división de electrónica se vendió a la General Electric y comienzan los intercambios internacionales.

Su capacidad, competencia y decisión son apreciadas también en Nueva York, donde se afirma como protagonista en Honeywell. En el 79, fue nombrada PresidentA de la Olivetti Corporation of America, cargo que mantiene hasta 1981, año que regresa a Italia, nombrada consejera delegada de Italtel, una empresa pública que atraviesa en esos momentos una fase aguda de la regresión: 30.000 empleados, un grupo de 30 empresas electromecánicas, anticuada y con graves pérdidas... Marisa tiene que tomar decisiones valientes y con visión de futuro; su plan de reestructuración suscita el escepticismo de los sindicatos que le van en contra, mientras que la prensa insiste en que se ha escogido una mujer para ese cargo solo con la intención de endulzar el cierre de Italtel. ¿Y Marisa qué hace? Sigue adelante y en tres años consigue un superávit presupuestario, facturando, en euros, 670 millones. Un ejemplo de una reestructura-

ción de empresa pública que termina en los manuales de economía concediéndole en el 86 el premio de empresario del año.

En Italia, Marisa es la primera mujer a sacar adelante una carrera en el mundo de las telecomunicaciones y la informática y la primera a ver este sector como el “futuro de las naciones”; no sólo: invita a las mujeres a estudiar, investigar, innovar, ya que “la tecnología es el mejor aliado que la mujer pueda haber tenido nunca”. La suya es también la primera carrera de proyección internacional: no por nada Marisa escribió que había “descubierto veinte años antes que economistas y expertos que una empresa tienen que ser internacional.”

Está segura y orgullosa de su feminidad y añade un color nuevo a la proverbial imagen en gris de los administradores delegados; elegantes, con estilo, sabe conjugar estilo empresarial y sensibilidad. La precian y la estiman no solo los altos ejecutivos de otras grandes empresas, sino también políticos, sindicalistas, trabajadores y empleados. En su modelo de vida y de trabajo no hay lugar para las diferencias de sexo, sino de valores, y de esta manera logra sublimar la idea de igualdad.

En agosto de 1988, una enfermedad incurable se la lleva, cuando tenía apenas 53 años. En su libro autobiográfico, Marisa se lamentaba de no haber hecho más por las mujeres. Quién sabe, quizás en esto se equivocaba... Dedicada a ella ha nacido una fundación que otorga reconocimientos anualmente a una lista de mujeres que se han distinguido en su profesión, en la empresa, en la ciencia, en la economía y lo social a nivel nacional e internacional. Este año, en junio, el premio llegó a su edición número 25, y tuve la oportunidad de verlo en TV; allí he visto mujeres normales, lejos de los estándares de las portadas de papel cuché y de los estereotipos de la moda, eran empresarias, diseñadoras, economistas... que emanaban inteligencia, positividad, feminidad. Para todas ellas, la historia de Marisa había abierto un camino.

La Fundación la ha querido Lella Golfo, empresaria y política italiana cuyo nombre está vinculado a la ley que introdujo las cuotas de género en los consejos; la tendencia política de Lella es diametralmente opuesta a la de Marisa en su tiempo; y sin embargo, no hay fracturas, no hay vallas, como no las hay entre las mujeres galardonadas en estos últimos 25 años, que provienen de las más diversos extracciones culturales y sociales. Una abanico riquísimo, donde la diversidad no resta, más bien suma. ●

# Jóvenes

por la igualdad y  
el emprendimiento





El Instituto de la Juventud de España (INJUVE) hizo público el pasado mes de agosto coincidiendo con el Día Internacional de la Juventud, el Informe Juventud en España 2012. El estudio, que tiene una periodicidad cuatrienal, refleja la situación de las personas jóvenes en España (entre 15 y 29 años de edad) en aspectos como los valores, la economía, el empleo, la formación, la salud y el tiempo libre. El informe se ha elaborado en base a una encuesta específica con una muestra de 5.000 personas, así como con datos extraídos de una treintena de fuentes secundarias INE, CIS, Eurostat, etc.



El informe cifra la población juvenil en España en 7,5 millones de personas de entre 15 y 29 años, lo que representa un 15,6% sobre el conjunto de la población. De acuerdo con la encuesta, este colectivo está mayoritariamente satisfecho con su vida. De hecho, el nivel de satisfacción (una media de 7,6 en una escala del 1 al 10) se sitúa por encima de la media de la Unión Europea (7,3).

#### Valores e intereses.

En cuanto a los aspectos a los que la población juvenil da más importancia, destaca, en el ámbito privado, el entorno más afectivo más inmediato: los amigos y la familia. El 96,8% cita la amistad como aspecto importante y el 93,9%, la familia. Les sigue la salud, que es mencionada por un 92,8% de los encuestados. El dinero, el sexo y el aspecto físico quedan más relegados de lo que habitualmente se supone.

En la esfera pública, lo más importante

## La lealtad y la igualdad de oportunidades, lo más valorado por los jóvenes españoles. Así lo revela en el Informe Juventud en España 2012, publicado en el Día Internacional de la Juventud, y que señala además una voluntad clara de emprender por parte de la juventud de nuestro país

para los jóvenes es, en primer lugar “ser leal a los amigos y a la gente próxima” y “la igualdad de oportunidades entre las personas”. Les siguen “ayudar a otros y preocuparse por el bienestar de los demás” y “cuidar el medioambiente”.

Los asuntos de actualidad por los que los jóvenes sienten mayor interés son, por este orden, los avances tecnológicos, la igualdad de género y el medio ambiente. La inmigración, la política y la religión son los que suscitan menos interés. En este sentido, el interés por la política formal sigue estando por debajo de la media europea (26,4% en España frente al 34% en la UE).

#### Nuevas tecnologías y tiempo libre.

Una de las principales conclusiones del Informe Juventud en España 2012 es la constatación de la presencia masiva de las nuevas tecnologías en la vida de los adolescentes y jóvenes. Hasta tal punto, que se la puede considerar la primera “Generación Joven Globalizada”, que se va constituyendo como consecuencia del uso masivo y muy temprano de las tecnologías de la información, de la comunicación y del conocimiento, más allá de las diferencias idiomáticas, culturales, políticas o económicas.

De acuerdo con la encuesta de Equipamiento de Tecnologías en hogares del INE, la presencia de Internet en el domicilio era en 2012 del 67% (frente al 31% de 2004) y el 96% de los hogares contaban con teléfono móvil (frente al 77% de 2004).

El Informe destaca que los jóvenes, además, consideran esenciales estas tecnologías en la vida cotidiana. El 90,9% de los encuestados de 18 a 24 años creen que el teléfono móvil es “muy” o “bastante” necesario, frente a un 67,3% de las personas de entre 55 y 64 años. En cuanto a Internet, el 87% de los menores de 24 años la considera de este modo, frente a sólo el 44% de los encuestados de mayor edad.

Si bien “salir con amigos” es la primera actividad relacional, muy practicada, se ve complementada de modo creciente por el uso casi

permanente de tecnologías de relación social. Prueba de ello es el importante aumento del uso de las redes sociales: en sólo tres años (de 2009 a 2011) ha pasado del 60 al 90% entre los jóvenes. El empleo de estas redes es superior entre las mujeres.

#### Formación y empleo.

En relación a la educación, se ha producido un repunte en los últimos dos años del porcentaje de jóvenes que finalizan los estudios de Secundaria, así como de los que cursan estos estudios y universitarios. España, de hecho, está por encima de la media europea en porcentaje de alumnos que terminan su formación universitaria. El abandono escolar también se ha reducido, aunque sigue estando por encima de la media europea.

En cuanto a la situación laboral, el desempleo ha aumentado desde el año 2007, de acuerdo con los datos de la EPA y ha afectado fundamentalmente a los jóvenes con niveles formativos intermedios y bajos. España

**>> Los avances tecnológicos y la igualdad de género, los asuntos de actualidad que generan mayor interés entre la población de 15 a 29 años**

es, además, uno de los países con una ratio más reducida de jóvenes emprendedores (un 4%), aunque la EPA ha constatado que se ha producido un ligero incremento en el número de jóvenes que emprenden un negocio a partir de 2011.

De hecho, los datos muestran una clara voluntad de emprender entre los menores de 29 años: el 46,3% preferiría trabajar por cuenta propia y el 29,5% está pensando en abrir un negocio.

En cuanto a los salarios, se mantiene la tendencia relativa a la desigualdad salarial de las mujeres jóvenes, que ganan, de media, 104 euros menos que los varones.



>> El informe revela una voluntad clara de emprender: el 46,3% de los jóvenes preferiría trabajar por cuenta propia, y el 29,5% está pensando abrir un negocio

### Familia y convivencia.

En los últimos años se ha reducido sensiblemente la tasa de emancipación de los jóvenes (25% en 2008 frente a 20% en 2012). Sin embargo, no se ha producido un incremento significativo de la dependencia familiar, como podría esperarse de los efectos de la crisis. El 84,8% de los jóvenes que no tienen autonomía económica recibe ayuda de sus padres.

Los jóvenes emancipados viven mayoritariamente en pareja sin hijos. Sólo un 4,3% viven solos, y otro 5% en pisos compartidos. Tampoco suelen vivir con hijos, pues tienen pocos y a edades tardías, aunque manifiestan que desearían tener más.

La mayoría de los jóvenes (el 79,2% de la población entre 18 y 30 años) manifiesta su preferencia por la familia en la que ambos miembros de la pareja trabajan y comparten las tareas domésticas. Sin embargo, el 24,7% de los jóvenes entrevistados considera que es la mujer la que

debe reducir el tiempo de trabajo para ocuparse del cuidado de los hijos.

### Estado de salud y hábitos de vida.

La salud de los jóvenes españoles es, en general buena, y así lo perciben. La mortalidad ha descendido de manera sostenida desde 1990, y los accidentes de tráfico se mantienen como primera causa de fallecimiento en menores de 25 años, causando casi la mitad de las muertes, con una prevalencia muy superior en varones. Aun así, la prevalencia de accidentes de tráfico ha descendido.

Pese al buen estado de salud general, la cuarta parte del grupo entre 16 y 24 años ha sido diagnosticada de alguna enfermedad crónica o de larga duración (alergias, asma, etc.).

Los jóvenes aseguran tener información sobre salud afectivo sexual, y prueba de ello es el descenso en el número de embarazos no deseados. No obstante, aún persiste una proporción relevante de quienes realizan prácticas de riesgo.

>> Los jóvenes españoles prefieren mayoritariamente la familia en la que **ambos miembros de la pareja trabajan y comparten las tareas domésticas**

En cuanto al consumo de sustancias estupefacientes, ha descendido en todas las drogas a excepción del alcohol, incluidos tabaco, cannabis y cocaína.

Los Informes Juventud en España se iniciaron en 1984 con ocasión del Año Internacional de la Juventud, que se celebró en 1985. En consecuencia, éste que se acaba de publicar es el octavo y, en conjunto, abarcan casi 30 años de estudios ininterrumpidos sobre juventud, que responden a indicadores y variables constantes a lo largo de este tiempo, y que permiten realizar análisis diacrónicos comparativos a través de series históricas. ●



# LA FUERZA DE LA COOPERACIÓN

**EMPRESAS NUMERARIAS:** ABENGOA · ABENGOA SOLAR · ACCIONA · AIRBUS · AIRBUS MILITARY · AT4 WIRELESS · AYESA · AZVI · BANCO SANTANDER · CAF · CAJA GRANADA · CAJAMAR · CAJASOL · CAJASUR · CEPSA · CIAT · CORPORACIÓN DE EMPRESAS MUNICIPALES DE SEVILLA · CORPORACIÓN GARCÍA ARRABAL · CORPORACIÓN MONTEALTO XXI · COSENTINO · DEOLEO · ENDESA · FUNDACIÓN PRASA · GAMESA · GAS NATURAL FENOSA · GEA-21 · GREENPOWER · GRUPO ITURRI · GRUPO RAFAEL GÓMEZ · GRUPO SACYR CONSTRUCCIÓN · GRUPO SÁNCHEZ-RAMADE · HERBA RICEMILLS · IBERDROLA · INDRA · INERCO · ISOFOTON · LA CAIXA · LABORATORIOS FARMACÉUTICOS ROVI · MP CORPORACIÓN INDUSTRIAL · NOVASOFT · PERSAN · SOLURBÁN · TELEFÓNICA · TORRESOL ENERGY · UNICAJA · VODAFONE · ZED WORLDWIDE · **EMPRESAS COLABORADORAS:** ABEINSA · ABENGOA BIOENERGÍA NUEVAS TECNOLOGÍAS · AGENCIA DE GESTIÓN AGRARIA Y PESQUERA DE ANDALUCÍA · AGENCIA DE MEDIO AMBIENTE Y AGUA DE ANDALUCÍA · ALIATIS · ALTER TECHNOLOGY TUV NORD · ANAFOCUS · APPLUS SERVICIOS TECNOLÓGICOS · AQUAGEST ANDALUCÍA · ARION GRUPO · AURANTIA · BEFESA MEDIO AMBIENTE · BIOMEDAL · BIONATURIS · BIOSEARCH LIFE · BRAIN DYNAMICS · BY TECH INNOVATIONS · CAJA RURAL DEL SUR · CARBURES · COBRA · CORPORACIÓN EMPRESARIAL ALTRA · COVAP · CHEMTROL · DECISIONES GEOCONSTRUCTIVAS · DETEA · DRAGADOS OFFSHORE · FAASA · GHENOVA · GRUPO ALBATROS · GRUPO ARELANCE · GRUPO RAFAEL MORALES · GUADALTEL · HEINEKEN · HOLCIM · INGENIA · INGENIATRICS · ISOTROL · LABORATORIOS PÉREZ GIMÉNEZ · MAGTEL · NEOCODEX · NEURON BIO · PLAN 3 · PRODUCCIONES Y DESARROLLOS ANDALUCES · REDSA · REVERTÉ · SANDO · SELMA · SODINUR · STRADA · TELVENT · TINO STONE GROUP · **EMPRESAS ASOCIADAS:** ADEVICE SOLUTIONS · ADSAT · AGROSEVILLA · ALENER SOLAR · ALFOCAN · AMBISAT INGENIERÍA AMBIENTAL · AORA SOLAR · ASTER · ATLANTIC COPPER · BARCELÓ VIAJES · CALPE INSTITUTE OF TECHNOLOGY · COMPASS MOBILE · CYCLUS · DECISIÓN EMPRESARIAL · DITECSA · EÓLICA DEL ZENETE · EPCOS ELECTRONIC COMPONENTS · ERMESTEL · GMV · GRAPESA · HISPACOLD · IBERHANSE · IHMAN · INFARMADE · INNобен · INNOVES · INTELLIGENT DIALOGUE SYSTEMS · INYPSA · IRRADIA ENERGIA · MILENIO SOLAR · NETEMAN · NEWBIOTECHNIC · NOXIUM · OESÍA NETWORKS · OMYA CLARIANA · P CRUZ · PROCESOS INDUSTRIALES DEL SUR · PROTOTEC · RECICLADOS TUCCITANOS · RESBIOAGRO · SAVIA BIOTECH · SEABERY SOLUCIONES · SEFOSA · SHS CONSULTORES · SISTEMAS PRODETEX · SKYLIFE ENGINEERING · TEAMS · VALDEMAR INGENIEROS · VIRTUAL SOLUTIONS · VIVIA BIOTECH · VORSEVI · WELLNESS TELECOM · **UNIMOS PROYECTOS, OBTENEMOS RESULTADOS. GRACIAS A TODOS.**



[www.corporaciontecnologica.com](http://www.corporaciontecnologica.com)

Una alianza estratégica para el desarrollo de la innovación en Andalucía



# DEJE DE PENSAR EN LA BASE DE DATOS,



## Y DEJE QUE LA BASE DE DATOS PIENSE POR USTED.

En INFORMA D&B, contamos con las bases de datos más fiables que existen actualmente en el mercado, pero lo que realmente nos diferencia de nuestra competencia son nuestras **Soluciones de Marketing Inteligente**.

**GRS:** Podrá encontrar a su público objetivo entre más de 220 millones de empresas con acceso flexible desde un país hasta todo el mundo.

**SABI:** Le permite manejar la información general y cuentas anuales de más de 1,2 millones de empresas españolas y más de 400.000 portuguesas.

**MARKET INSIGHT:** Modeliza e identifica a sus mejores clientes para aumentar la respuesta y la rentabilidad de sus acciones de marketing.

**CONSULTORÍA, AMADEUS, ORBIS, MINT, ETC:** Todas las herramientas que le permitirán optimizar, actualizar, depurar y enriquecer sus bases de datos para conseguir los mejores resultados.

# INFORMA

La Empresa Líder en **SOLUCIONES DE MARKETING INTELIGENTE**



Decide with Confidence

INFÓRMESE  
902 176 076





**Isabel GARCÍA**

redaccion@mujerempredadora.net

## *La noticia del verano*

**S**eñoras y señores... ¿saben ustedes cuál ha sido la noticia del verano? ¿Que el número de niños y niñas sirios refugiados alcanzó el pasado agosto el millón convirtiéndose en un hito histórico vergonzoso? No, hombre, por favor. La verdadera y gran noticia del verano ha sido el fichaje por parte del Real Madrid del galés Gareth Bale, hasta ahora jugador del Tottenham inglés por el que el club ha pagado 91 millones de euros, convirtiéndose así en el fichaje más caro de la historia del fútbol. Cuánto honor para una liga de fútbol (para unos la mejor para otros la más podrida) como la nuestra. ¿No están ustedes orgullosos como españoles que son? Fíjense si es para estar orgullosos que hasta el telediario de la BBC abrió el día de la presentación del jugador con conexión en directo con Madrid o que hasta diarios de tirada nacional de nuestro país le dedicaron la portada a este muchacho con su nueva camiseta.



No sé ustedes pero yo estoy que no quepo en mí de la felicidad que me produce que se haya pagado ese dinerito por un hombre que dará pataditas a un balón. Seguro que gracias a él nos baja la prima riesgo y, por supuesto, las cifras del paro. Seguro que gracias a él cientos de investigadores de nuestro país dejan de tener que abandonar su tierra por falta de financiación. Seguro que gracias a él, y aunque nos queda tan lejos de nuestra realidad, se produce en Siria el inicio de la retirada estadounidense en el país. Lo que ya no está seguro es dónde habrá sacado el dinero el Real Madrid para pagar dicha cantidad o si este muchacho tributará lo que gane en nuestro país, porque de eso, señores, no se ha hablado. Da igual, qué más da... a mí mientras me cuenten si a Bale le gusta más la tortilla de patatas o la paella valenciana dentro de un mes me es suficiente.

Y ahora ya, ironías a un lado, y dejando claro que entiendo que el fútbol es ya no un deporte sino un negocio en el que todos quieren sacar tajada y que el Real Madrid como empresa está legitimado para gastarse el

**“Seguro que gracias a Gareth Bale nos baja la prima riesgo y, por supuesto, las cifras del paro. Seguro que gracias a él cientos de investigadores de nuestro país dejan de tener que abandonar su tierra por falta de financiación.”**

dinero donde buenamente crea que debe gastarlo, me pregunto: ¿de verdad esto es moralmente correcto? ¿En qué clase de sociedad vivimos que nos tragamos la sobredosis futbolística vigente? ¿En qué clase de sociedad vivimos que deja en la noticia del fichaje del jugador publicada por el diario Marca en su web casi 3.000 comentarios (y subiendo)? ¿En qué clase de sociedad vivimos que de un acto como el de la presentación de Gareth Bale hace un acto multitudinario con la presencia en el Santiago Bernabeu de más de 25.000 personas y medios de comunicación procedentes de todo el mundo? ¿En qué clase de sociedad vivimos si esta es la noticia del verano?

Creo que empiezo a dejar de sentirme orgullosa... ●

# Inteligencia emocional para emprendedoras

Algunas veces ocurre que una persona muy brillante en los estudios, sobre la que su familia y amigos han depositado grandes esperanzas, a la hora de entrar en el mercado de trabajo, no acaba de encajar, le cuesta adaptarse, no se relaciona asertivamente con sus compañeros y jefes, lo pasa mal... algo falla.

En la educación tradicional le ha dado gran importancia a la inteligencia racional, en detrimento de la inteligencia emocional. Por esa razón nos encontramos a menudo con auténticos analfabetos emocionales.

Las emociones son las que nos hacen avanzar y disfrutar o "naufragar". Si piensas en una persona a tu alrededor a la que admiras porque consideras que tiene talento y ha triunfado ¿qué características destacarías de ella?

Probablemente me respondas que es una persona que siempre está motivada, que es perseverante, que se conoce a sí misma, que se relaciona bien con los demás, que cree en sí misma, que es independiente, se centra en los objetivos, sabe planificar el trabajo, que supera las dificultades personales... Si es así, estamos hablando de una persona con un alto índice de Inteligencia Emocional.

La finalidad de las emociones es que la persona que las experimenta pueda ajustarse a la situación en la que se encuentra, es decir, reconocer sus necesidades y adoptar comportamientos necesarios para satisfacerlas.

## ¿Cuáles son los puntos clave en la inteligencia emocional?

### 1.- Conocimiento de nosotras mismas.

Conocer nuestras propias emociones nos ayudará a entender nuestros sentimientos y saber como se relacionan con nuestras acciones.

### 2.- Control de las emociones.

Esta habilidad nos permite conseguir una mayor resistencia a la frustración, manejar los enfados de manera adecuada, no ser víctimas del "secuestro emocional", menor ansiedad en nuestras relaciones y mayor control del estrés.

### 3.- La productividad de las emociones.

¿Qué conseguimos rentabilizando nuestras emociones? Mayor capacidad de automotivación, creatividad, capacidad de concentración, autocontrol y sobre todo, nos mantiene enfocados en aquello por lo que hemos decidido trabajar.

### 4.- Empatía.

Entender y reconocer las emociones ajenas nos ayuda a acercarnos a otras personas y entenderlas, nos aporta mayor sensibilidad hacia los sentimientos de los demás y mejor capacidad de escucha.

### 5.- Mejorar las capacidades sociales.

Si somos capaces de analizar y entender las relaciones, mejorará nuestra capacidad para resolver conflictos, mayor nivel de comunicación y nos hará más sociables.

## ¿Expresar o acallar las emociones?

La Inteligencia Emocional nos ayuda a conocer qué está ocurriendo en nuestro interior, el primer paso para gestionar adecuadamente las emociones es conocerlas y aceptarlas. Puedes reprimir las y ocultarlas pero también expresarlas adecuadamente y cambiarlas. Lo que no podemos es eliminarlas, no es posible ni deseable.

"Sujetar" las emociones puede ser adecuado en algunas ocasiones ¿quién no deseó enfrentarse a un jefe o cliente en alguna ocasión por su ineficacia o prepotencia? Sin embargo, optamos por el silencio, a veces por respeto y otras porque el beneficio de hacerlo es mayor que la recompensa del enfrentamiento.

Poner nuestras emociones de nuestro lado nos ayuda a automotivarnos, a aprovechar productivamente lo que sentimos, a desarrollar la empatía y a mejorar las relaciones con otras personas, saber expresar nuestras emociones es positivo y necesario.

No podemos esperar que los demás adivinen como nos encontramos, debemos expresarlo. Acallar lo que sientes es como estar encerrada en un bunker, no te amenazan los peligros, pero no puedes disfrutar de las cosas maravillosas de la vida.

Las emociones no aparecen porque sí, son como indicadores de un coche, cuando el indicador de la gasolina se enciende, significa que debemos llenar el depósito. Del mismo modo, nuestras emociones nos informan de nuestras necesidades.

## Las emociones en el emprendimiento

A nivel profesional ¿Qué consideras más importante, la Inteligencia Emocional o la Racional "de toda la vida"?

¿Qué impacto pueden tener una y otra en el desempeño del puesto de trabajo?

## >> SOBRE LA AUTORA:

Isabel Gómez, es Consultora y Coach Profesional en Éxito en Femenino [www.exitoenfemenino.com](http://www.exitoenfemenino.com).

Licenciada en Ciencias del Trabajo, Master en Marketing, MBA y Emprendedora vocacional. Si quieres recibir claves prácticas para ganar autoconfianza y avanzar hacia tus objetivos, descárgate totalmente GRATIS el ebook PONTE EN VALOR a través de este enlace: <http://www.exitoenfemenino.com/ponte-en-valor/>.





En un trabajo por cuenta ajena no directivo, la importancia de la inteligencia racional es del 33% mientras que la inteligencia emocional 67%.

De hecho, muchas empresas contratan por coeficiente intelectual y despiden por coeficiente emocional.

Mayor brecha existe entre directivos y emprendedores, donde la inteligencia racional solo afecta en un 15% mientras que la inteligencia emocional lo hace en un 85%.



Desenvolverse en un ámbito donde constantemente debes adaptarte a nuevas situaciones hace imprescindible una excelente gestión emocional, es una tarea de aprendizaje constante, el “cerebro emocional” aprende de manera diferente al racional, y esta inteligencia puede cultivarse indefinidamente, mientras que la racional no puede desarrollarse más allá de los 13 ó 14 años.

¿Qué competencias dependen de la buena gestión emocional? Por ejemplo la capacidad de liderazgo, la comunicación, la adaptación a los cambios, resolución de conflictos, cooperación en equipo, el rendimiento, manejar la presión, la toma de decisiones porque el exceso de ansiedad produce bloqueos que frenan la creatividad.

El buen manejo de las relaciones interpersonales marca la diferencia, porque muchas personas pueden tener las mismas habilidades pero la capacidad de relacionarse podría ser la diferencia, por ejemplo, a la hora de generar empatía con tus compañeros, jefes y clientes. Por otro lado, es razonable que una persona que se enfoca en el cumplimiento de sus metas, es dialogante y acepta sugerencias crezca profesionalmente.

Los expertos coinciden en que escalar posiciones en la empresa o evolucionar como emprendedor hoy en día depende más que nada de un alto grado de Inteligencia

Emocional y quienes posean este “ingrediente” serán más exitosos, se sentirán más realizados y disfrutarán del respeto de sus directivos, compañeros, equipo y clientes.

### ¿Cuándo tenemos un mayor rendimiento?

El control de la ansiedad depende en gran medida de nuestro nivel de Inteligencia Emocional. Se ha estudiado que el rendimiento y la ansiedad mantienen una relación de U invertida, es decir, a un mayor nivel de ansiedad le corresponde un mayor nivel de rendimiento, hasta cierto punto, porque cuando el nivel de ansiedad es excesivo, nuestro rendimiento empieza a decrecer hasta llegar a cero.

La falta total de ansiedad es tan negativa como su exceso, cuando la cuerda se tensa en exceso acaba por romperse, y cuando está demasiado floja no resulta válida para sostenernos.

La inteligencia emocional determina la actitud de una persona frente a su trabajo (y frente a su vida). La actitud y el rendimiento, claves en el éxito profesional, dependen de factores como la autoestima, autocontrol, capacidad de relación social.

Cuando emprendes, te ves envuelta en un universo lleno de experiencias generadoras de emociones que, sabiendo gestionar adecuadamente, te proporcionarán un impagable desarrollo personal y profesional.

El factor emocional es mas importante cuanto mas compleja es la situación o el desempeño de un puesto, ya que engloba aspectos como la disciplina, automotivación, perseverancia, empatía y agilidad mental entre otras.

Como comentaba antes, estos elementos deben trabajarse individualmente con una metodología y en el marco de un proceso de cambio, si lo haces con rigor en poco tiempo te sorprenderás de los resultados.

### ¿Cómo mejorar nuestra inteligencia emocional?

Algunas pautas prácticas son estas:

- Observa tus emociones y hazlo libre de prejuicios, no se trata de lo que “deberías sentir” si no de lo que sientes en realidad. Intenta poner-

te en una posición externa, analizando la situación “desde fuera” alejándote de los tabúes sociales y culturales que pueden influir en tu observación.

- Identificar y reconocer nuestras emociones es un acto “curativo”, siempre que asumamos las necesidades que nos comunican como expresábamos al inicio de este artículo.

- El Dr. Pennerbaker, responsable de Psicología en la Universidad de Texas ha demostrado que expresar nuestras emociones sobre las situaciones negativas que nos acontecen tiene efectos muy positivos en nuestra salud. Su propuesta es escribir nuestras vivencias durante veinte minutos al día cuatro días, haciéndolo conectados con nuestras emociones y vertiéndolas en el papel con total sinceridad.

- ¿Cómo mejorar la percepción de las emociones de los demás? Un ejercicio que proponen los expertos es ver películas anulando el volumen. Es una forma de descifrar las emociones haciendo uso únicamente de la comunicación no verbal.

- ¿Princesa o Felpudo? Cuando te relacionas con otras personas, por ejemplo, alguien de tu equipo, amigos... ¿qué hacen para que te sientas como una persona valiosa y valorada? Anota diez de estos aspectos. Por otro lado, ¿qué hacen que te sientas poco valorada y no escuchada o tenida en cuenta? Anota nuevamente diez hechos. Aprovecha este aprendizaje cuando te relaciones con otras personas.

- Comunicar de forma y en el momento adecuado nuestras emociones es importante para desarrollar nuestra inteligencia emocional. Un modo práctico de hacerlo es explicarle a una persona de nuestro entorno (profesional o familiar) con la que tengamos confianza, cómo nos sentimos ante determinadas situaciones, y pedir que esa persona haga lo mismo. Puede hacerse recurriendo a lo que ocurre dentro de la propia relación, por ejemplo “cuando haces/dices X yo siento Y”. “¿Cómo te sientes cuando yo digo/hago X?”

El gestionar nuestras emociones combinando las inteligencias emocional y racional nos darán la energía que necesitamos para movernos hacia nuestros objetivos.

Recuerda que eres dueña de tu vida, convierte tu libertad en valor.

Isabel GÓMEZ

# Con Vodafone 4G, conecta tu negocio con la red más rápida.

Infórmate en [vodafone.es/4G](http://vodafone.es/4G)



Vodafone Integral Empresas

**Te ayudamos a  
potenciar tu negocio**

*power to you*





*recursos humanos*

**ma<sup>a</sup>ngelesTEJADA**

Directora General de Randstad Public Affaire  
y Presidenta de FIDEM

## *Se nace emprendedora*

**C**reo que todas somos conscientes del momento en que vivimos y de la imperiosa necesidad que tenemos como sociedad de fomentar la creación de empresas, a fin de que puedan surgir nuevos empleos y de esta forma rebajar estas impresionantes cifras de paro.

Normalmente detrás de cada nueva empresa existe alguien dispuesto a iniciar una aventura de riesgo, unas veces porque es la única opción en un mercado muy limitado en ofertas de trabajo y, otras, porque realmente en este momento puede ser una oportunidad inmejorable poner en marcha un proyecto que un día fuera un sueño y que por circunstancias puede convertirse ahora en realidad.

Claro que la mejor forma de saber si algo funciona no es otra que probarlo, y aunque a menudo la administración, las fuentes financieras e incluso la competitividad extrema no lo ponen fácil, la decisión personal, la voluntad de salir adelante, la perseverancia y el esfuerzo acostumbra a dar sus frutos. Sólo hace falta un elemento para que una idea pueda ser viable y es que exista un público dispuesto a “comprar” los bienes o servicios que producimos. Por esta razón, nos esforzamos en recomendar por encima de todo un “plan de empresa”, que no es otra cosa que un proyecto de posibilidades reales, que empiece por el estudio de mercado y acaba con la idea de eficiencia que lo hace sostenible.

Hoy todo el mundo habla de liderazgo, o de coaching, será porque los líderes escasean, y poca gente sabe que el coaching sirve básicamente para descubrir y mejorar lo que ya existe y queremos desarrollarlo, pero, probablemente, la gran pregunta a plantear es si líderes o emprendedoras nacen como tales o bien se hacen.

Hay gente que piensa que liderar es cuestión de obtener un master en una Escuela de Negocios y que ser emprendedora depende de las ideas que se tengan y de los recursos humanos y materiales para iniciarse.

Pues bien, por mi parte, creo que no debería confundirse lo que representa asumir un rol de liderazgo, que dicho sea en determinadas circunstancias casi todo el mundo puede hacerlo con el auténtico liderazgo personal, que es un valor que viene ligado a una responsabilidad y que inspira a otras personas y sólo puede asumirse cuando los demás te eligen.

En cuanto a la vocación emprendedora, creo que no siempre se nace como tal y éste es mi caso, porque una persona encausa su vida según las circunstancias que le toca vivir, y seguramente la toma de una decisión empresarial tiene que ver con la educación y sobre todo con los referentes sociales, así como el contexto cultural en que te mueves. Por

**“Todas somos conscientes del momento en que vivimos y de la imperiosa necesidad que tenemos como sociedad de fomentar la creación de empresas”**

ello no es de extrañar que en países del tercer mundo muchas mujeres emprendan pequeños negocios simplemente para sobrevivir, pues allí es difícil la existencia de empresas que contraten a muchas trabajadoras, lo que pasa es que después hay que aprender y eso depende de la formación y del trabajo.

Así pues, una buena recomendación para tantas mujeres que perdieron un día su empleo, o que se inician en el mundo laboral, podría ser “reinventarse” y convertirse en emprendedoras, ya que todas tenemos algún talento, se trata de descubrirlo y ponerlo a disposición en el mercado, buscando el camino y los medios, para que alguien nos compre o nos “retribuya”.

Por ello, esta opción sería la más lógica y natural, crear nuestro propio puesto de trabajo, si no lo intentamos nunca sabremos si funciona. ●

# Protagonistas

**NOMBRAMIENTOS Y RECONOCIMIENTOS CON NOMBRE DE MUJER**

## Ysabel Marqués, directora general adjunta de Kelisto.es

>> Ysabel Marqués se acaba de incorporar al equipo de Kelisto.es donde ocupará el cargo de Directora General Adjunta. Dentro de sus funciones se incluyen las de diseñar la estrategia y consolidación de esta empresa, que acaba de nacer en España. Ysabel trabajó durante casi 5 años en Rastreator.com donde, como Directora de Marketing, se encargó del lanzamiento, posicionamiento y consolidación del modelo de negocio, el concepto y la marca en España.



## Arancha González, directora ejecutiva del Centro de Comercio Internacional

>> El Secretario General de las Naciones Unidas Ban Ki-moon ha anunciado el nombramiento de Arancha González de España como Directora Ejecutiva del Centro de Comercio Internacional (ITC), el organismo conjunto de la Conferencia de las Naciones Unidas sobre Comercio y Desarrollo (UNCTAD) y la Organización Mundial del Comercio (OMC) para el fomento del comercio y la actividad empresarial a nivel internacional.

## Fallece Rosalía Mera, cofundadora de Inditex

>> La empresaria gallega Rosalía Mera, la mujer más rica de España y cofundadora junto a Amancio Ortega de Inditex, falleció el pasado 15 de agosto a los 69 años en el hospital San Rafael de A Coruña, donde fue ingresada tras sufrir un derrame cerebral mientras disfrutaba de unos días de vacaciones en Menorca.



## Susana Díaz: la primera mujer presidenta de Andalucía

>> "Necesito toda la fuerza del PSOE para este nuevo proyecto". Son palabras de Susana Díaz el pasado mes de julio tras su proclamación oficial como candidata del PSOE de Andalucía a la Presidencia de la Junta de Andalucía. Un proyecto que arrancará el próximo 7 de septiembre, fecha en la que tomará posesión como nueva presidenta del Gobierno andaluz después de que su antecesor, José Antonio Griñán, hiciera oficial su dimisión el 27 de agosto en el Consejo de Gobierno. El calendario diseñado por Griñán y la dirección del PSOE-A supone que el relevo de éste como presidente una vez que Susana Díaz supere, con el apoyo de IU, socio de gobierno del PSOE en la Junta de Andalucía, el debate de investidura en el Parlamento autonómico (4 y 5 de septiembre). Un día después se produciría la publicación en el Boletín Oficial del Estado (BOE) del nombramiento de Susana Díaz como presidenta de la Junta, y el día 7 se celebraría su toma de posesión en el cargo. Secretaria general del PSOE de Sevilla, consejera de la Presidencia, y candidata socialista a las próximas elecciones andaluzas tras el proceso de primarias, Susana Díaz (Sevilla, 1974), se convertirá así en la primera presidenta de Andalucía y en la segunda mujer del PSOE a nivel nacional que ostenta la máxima representación en una autonomía. La primera presidenta autonómica socialista fue María Antonia Martínez, en Murcia, durante los años 90.



## AnaMa Herrero

Directora de Montaner & Asociados

# *No dejes que el tiempo se escape*

La medida del tiempo en nuestras vacaciones ha tenido un carácter diferente, el fluir en ese periodo hacia restablecer los ritmos naturales tendría que haber sido un objetivo en sí mismo. Ahora toca encontrarse de nuevo con los parámetros establecidos, con el reloj estructurado y con el vivir marcado



por un ritmo que nos debe facilitar llegar a final de año lo más eficaces posible.

La expresión el "tiempo es oro" apareció para expresar que el tiempo es algo preciado en sí mismo. El tiempo es lineal, el minuto que pasa y no vivimos correctamente lo perdimos; el hoy de las 9 de la mañana no es el mismo que el de ayer, ni será igual que el día de mañana. "Tempus fugit" decían los antiguos, es lo más certero, el tiempo, huye, pasa volando, estamos en verano, en Navidad, Semana Santa y vuelve el verano y no nos hemos dado cuenta. Así es el tiempo, fugaz y volátil; de nosotros depende si lo dominamos o nos domina. Si lo dominamos tenemos somos eficaces y será quizá sea necesario organizar el tiempo para cada uno en particular. La gestión del tiempo es una técnica que ayuda al gestor a tener tiempo para todo lo necesario: trabajo, relax, rela-

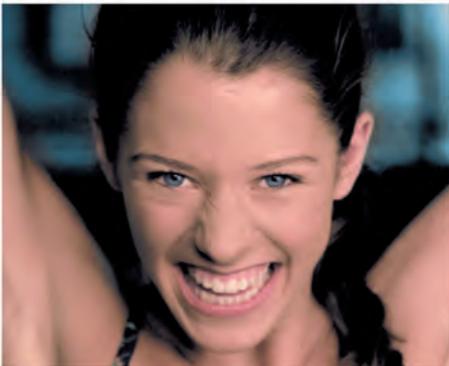
**“Ahora toca encontrarse de nuevo con los parámetros establecidos, con el reloj estructurado y con el vivir marcado por un ritmo que nos debe facilitar llegar a final de año lo más eficaces posible”**

ciones sociales, para sus actividades de ocio, sus deportes. Debemos ser personas globales donde la sinergia sea una constante en nuestro vivir. Para que todo esto se haga realidad es necesario conocerse a fondo. Cada persona tiene su propio sistema. Y es que "el dominio del tiempo es el dominio de sí mismo".

A continuación propongo varios puntos a tener en cuenta sobre la eficacia de nuestra gestión del tiempo.

1. Haz un diagnóstico sobre tu situación real de cómo transcurre tu tiempo.

Recoge datos sobre la realidad de tu tiempo, y para ello, anota en una lista todas las tareas que realices durante al menos una semana. ●



## *Nada tiene tanta luz como tu cara cuando juega España.*

*Porque nuestra selección nos ha dado motivos para creer una vez, y otra y otra; porque nuestros jugadores podrán perder un partido, pero jamás pierden su actitud. Porque sumando su energía, la tuya y la nuestra volveremos a conseguir que nuestro baloncesto brille con luz propia.*

Esto es *Actitud Azul*.



24 Selecciones, 80 partidos,  
todas las estrellas del basket mundial



luz · gas · personas



## Marta DÍAZ Barrera

Socia Directora de Impulsando y Entrenando tu Talento®  
[www.entrenandototalento.com](http://www.entrenandototalento.com)  
 @Talentoscopio\_  
 @Entrena\_Talento

# Atrevámonos a marcar la diferencia en selección

En el mes de julio, la Confederación de Comercio Especializado de la Comunidad de Madrid nos invitó a organizar un Taller dirigido a pymes, comerciantes y emprendedores. El título de la Jornada fue: "Técnicas para seleccionar a los mejores vendedores y colaboradores para tu equipo".

Mientras esperaba los protocolarios diez minutos de cortesía, recorrí la mirada por la sala e inicié una conversación con los asistentes. Lo que vi fue, entre otras cosas, que el porcentaje de mujeres superaba con creces el número de hombres que asistieron.

Cada vez es mayor el número de mujeres que optan por la vía del emprendimiento y que inician su andadura empresarial con la ilusión y ganas de gestionarlo, sacarlo adelante, generar empleo y contratar profesionales.

En este sentido, todos conocemos que las condiciones del mercado laboral han cambiado y que l@s candidat@s deben ser más flexibles para adaptarse a los nuevos tiempos y transmitir todos sus talentos ocultos. Pero ¿nos estamos mirando a nosotros mismos?

¿Somos conscientes de que la selección debe dar un giro? Los procesos de selección clásicos tal y como se siguen realizando en tantas y tantas empresas, deberían replantearse.

¿Por qué no trasladamos la innovación desde el ámbito científico y tecnológico al área de la selección y del empleo? Aprovechemos este momento en el que estamos tan concienciados con la realidad del mercado laboral para marcar la diferencia desde la selección.

Cuando asisto a reuniones y eventos de networking y hablo con colegas de profesión parece que todos estamos centrados en una única cara de la moneda. La que tiene escrita estas palabras clave: "encontrar al mejor

candidato". Esto es algo por supuesto importantísimo que no debemos obviar. Iría incluso más allá para añadir "encontrar al mejor candidato siempre que éste encaje con la cultura empresarial, el equipo y el proyecto en el que va a trabajar".

Curiosamente las reflexiones en los círculos de recursos humanos giran alrededor de "no encuentro al candidat@ adecuad@"; "no vienen suficientemente preparad@s a la entrevista"; "no tienen el nivel de idiomas adecuado",...

Todo esto forma parte de la realidad de nuestro día a día, pero estamos olvidando que esa moneda, como todas, tiene un anverso y un reverso. Si el anverso está dedicado a l@s candidat@s, el reverso debería estar destinado a los seleccionadores. Ésta es precisamente la cuestión que me gustaría plantear hoy: ¿cómo ser mejores seleccionadores?

Este verano sin ir más lejos, uno de los directivos del mayor motor de búsqueda en Internet reconocía en una entrevista concedida al New York Times, que hasta hace pocos años, los métodos y filtros de selección utilizados en su empresa, ya no resultaban eficaces para enfrentarse al panorama de un mercado laboral como el actual. Afirmaba que se habían dado cuenta a nivel interno de que los expedientes académicos ya no eran tan indispensables en la selección de candidatos como creían antiguamente, aunque se apresuraba a afirmar que seguían siendo importantes. A lo largo de la entrevista, el argumento que daba era que las habilidades que uno necesita durante sus años en la universidad, evolucionan. Las requeridas para ejercer tu profesión y avanzar en tu carrera, son diferentes.

Los seleccionadores pedimos a l@s candidat@s que salgan de su zona de confort y demuestren una mentalidad flexible. ¿Por qué no damos la vuelta a la moneda y aplicamos el mismo planteamiento a la hora de entender las problemáticas de la empresa cliente, de nuestro cliente interno y de l@s candidat@s. ¿Por qué no adaptamos el tipo de entrevistas y las pruebas (si las hubiere) de los procesos de selección a los nuevos escenarios?

Me gustaría terminar este artículo de opinión como suelo hacer en las conferencias, jornadas y clases que imparto, compartiendo una frase para seguir con la reflexión en voz alta. En este caso, es de E. Hubbard y dice así: "Existe algo mucho más escaso, fino y raro que el Talento. Es el Talento de reconocer a los talentosos".●

# ¿Satisfecha con el tiempo que dedicas a tu hogar?



>> “Los empresarios parecen disfrutar de un **mejor equilibrio entre vida y trabajo que sus empleados**”

Con 97 puntos, el índice de conciliación de la vida laboral y personal en España se encuentra muy por debajo de los 120 de la media del resto de países a nivel global. Este es uno de los resultados del nuevo Informe de conciliación de la vida laboral y personal realizado por Regus, proveedor global líder de espacios de trabajo flexible, entre 26.000 profesionales de más de 90 países.

En esta línea, solo el 35% de los trabajadores españoles confiesa estar satisfecho con la cantidad de tiempo que le puede dedicar a la familia, frente al 60% de los trabajadores a nivel mundial. Del mismo modo, el contraste también se da en el porcentaje de trabajadores españoles que han visto aumentadas sus responsabilidades durante el periodo de recesión (72%) frente al resto de trabajadores a nivel global (60%).

Sin embargo, existen diferencias dependiendo de la generación a la que pertenezca el trabajador. El estudio, publicado por segundo año consecutivo por Regus, demuestra que son los

Tan solo el 35% de los trabajadores españoles está satisfecho con el tiempo que dedica a sus hogares según un estudio realizado por Regus

trabajadores de la Generación X e Y los que más disfrutan trabajando (59%) y los que más satisfechos se encuentran con sus niveles de productividad laboral (72%) frente a los del Baby Boom (con un 39 y 63% respectivamente).

Las diferencias en la conciliación personal y laboral, así como en la productividad en el trabajo también se hacen evidentes entre aquellas personas que son propietarias de un negocio y las que son trabajadores por cuenta ajena. De esta manera, mientras que un 42% de los propietarios se sienten satisfechos con el tiempo dedicado a la familia y al trabajo y tienen una puntuación de 110 en el índice, solo un 30% de los trabajadores por cuenta ajena está satisfecho con la conciliación y el índice solo llega

a los 96 puntos.

Philippe Jiménez, Country Manager de Regus en España apunta: “El índice de equilibrio entre el trabajo y la vida personal de Regus muestra que los empresarios parecen disfrutar de un mejor equilibrio entre vida y trabajo que sus empleados. La diferencia es que los empresarios pueden tomar sus propias decisiones sobre dónde, cuándo y cómo trabajar y por tanto hacerlo de un modo mucho más flexible. La consecuencia lógica es que los directivos ofrezcan esta opción a sus empleados, ya que las personas que están contentas en el trabajo son más productivas, tal y como revela uno de nuestros estudios anteriores según el cual un 72% de profesionales de todo el mundo afirma que el trabajo flexible mejora su productividad”.



# másteres universitarios títulos oficiales

Empleabilidad

Network

Liderazgo

Especialización  
Profesional



**LOYOLA**  
Leadership School

Escuela de Postgrado de la Universidad Loyola Andalucía

Abogacía

Auditoría

Dirección de Personas  
y Gestión del Talento

Dirección Financiera

Tributación y Asesoría Fiscal

A  
ti  
qué  
te  
mueve



abierto plazo  
de admisión

Infórmate en  
[www.loyolals.es](http://www.loyolals.es)

# Por la reactivación del comercio andaluz

El pasado mes de julio tuvieron lugar en nuestra comunidad autónoma las Jornadas Provinciales de elaboración del V Plan para la Reactivación del Comercio Andaluz. Una cita que, realizadas en cada una provincia andaluzas, se contó con la participación activa de la Unión de Profesionales y Trabajadores Autónomos de Andalucía (UPTA Andalucía).

Como consecuencia de las reuniones periódicas que la organización mantiene con las diferentes asociaciones, tanto sectoriales como intersectoriales, con las que tienen convenios de colaboración firmados, UPTA Andalucía tiene conocimiento directo de la realidad diaria de los autónomos y pequeñas empresas, de las necesidades, dificultades y reivindicaciones del sector del comercio en Andalucía, por lo que, como dicen desde la entidad, siempre que tienen “oportunidad para plasmarlas a través de los diferentes encuentros que mantene-mos con las administraciones públicas lo hacemos, y en esta ocasión no iba a ser menos”.

Desde hace años UPTA Andalucía viene reivindicando, para el conjunto de los trabajadores por cuenta propia, avances legislativos que permitan al profesional desarrollar su actividad con ciertas garantías; así la fluidez del crédito, el cumplimiento de la ley de morosidad, etc., pero además, en estas jornadas organizadas por la Junta de Andalucía, la organización ha podido presentar medidas concretas para el sector del comercio andaluz.

Así por ejemplo, desde UPTA Andalucía entienden, y así lo expusieron en estas jornadas entre otras muchas medidas las siguientes:

- Establecer limitaciones en espacio y distancia a los centros de las ciudades en la aparición de grandes superficies comerciales, siempre que las mismas puedan suponer la destrucción del tejido comercial de pequeño tamaño ya existente.
- Fomentar el relevo generacional y evitar el abandono de la actividad comercial.
- Introducir campañas promocionales del consumo en los establecimientos de proximidad
- Promover acciones como: entoldado de



UPTA Andalucía participa en la elaboración del V Plan para la Reactivación del Comercio Andaluz a través de las Jornadas Provinciales organizadas por la Consejería de Turismo y Comercio de la Junta de Andalucía

calles en verano, celebración de eventos de carácter estacional en las principales calles comerciales, fomento de la feria de día en el centro de las ciudades y barrios más comerciales, iniciativas publicitarias de fomento del comercio de proximidad, etc.

- Difundir, divulgar e impulsar el comercio minorista como servicio público de proximidad, inmediatez y continuidad peatonal.

Impidiendo el desequilibrio en la estructura comercial y urbanística de la Ciudad.

- Aligeramiento burocrático en la obtención de las licencias en el establecimiento de una iniciativa emprendedora, además de la posibilidad de que muchos de los documentos puedan presentarse de forma telemática.
- Es necesaria la intervención del autónomo del comercio en la planificación urbanística,



>> “Es por tanto mucho lo que se puede hacer por el comercio en Andalucía, y desde UPTA Andalucía, aseguran, no dejarán” de dar pasos en dirección a conseguir que el comercio tradicional y de proximidad siga avanzando en su consolidación”

entendiendo dicha planificación como premisa inicial para la implantación del comercio minorista en el territorio.

- Fomentar el tejido asociativo de los comerciantes a través del CACE.
- Garantizar al pequeño comercio como dinamizador de la estructura social y económica de la urbe.
- Fomentar la relación entre el comercio, la hostelería y el turismo, como garantes de la generación de empleo y riqueza.

Todas estas medidas, aseguran desde la organización, “deben de ir acompañadas de otras tomadas por los propios comerciantes, con la intención de establecer su estrategia comercial al mismo nivel de competencia

que el alcanzado por las grandes superficies. Así por ejemplo es de vital importancia fomentar el uso de las nuevas tecnologías en el sector, tanto a nivel asociativo como individual. El uso de la venta por Internet y las redes sociales debe ser algo habitual y no una mera muestra dentro del sector”.

Es por tanto mucho lo que se puede hacer por el comercio en Andalucía, y desde UPTA Andalucía, aseguran, no dejarán “de dar pasos en dirección a conseguir que el comercio tradicional y de proximidad siga avanzando en su consolidación”, pues entienden “que es a través del profesional del comercio como más y mejor empleo se crea”.●

# Solo un 28,9% de las mujeres en paro percibe prestaciones por desempleo

Dos tercios, casi cuatro millones de personas paradas no ingresan prestaciones por desempleo, la mayoría de ellas mujeres. La mujer, con un 28,9%, tiene una tasa de protección muy inferior a la de los hombres (39,2%), y va disminuyendo según aumenta el tiempo que permanece en situación de desempleo. Es el resultado, según apuntan desde CCOO de Andalucía, “de las lesivas reformas laborales que están empeorando las condiciones laborales y facilitando el despido y de los recortes del Gobierno en la cobertura por desempleo”.

**"Tenemos un sistema de protección insuficiente, pues solo un tercio de los parados tienen cobertura"**

El número de personas en desempleo que percibe algún tipo de prestación ha ido disminuyendo (un 2,6% en el segundo trimestre de este año en relación al mismo periodo del año anterior), al tiem-



Para CCOO de Andalucía, tenemos un sistema de protección insuficiente, pues solo un tercio de los parados tienen cobertura

po que aumentaba el paro, como consecuencia de los recortes del Gobierno. El resultado: solo el 34,3%, de un total de 5.970.400 personas paradas, reciben algún tipo de prestación. Las mujeres, con una tasa de protección diez puntos inferior a la de los hombres, (28,9%, por un 39,2% de los hombres), “llevan la peor parte, y su situación se ve agravada según aumenta el tiempo que se lleva en paro y se tiene más edad”, apuntan desde la organización.

**La mayor parte de las personas sin empleo no perciben prestaciones**

Actualmente hay casi cuatro millones de personas paradas que no perciben prestaciones por desempleo, y “la situación no hace sino empeorar con el tiempo”, afirma

CCOO de Andalucía. A medida que aumenta la permanencia en paro, disminuye el número de personas protegidas y, si son mujeres, aún más. Actualmente hay más de 2 millones y medio de parados de larga duración que no tienen ninguna cobertura: tres de cada cuatro personas que llevan más de un año paradas, y suponen el 60% del total, no perciben ninguna prestación. Esta situación verdaderamente desesperante, en el caso de las mujeres, es todavía peor: el 77% de las paradas de larga duración no recibe prestaciones.

El 36,6% de las personas desempleadas de entre 30 y 44 años, el 40% del total, tienen protección. En este tramo de edad la tasa femenina es ocho puntos inferior. Mayor es la tasa de protección general

entre los mayores de 45 años, uno de cada dos está protegido, y sin embargo es el tramo de edad donde la mujer se encuentra más desprotegida, con una tasa de veinticuatro puntos inferior a la de los hombres (37,9% frente a 61,3%).

Para CCOO, “tenemos un sistema de protección insuficiente, pues solo un tercio de los parados tienen cobertura, cada vez menos como consecuencia de los recortes aplicados por parte del Gobierno, además de injusto porque las percepciones son bajas”. “Se pone de manifiesto asimismo la desigualdad existente entre hombres y mujeres en el mercado de trabajo: primero, con empleos más precarios y peor remunerados, y perdidos estos, con peores condiciones en la protección al desempleo y mayor dificultad para reincorporarse a otro trabajo, muy improbable cuando se alcanzan los 45 años, lo que hace que la protección por desempleo sea muy inferior a la de los hombres”. ●



**Maribel González**

Secretaria de Mujer de la UGT Andalucía

## Me duele todo

**M**e duele todo, no me puedo mover, estiro el brazo para intentar alcanzar el ibuprofeno, el alprazolam, el myolastán y, sobre todo, el omeprazol, sin él no viviría, con estos ardores y retortijones que siento en el estómago cada mañana, no puedo soportarlos, todo mi pastillaje preparado en la mesita de noche, como siempre, para que al despertar parezca que no ha pasado nada, que estoy como nueva, que los malabares a los que me ha obligado el tiparraco ese no han hecho de mí una piltrafa; descoyuntada, así es como me siento, mis huesos no me responden, ni las piernas, ni este brazo, que por mucho que intento alargarlo, no se separa de la almohada, uf, qué mal huele, qué asco, siempre igual, hasta que no vomitan todos los gintonics sobre mí, no paran. Ay, cómo me duele el vientre, lo tengo otra vez hinchado, y los pezones y los muslos. No me puedo ni dar la vuelta y quiero encender la luz, ¿dejé el agua anoche en la mesilla?, no me acuerdo, bueno, pues a palo seco, todas a la vez, espero no atragantarme como le pasó a Rosamari el año pasado, la pobre, con el hambre que tenía, se tragó una loncha de jamón dura, dura, sin masticarla y por poco se nos ahoga, aquí sin poder llamar a nadie, sin un misero móvil, sin llave de la puerta, dando gritos para que alguien viniera y nada, ni una se acercó. No es culpa de ellas, cuando escuchamos gritos nadie sale, por si es la poli, o por si a una se le ha ido la lengua más de la cuenta y le echa la culpa a la primera que pasa por allí,... Qué miedo te entra por el cuerpo en ese momento, cuando sabes que hay redada y que te tienes que esconder donde sea, si no estos tíos te machacan a palos como se te ocurra salir de tu madriguera, o quejarte, si te encuentran. Y es que nos puede costar la vida. Y yo, que daría cualquier cosa por ver amanecer cada mañana desde mi camita, desperezándome a gusto sabiendo que me espera mi trabajo, comer con mi madre, salir al súper con mi hermana y tomar una cervécita con mis amigos del baile, cómo me engañaron, joder, qué mala suerte he tenido; y a ver cómo me las apaño si no me callo, si intento irme de aquí, es que no puedo ir ni a por chicle, que, por cierto, buena falta me haría ahora para quitarme este aliento putrefacto que me han dejado los mordiscos que me dieron anoche. No puedo más, no puedo más...

Estas noticias llegan a los medios un día sí y otro también:

La red de prostitución desmantelada ayer por la policía explotaba en clubes de alterne a mujeres entre 20 y 30 años de otros países, a las que ofrecía trabajo en España donde, para obligarlas a ejercer la prostitución, les retiraban el pasaporte y las sometían a amenazas y presiones que recaían no sólo sobre ellas sino también sobre sus familias, precisa el Ministerio del Interior. A raíz de la denuncia presentada por

dos mujeres víctimas de esta organización, las pesquisas policiales, iniciadas el pasado febrero por los agentes de la localidad, permitieron averiguar que el núcleo básico del grupo estaba compuesto por un clan familiar cuyo cabecilla contaba con personas de su máxima confianza, amigos e incluso familiares, encargados de captar a las mujeres. Una vez que las engañaban ofreciéndoles trabajar en España en el servicio doméstico, la organización les costeaba el viaje a España, donde posteriormente debían saldar una deuda que ascendería a unos 3.000 euros.

La trata de mujeres es el negocio ilegal que más dinero mueve en el mundo, después del tráfico de drogas. Las cifras hablan por sí solas, sólo en España se calcula que hay unas 37.000 mujeres obligadas a prostituirse. Pero es verdad, como cuenta Lina Gálvez, Catedrática de Historia de la Universidad Pablo de Olavide y experta en Género e Igualdad, "Lo que nunca es noticia es que esto ocurre porque hay consumidores; las noticias siempre nos hablan de las prostitutas o los proxenetas y sus ganancias, pero nunca de los clientes, sin los cuales no habría esa trata, ese comercio y esa explotación".

Y nosotros, desde UGT Andalucía nos preguntamos, si la trata de mujeres con fines de explotación es un delito, ¿qué pasa con los clientes?, ¿no son responsables de alguna manera? Se sabe que en todas las épocas y culturas la trata de mujeres ha contado con la permisividad social y la pasividad de los gobiernos que para nada han ayudado en la erradicación de la misma. No podemos proteger el derecho a la intimidad de los clientes por encima del derecho a la vida y a la integridad física de las mujeres prostituidas. La policía entra en los clubes y ni siquiera los identifica como testigos, ¿o serían más bien cómplices? No debemos seguir socializando a nuestros jóvenes en esa realidad, en la que tener a una mujer al alcance del bolsillo se traduzca, se quiera o no, en la denigración de la misma.

En Suecia, desde que en 1999 se empezó a penalizar a los clientes, el número de mujeres prostituidas se ha reducido en dos tercios y el de clientes en un 80%. Esto da que pensar ¿no?

En UGT Andalucía seguiremos luchando por la abolición de la prostitución, una de las mayores manifestaciones de violencia contra las mujeres y uno de los más flagrantes indicadores de desigualdad en la sociedad actual; en definitiva, otra forma de esclavitud.

Recientemente hemos sabido que en Andalucía se van a crear comisiones contra la trata de mujeres, que serán consideradas víctimas de violencia de género. Parece que ya por fin estamos en el camino de proteger a las verdaderas víctimas de la trata: las mujeres. ●

# Teatro de la Maestranza: Temporada 2013-2014

## Conciertos sinfónicos, música de cámara, óperas, zarzuela, recitales, danza, flamenco, grandes intérpretes

hasta rozar el centenar de actuaciones conforman la programación de la presente temporada en la que, haciendo de la necesidad virtud y sobreponiéndose a los rejonazos infligidos por parte de las instituciones locales, aunque también, sorprendentemente, víctima del 'fuego amigo' -no se ha subvencionado, por ejemplo, con el mismo criterio, al Teatro Real-, la gerencia y la dirección artística del Teatro de la Maestranza, con la colaboración, entiéndase sacrificio, de quienes son conscientes de la trascendencia del momento, todos ellos, insisto, han logrado configurar una temporada en la cual la abundante presencia de músicos españoles ("no porque son españoles, sino porque son buenos", apostilla Pedro Halffter), se enriquece con la participación de notables figuras del panorama internacional.

Así, además de por su titular, Pedro Halffter, el podio de la Real Orquesta Sinfónica de Sevilla estará ocupado, entre otros, por Michel Plasson, uno de los veteranos maestros de nuestra época; Enrico Onofri, Vladimir Fedoseev, Yaron Traub... De entre los solistas colaboradores de la ROSS, se encuentran los violinistas Alexandre Da Costa, el antes citado Enrico Onofri, Éric Crambes, Leticia Moreno, Vladimir Dmitrenko, así como Jacek Policinsky, viola, Dirk Vanhuysse, violonchelo, Ruth Rosique e Inmaculada Águila, sopranos, Lucian Ciorata, contrabajo, Tatiana Postnikova, piano, Emmanuel Pahud, flauta y Pablo Saínz Rodríguez, guitarra, destacando la presencia, siempre bienvenida, de Joaquín Achúcarro, una de las personalidades representativas del pianismo español e internacional del último medio siglo. Asimismo, la Orquesta Joven de Andalucía, dirigida por Santiago Serrate, contará con la participación de Oscar Martín, uno de los jóvenes valores del teclado español. Entre las ausencias significativas, hay que lamentar la de la Orquesta Barroca de Sevilla, una agrupación de prestigio consolidado, protagonista de tantas veladas memorables y especializada en un repertorio alejado de lo convencional en el que abundan los 'descubrimientos'. Una ausencia, digo, sentida y difícil de entender.

La ópera estará representada por Aida de Verdi, en una producción del Liceo de Barcelona y el Festival de Santander; Manon Lescaut de Puccini, producida por el Teatro Regio de Turín y dirección escé-

nica de Jean Reno; La Cenerentola de Rossini, en producción del Teatro San Carlo de Nápoles y, clausurando el ciclo del Anillo del Nibelungo -una tarea titánica de la que muchos aún no son conscientes-, Pedro Halffter ofrecerá El ocaso de los dioses, con dirección escénica de la Fura dels Baus, en una coproducción del Palau valenciano y Maggio Musicale Fiorentino. El nutrido elenco vocal de estos cuatro títulos estará formado, entre otras figuras, por Ainoha Arteta, Tamara Wilson, Marianna Pizzolato, Elena Zhidkova, Dmitry Ulyanov, Manuel de Diego, Carlos Chausson, Stefan Vinke, Gordon Hawkings y, naturalmente, el espléndido coro de la AA del Maestranza, dirigido por Íñigo Sampil. La ópera para escolares presenta El superbarbero de Sevilla, con dirección escénica de Tricycle. Como de costumbre, hay espacio para la zarzuela, un género que goza del aprecio de un público numeroso, que podrá disfrutar con La del manojo de rosas de Sorozábal, en una producción del Teatro de la Zarzuela de Madrid, con dirección musical de Miguel A. Gómez Martínez y un gran reparto de cantantes españoles, a todo lo cual hay que añadir sendos recitales a cargo de Nancy Fabiola Herrera (mezzo) y José Bros (tenor), dos figuras de nuestro panorama lírico. El piano, siempre bienvenido, nos deparará las actuaciones de Christian Zacharias -tan apreciado por los aficionados- y Yuja Wang, así como de Camacho Corredera y Pablo Amorós, estos últimos dentro del ciclo dedicado a jóvenes intérpretes, completándose la nutrida programación musical con el XXIV Ciclo de Música de Cámara, en sesiones mensuales de octubre a mayo.

El mundo de la danza ofrecerá las actuaciones del Ballet Nacional de Cuba, que pondrá en escena Giselle y Coppélia, dos títulos imprescindibles del repertorio clásico, en tanto el Ballet Nacional de Kiev nos deleitará -como es de esperar- con otro 'imprescindible': El lago de los cisnes. El flamenco está representado por el Ballet Flamenco, con coreografía de Eva Yerbabuena, 'Flamenco hoy', de Carlos Saura, además de la actuación de Vicente Amigo.

El ciclo de grandes intérpretes ha programado una serie de espectáculos de indudable atractivo: "Dos pianos con Pasión", con Pasión Vega y el Dúo del Valle, un soberbio trío de intérpretes andaluces; Chucho Valdés, la Orquesta Buena Vista Social, y Tamara y Moncho. Esta amplia programación se complementa con una serie de conciertos de carácter extraordinario: Navidad, Año Nuevo, Cuaresma y Feria, en los que el Maestranza y la ROSS dan cumplida satisfacción a las expectativas más diversas. Todo un milagro, habría que añadir.

**Miguel FERNÁNDEZ** delos Ronderos

# Otoño en el Picasso

**Cuatro exposiciones temporales conforman la oferta de la pinacoteca malagueña este otoño entre las que destaca la mayor exposición en España sobre la artista sueca Hilma af Klint**

El otoño llega al Museo Picasso Málaga en clave de muestras temporales. Cuatro exposiciones serán en los próximos meses las protagonistas en la pinacoteca malagueña que ya está preparada para recibir al otoño a lo grande. Una de estas exposiciones será 'Hilma af Klint. Pionera de la abstracción' en la que se desde el próximo 21 de octubre y hasta el 9 de febrero se mostrará la obra de esta artista sueca que a comienzos del siglo XX se adentró en uno de los más sorprendentes caminos hacia el arte abstracto. Adelantada a su tiempo, creó una enigmática obra con la que quiso representar una realidad más allá de lo visible y que aún hoy impresiona por sus formas, su coherencia y por un rico simbolismo que sitúa al espectador frente a las grandes preguntas de todos los tiempos.

'Hilma af Klint. Pionera de la abstracción' es la mayor exposición dedicada a Hilma af Klint (1862-1944) hasta el momento. Tras pasar por museos tan prestigiosos como el Moderna Museet de Estocolmo (donde ha recibido 185.000 visitas) y el Hamburger Bahnhof de Berlín, llega al Museo Picasso Málaga para presentar en nuestro país la obra de esta artista insólita, a través de más de 200 obras que sintetizan su compleja, consistente y radical trayectoria.

'Once obras invitadas'. También en octubre, y con motivo de la conmemoración del X Aniversario del Museo Picasso Málaga, se estrenará la exposición 'Once obras invitadas' que mostrará de modo ejemplar algunos de los artistas que interesaron de un modo especial a Pablo Picasso, poniendo a la vez en valor la colección permanente de esta institución. Así,

y de forma excepcional, las obras de Picasso en la colección permanente del Museo Picasso Málaga estarán acompañadas desde el 26 de octubre y hasta el 23 de febrero, de obras invitadas de artistas hacia los que el pintor malagueño mostró respeto e interés. De este modo, en las salas del Palacio de Buenavista se presentarán piezas destacadas de Pablo Picasso junto a trabajos de artistas que fueron para él una referencia, brindando una sugerente oportunidad de profundizar en la compleja producción de Pablo Picasso.

'Dennis Hopper. En el camino' y 'Álbum de familia'. Por otro lado continúa abierta hasta el 29 de septiembre la exposición 'Dennis Hopper. En el camino' que muestra en el MPM un total de 141 imágenes de su legado fotográfico realizadas en su gran mayoría durante los años sesenta, incluyendo algunas nunca publicadas hasta el momento. El conjunto construye una narración en blanco y negro que transcurre por rodajes, carreteras y ciudades, espacios habitados por celebridades y personas anónimas, a través de la mirada cercana e intuitiva de



HILMA AF KLINT  
Retrato de Hilma af Klint. Anónimo

## **Poesía en el Picasso.** Septiembre-octubre 2013. Jardín del Museo Picasso Málaga. 21.00 horas

Desde que 'Poesía en el Picasso' se celebrara por primera vez en 2010, la respuesta por parte del público ha sido fiel y constante a lo largo de todas sus ediciones, poniendo de nuevo en evidencia la afición que existe en la ciudad por las letras y, en concreto, por el género poético. Así, en septiembre y octubre, vuelve el ciclo para ofrecer cuatro nuevas citas a los amantes del género, en una iniciativa que está organizada por el Centro Andaluz de las Letras y el Museo Picasso Málaga.

**12 de septiembre.** José Infante, presentado por Francisco Ruiz Noguera

**19 de septiembre.** Isabel Pérez Montalbán, presentada por Manuel Alberca

**26 de septiembre.** José Ramón Ripoll, presentado por Aurora Luque

**3 de octubre.** Antonio Praena, presentado por Pablo García Baena

**Entrada libre hasta completar aforo.**

## **Música en el Picasso.** VII Ciclo de Música de Cámara. Octubre 2013-mayo 2014. Auditorio MPM. 19.00 horas

Una temporada más el Auditorio del Museo Picasso Málaga vuelve a ser el escenario elegido para el Ciclo de Música de Cámara que organiza la Orquesta Filarmónica de Málaga. En esta séptima edición, el programa sigue creciendo para ofrecer un total de ocho conciertos cuidadosamente dispuestos de octubre a mayo, con el firme compromiso de seguir trabajando para que ese aumento lo sea también del favor impagable del público de Málaga.

**Martes 1 octubre:** Cuarteto Con Fuoco. Obras de Schubert, Mendelssohn y Beethoven

## **Niños en el Picasso.** Día MPM de las Familias. 14 septiembre. 11.00-14.00 horas

Las obras de la exposición 'Pablo Picasso. Álbum de familia' serán las protagonistas de las actividades que el MPM propone para este día con el que se recibe la llegada del otoño. Juegos de pistas y talleres en los que participarán padres y niños para aprender y pasarlo bien al mismo tiempo. Además, en el jardín del Palacio el Cuarteto Lehmborg ofrecerá un divertido concierto didáctico especialmente dedicado a los más pequeños. Una experiencia para vivir juntos y en familia.

este mito del cine norteamericano. 'Pablo Picasso. Álbum de familia' es la otra exposición temporal que también podrá visitarse este otoño, concretamente hasta el próximo 6 de octubre. Una muestra que reúne más de cuarenta obras de arte - entre óleos, dibujos, esculturas, linóleos y grabados- que ofrecen complejas reflexiones sobre el concepto de identidad o la versatilidad creativa de un artista que traspasó todos los cánones. ●

**Más información:**  
[www.museopicassomalaga.org](http://www.museopicassomalaga.org)

# Agenda para el mes de **septiembre**

05-09 **AGROMAQ 2013 - Salamanca**



30ª Feria Internacional Agropecuaria de Castilla y León

08 **Día Internacional de la Alfabetización**

12-15 **Feria de Maquinaria Agrícola de Úbeda 2013**

14-22 **Feira do Moble de Galicia 2013**  
27ª edición que mostrará las últimas novedades y tendencias del sector del mueble.

15 **Día Internacional de la Democracia**

15-17 **RDO Conference 2013 - España, Gran Canaria**



4ª Conferencia Resort Development Organisation (RDO4) en el Lopesan Baoban Resort. Principal evento para la industria europea de la propiedad fraccionada.

16-18 **Andalucía Sabor 2013 - Sevilla, FIBES**  
**Todos los profesionales del sector de la alimentación y la alta gastronomía se reúnen en una cumbre que consagra el liderazgo de la agroindustria de Andalucía mas allá de sus fronteras.**

19-20 **Congreso CONAIF 2013 - Madrid**



24ª edición del congreso de la Confederación Nacional de Asociaciones de Empresas de Fontanería, Gas, Calefacción, Climatización,

19-22 **FECIEX 2013 - Feria de Badajoz**  
23ª edición - Feria de la caza, pesca y naturaleza ibérica.

20-22 **Ibercaza 2013 - Jaén**



7ª edición de la Feria de la Caza y la Pesca de la Provincia de Jaén.

21 **Día Internacional de la Paz**

24-26 **Congreso Internacional de Aerosoles 2013 - Madrid IFEMA**

24-26 **Power Expo Zaragoza 2013 - Feria de Zaragoza**  
9ª edición de la "Feria Internacional de la Energía Eólica".

25-26 **eShow Madrid 2013 - IFEMA**  
Nueva entrega de la Feria low cost de franquicias y personas emprendedoras FranquiShop.

26 **FranquiShop Madrid 2013**

27 **Día Mundial del Turismo**

27-28 **Coach Congress Madrid 2013**



Congreso Internacional de Coaching, un escaparate del mundo del Coaching y espacio de debate sobre el mismo.

27-28 **FrankiNorte 2013 - Bilbao**  
Primer Salón de la Franquicia & Negocios (FrankiNorte) en el Atrio del Edificio Ensanche de Bilbao.

27-29 **Feria INTERCAZA 2013 - Córdoba**  
16ª Feria Internacional de Turismo, Ocio Activo y Medio Ambiente.

27-29 **Feria AGROPEC 2013 - Gijón**



Feria del Campo y de las Industrias Agrícolas, Ganaderas, Forestales y Pesqueras, en el Palacio de Congresos Luís Adaro.

30 **The App Date Madrid - HUB Madrid**  
Encuentro de referencia para profesionales y apasionados del mundo de las aplicaciones que une desarrolladores con emprendedores, diseñadores, visionarios e inversores. ●



### CÓMO SOBREVIVIR A UN DESPIDO

Pilar Tena  
Piramide  
327 páginas

¿Qué hacer para superar el trauma de un despido? En los últimos años millones de trabajadores de todos los sectores, de todas las edades y de todas las profesiones, se han quedado sin trabajo. Este libro quiere ayudar a que el trabajador despedido tenga herramientas suficientes para reaccionar ante un acontecimiento que puede marcar su vida definitivamente y, por qué no, reinventarse, formarse o emprender nuevos caminos.

### LA (ECUACIÓN) DEL ÉXITO

Michael J. Mauboussin  
Empresa Activa  
409 páginas



En toda actividad que desarrollemos los resultados son iguales a las habilidades más la suerte. Hay un componente de previsibilidad y de imprevisibilidad en todo lo que hacemos. El autor busca a través de la ecuación del éxito medir la proporción que la suerte y los elementos imprevisibles tienen en la consecución de un resultado

### SERÁS REINA DEL MUNDO

Alexandra Lapiere  
Editorial Planeta  
507 páginas



A la estela de Cristóbal Colón, una mujer que consiguió lo imposible. Isabel Barreto, la primera mujer conquistadora. La verdadera historia de la mujer que, por amor, llegó más lejos que Cristóbal Colón



### EL ESCRITOR SIN FRONTERAS LAS CLAVES DE LA ESCRITURA CREATIVA

Mariano José Vázquez Alonso  
Ediciones Robinbook  
174 páginas

Este es un libro con vocación de ayudar tanto a quienes han hecho de la escritura su profesión como aquellas otras personas que tienen como meta plasmar una brillante idea en forma de novela.

### FUNDAMENTOS DE DIRECCIÓN DE OPERACIONES EN EMPRESAS DE SERVICIOS

María Luz Martín Peña y Eloísa Díaz Garrido  
ESIC  
275 páginas



## RECOMENDADOS



**EXPLORACIONES SECRETAS EN ÁFRICA**  
Fernando Ballano  
Nowtilus  
300 páginas

Para conocer las apasionantes aventuras de los exploradores, viajeros y espías que se disfrazaron y adoptaron otras personalidades para recorrer lugares prohibidos de África con el fin de informar de esas regiones a sus gobiernos o por simple diversión.

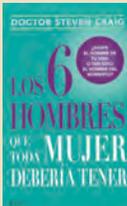
### EXPLORACIONES SECRETAS EN ASIA

Fernando Ballano  
Nowtilus  
398 páginas



Exploraciones secretas de Asia es un libro sobre aquellos que no se detuvieron ni cuando su vida estaba realmente amenazada, sobre aquellos que se atrevieron a pisar aquellas tierras donde no eran bien recibidos y que lo hicieron de incógnito y recurriendo a innumerables tretas

La dirección de las operaciones establece las bases de la actividad productiva implicada en la creación y entrega de los servicios. Análisis sistemático de la gestión operativa de las empresas de servicios, a las que muchas veces se obvia desde los textos teóricos, y se les aplican conceptos, técnicas y métodos por comparación con lo que es y no es manufactura.



### LOS 6 HOMBRES QUE TODA MUJER DEBERÍA TENER ¿EXISTE EL HOMBRE DE TU VIDA O TAN SÓLO EL HOMBRE DEL MOMENTO?

Doctor Steven Craig  
Zenith  
429 páginas

En este libro, el autor nos facilita las herramientas y estrategias necesarias que nos ayudarán a reforzar los lazos de la convivencia, a evolucionar juntos y reconducir los conflictos en experiencias que refuercen la unión.

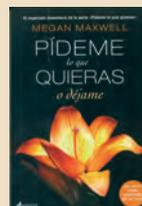
**300 LUGARES DE VERDAD QUE PARECEN DE MENTIRA**  
Sergio Parra Martínez Roca  
640 páginas



Haced la maleta y preparaos para viajar a más de 300 lugares alucinantes en 100 países diferentes que parecen de mentira pero existen de verdad.

### PÍDEME LO QUE QUIERAS O DÉJAME

Megan Maxwell,  
Planeta  
411 páginas



Pídemelo que quieras, o déjame es una intensa y atrevida historia de amor, plagada de morbo y erotismo, en la que los protagonistas luchan por preservar su relación, a pesar de que el precio que tendrán que pagar por ello puede ser demasiado caro.

# Buenas prácticas de adelgazamiento para después del verano

Los españoles engordamos entre 2 y 5 kilos cada verano. Adelgar te propone el siguiente decálogo de buenas prácticas de adelgazamiento

Comidas fuera de casa y más copiosas, aumento de la ingesta de alcohol y abuso de grasas y dulces pasan factura tras el verano en forma de kilos de más: los españoles engordamos entre 2 y 5 kilos cada verano. Perderlos con dietas rápidas, proteicas y en régimen de ayuno o semiaayuno es la opción más seguida pero la menos efectiva.

Según los expertos de Adelgar, bajar de forma rápida los kilos de más que nos dejan las vacaciones provoca un efecto

rios). Los refrescos light o sin azúcar también son una buena opción para seguir disfrutando de las terrazas en el final del verano sin un aporte calórico extra.

2. Realizar cinco ingestas diarias: no hay que saltarse desayuno, almuerzo, comida, merienda y cena.

3. Cuidar el consumo de alcohol, grasas animales, proteínas animales, azúcares, harinas refinadas, alimentos procesados y lácteos.

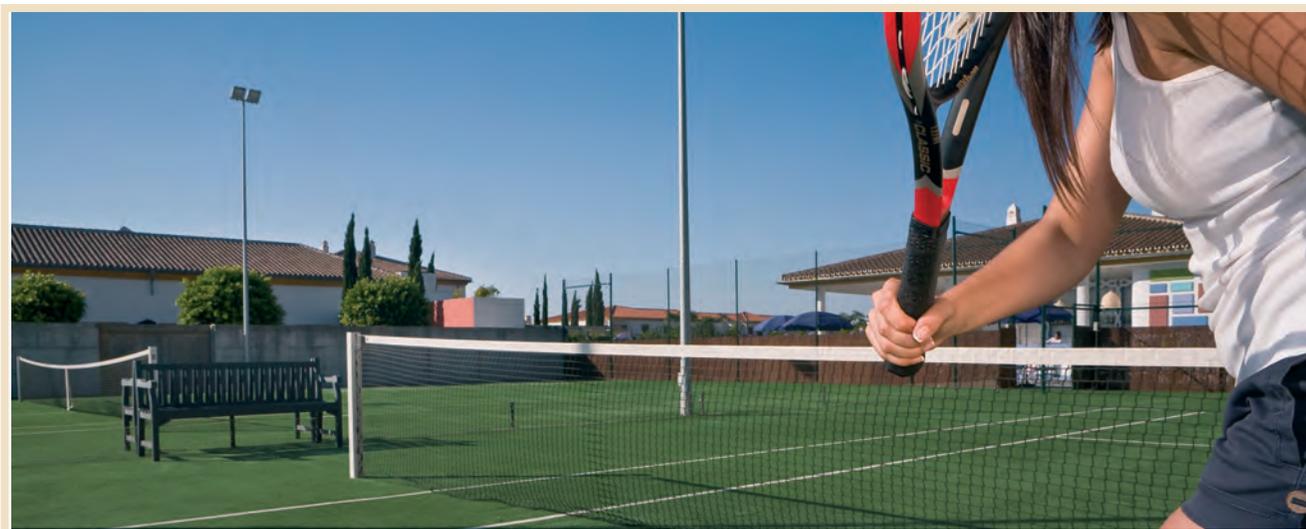
5. Limitar el consumo de sal, así como los alimentos ricos en ella: embutidos, conservas, ahumados, sopas preparadas, etc.

6. Apostar por proteínas vegetales como legumbres, tofu, seitán o quinoa.

7. Calmar el hambre entre horas con infusiones diuréticas como el té verde o la cola de caballo. El cardo mariano y el boldo son buenas opciones para eliminar toxinas porque favorecen la función del hígado y la vesícula biliar, los órganos que debemos depurar para perder peso.

8. Mantener actividad física diaria, aunque sea ligera, como caminar.

9. Estabilizar los resultados conseguidos



metabólico de reducción de masa corporal pero no de porcentaje de grasa, lo que a medio y largo plazo favorece que subamos de peso con más facilidad.

Frente a ello, Adelgar propone el siguiente “decálogo de buenas prácticas de adelgazamiento”:

1. Aumentar la cantidad de agua ingerida para favorecer la expulsión de toxinas por los riñones (entre 1,5 y 2 litros dia-

4. El consumo de frutas y vegetales por su alto contenido en agua y sus propiedades fotoquímicas aumenta la producción de orina y favorece la función renal, lo que ayuda a limpiar el organismo. Fresas, pepino, melón, alcachofa, espárragos y piña son alimentos muy diuréticos que ayudan en esta misión. La lechuga, en cambio, se desaconseja para personas propensas a tener gases o hinchazón de abdomen, aunque también tenga un efecto diurético.

con tratamientos reafirmantes, que enriquecen los tejidos flácidos dándoles más firmeza y elasticidad.

10. Ayudarse de tratamientos como la crioterapia y la lipoterapia para deshacerse de la grasa acumulada que no logramos perder con la dieta ni con el ejercicio. Con estos métodos se trabaja el sistema termorregulador y se eliminan las células que almacenan energía en forma de grasa. ●

# Opel Monza, visión del futuro



Tras más de 150 años de historia de la compañía llenos de grandes innovaciones, Opel presenta ahora su más reciente novedad -al menos parcialmente. El rompedor Concepto Opel Monza celebrará su presentación mundial del 12 al 22 de septiembre en el Salón Internacional del Automóvil de Frankfurt, pero ya el presidente y consejero delegado de Opel, Karl-Thomas Neumann enseñaba hace algunas semanas las primeras imágenes de este interesante estudio. "DRIVE!2022 es una estrategia clara para el futuro de Opel como compañía y como marca", dice el Neumann. "Cubre una amplia gama de áreas y elementos, y en términos de nuestros modelos futuros, hemos agrupado todos nuestros objetivos en el Concepto Opel Monza. Es nuestra visión del futuro de Opel y significa nuestros valores fundamentales: Ingeniería y precisión alemana, combinadas con un diseño cautivador e innovaciones adecuadas para el uso diario. El Concepto Monza traslada todos esos elementos más allá de una forma visionaria, expresándolos con una nueva y fresca inspiración y claridad. Este coche

## El nuevo Monza se convierte en la apuesta rompedora de Opel

es un estudio que tendrá un impacto a largo plazo en la próxima generación de modelos Opel".

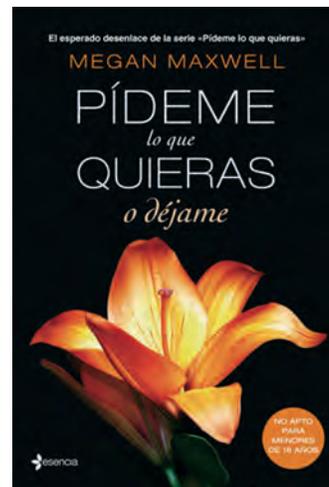
El Concepto Monza muestra lo que los clientes de Opel pueden esperar en el futuro. Está basado en dos aspectos principales que serán la máxima prioridad para los más de 6.000 ingenieros, técnicos y diseñadores en Rüsselsheim al desarrollar la siguiente generación de modelos Opel: Eficiencia y conectividad. El Concepto Monza demuestra una impresionante eficiencia a través de su arquitectura y la utilización de materiales, así como en su aerodinámica y su llamativo grupo propulsor. En términos de conectividad, ofre-

ce unas posibilidades vanguardistas que significan un salto espectacular en el desarrollo de sistemas de Infoentretenimiento.

El diseño del Concepto Monza se trata de un desarrollo de su estilo, fácilmente reconocible. Para expresar visiblemente la misión de Opel para incrementar la eficiencia, el estudio presenta una evolución de la filosofía de diseño de Opel de "arte escultural unido a precisión alemana", con contornos de carrocería transmitiendo un sentido de ágil atletismo más que pura potencia muscular. El énfasis del diseño se hace inmediatamente aparente en el diseño del frontal del vehículo. Una silueta baja con líneas que fluyen, el capó claramente definido y un llamativo tratamiento de los faros delanteros se combinan para dar al coche una dosis extra de firme confianza. Otros elementos característicos de Opel más desarrollados están incluidos en el aspecto general: El típico pliegue en el capó aparece de forma más tridimensional y, por tanto, más prominente, mientras que la barra cromada con el logo de Opel ahora se eleva con alabes en sus esquinas. Dos características formas de alabes bajo los faros añaden un toque deportivo.

El encanto deportivo de los modelos Opel siempre ha ido inseparablemente asociado a la funcionalidad y, a este respecto, el Concepto Monza rinde homenaje al influyente Opel Monza Coupé, fabricado entre 1978 y 1986. También combinaba un diseño dinámico y elegante con inteligentes y funcionales soluciones para el conductor y los pasajeros. Las similitudes entre los dos modelos son visibles en elementos de diseño como las grandes superficies acristaladas y la baja línea de cintura. ●

# “A las mujeres nos gusta leer cosas excitantes”



Megan Maxwell es el pseudónimo de una escritora española de novela romántica actualmente afincada en Madrid. La escritora cierra ahora con su última obra, 'Pídeme lo que quieras o déjame', una trilogía erótica que ha vendido más de 65.000 libros en ocho meses solo en España

**Mujer Emprendedora:** Cuatro años publicando y 14 novelas... ¿cómo se hace?

**Megan Maxwell:** Trabajando mucho... mucho.

**M.E.:** Y ahora... 'Pídeme lo que quieras o déjame', tercera parte de una trilogía erótica que ha vendido más de 65.000 libros en ocho meses solo en España! ¿Asusta?

En ocasiones sí. Pero las guerreras que tengo repartidas por todo el mundo, me lo hacen fácil. Sinceramente nunca pensé un éxito así y estoy ¡encantada!

**M.E.:** ¿Cómo le “venderías” a alguien que no ha leído las dos primeras partes de esta trilogía 'Pídeme lo que quieras o déjame'?

**M.M.:** Le diría que es una bonita historia de amor, plagada de morbo y sensualidad.

**M.E.:** ¿Cómo definirías a los protagonistas de esta trilogía, Judith y Erik?

**M.M.:** Como dos personajes muy de hoy en día. Él un frío alemán y ella una calurosa española. Creo que ellos son una excelente pareja y lo han demostrado.

**M.E.:** ¿Y a la mujer que los ha creado...?

**M.M.:** Jajajaja... pues diría que luchadora y cabezona como Judith, la protagonista.

La historia de 'Pídeme lo que quieras' iba a estar compuesta solo de dos partes. Llega ahora esta tercera porque fueron los propios lectores quienes pidieron más... ¿es posible una cuarta?

**M.M.:** No, por favor. ¡No me asustes! jajaja

**M.E.:** ¿Cuál crees que es el secreto del éxito para que una novela triunfe?

**M.M.:** El que a los lectores les guste y se sientan identificados con los protagonistas.

**M.E.:** ¿Cómo definirías a esas 'Guerreras Maxwell', como se definen las fans que te siguen?

**M.M.:** Las definiría simplemente como LAS MEJORES. Ellas son el 50% de mi éxito y siempre se lo estaré muy agradecida. Entre ellas y yo estamos formando un ejército maravilloso del que por ambas partes estamos muy contentas. ¡Vivan las guerreras Maxwell!

**M.E.:** La novela erótica... ¿una moda pasajera o ha llegado para quedarse?

**M.M.:** La novela erótica existe de toda la vida. Creo que ahora es de nuevo su momento y como en todo ¡hay que aprovechar el momento!

**M.E.:** ¿A qué achacas el éxito del género? ¿Tenemos las españolas carencias sexuales importantes?

**M.M.:** El éxito lo achaco a que a las mujeres nos gusta el morbo. Y no... no tenemos carencias. Simplemente que nos gusta leer cosas excitantes y si encima ellas nos provocan calor y nos hacen fantasear con hombres como Eric ¡Viva la novela erótica!

**M.E.:** ¿Cree que si un hombre escribiera este tipo de novelas se le preguntaría tanto qué opina su entorno más personal de que escriba este tipo de libros?

Quiero pensar que sí ¿por qué no?

**M.E.:** ¿Seguirás escribiendo novelas eróticas?

**M.M.:** Por supuesto que sí. Escribiré novelas eróticas y también de las que ya escribía con antelación. Mi intención es seguir escribiendo mientras gusten a mis guerreras. ●

IsabelGARCÍA





Pablo Picasso, *Madre y niño*, París, otoño 1921. Colección particular. Cortesía Fundación Almine y Bernard Ruiz-Picasso para el Arte © Foto: Eric Baudouin/© Sucesión Pablo Picasso, VEGAP, Madrid, 2013

# PABLO PICASSO. ÁLBUM DE FAMILIA

24 de junio - 6 de octubre de 2013

museo**PICASSO**málaga



10 ANI  
VERS  
ARIO



*con permiso*

**manuelBELLIDO**

bellido@mujerempredadora.net

http://manuelbellido.com

## *Hablo de un amigo*

El pasado 5 de agosto, José Antonio limpiaba una de las zonas traseras del hotel El Convento que da a la famosa peña de Arcos de la Frontera. Lo había hecho infinidad de veces, cuidando siempre todas las medidas de seguridad necesarias para evitar un accidente, sin embargo, esa mañana de verano la muerte lo había citado y bastó un resbalón para que José Antonio precipitara al vacío y con violencia indebida se enfrentara a la antesala cruel de la otra vida.

Y como la muerte es más duro asumirla que padecerla, los que te vimos marchar nos quedamos desconsolados y descompuestos, sin poder darnos una razón sobre la llegada de tu inesperada hora en tan cruel designio. Mientras viajaba hacia Arcos aquella tarde para abrazar a tus seres queridos, a tu esposa María y a tus hijas Raquel y Sofía, trataba de contener el aguacero de lágrimas que me nublaba la vista y me repetía, una y otra vez, unas palabras de Gandhi que había leído unos días antes: “Si la muerte no fuera el preludio a otra vida, la vida presente sería una burla cruel”.

Conocía a José Antonio desde hacía muchos años y con el tiempo se había ido consolidado una profunda amistad que nos permitía compartir dificultades, alegrías, experiencias y muchos buenos momentos. Hablábamos cada dos o tres días telefónicamente y a menudo disfrutábamos de algún paseo por la geografía andaluza.

José Antonio Roldán Caro y su mujer María Moreno han estado desde siempre muy vinculados al desarrollo turístico y empresarial de este precioso pueblo de la provincia de Cádiz que es Arcos de la

Frontera. Pusieron en pie, con muchísimo esfuerzo e ilusión, proyectos hosteleros de muchísimo renombre, como son el hotel El Convento, el hotel los Olivos y el restaurante el Convento. Estos proyectos motivaron la participación activa de José Antonio en campañas de promoción de Arcos, a nivel regional y nacional. Se empleó con mucho ingenio para hacer que Arcos fuera destino turístico y para que se conociera en todo el mundo. Escribía artículos y reportajes, enviaba fotografías, participaba en congresos y foros y se esforzaba por introducir mayor grado de profesionalización en los servicios turísticos. José Antonio Roldán hizo mucho por promocionar los encantos de esta tierra por todo el mundo y como bien dijo durante el responso José Luis Núñez, alcalde de Arcos, “anteponía el bien de su pueblo a sus

**“Como decía Menandro de Atenas, el hombre justo no es aquel que no comete ninguna injusticia, si no el que, pudiendo ser injusto, no quiere serlo”**

propios intereses personales”. Así era José Antonio, un hombre honrado y generoso. Le conocí bien y comprobé una y otra vez, que no solo tenía un gran sentido de la justicia, sino que la amaba y la practicaba. Como decía Menandro de Atenas, el hombre justo no es aquel que no comete ninguna injusticia, si no el que, pudiendo ser injusto, no quiere serlo. Así era José Antonio Roldán y por eso motivo sus colaboradores lo respetaban y lo estimaban. Teniendo mucho o teniendo poco, José Antonio siempre daba, encontraba el modo de obsequiar, de ayudar a quien lo necesitaba, de preocuparse por quien lo estaba pasando mal. A mí me regaló y me sigue regalando lo más precioso, su ejemplo y su amistad. Desde que lo conocí, no dejó crecer un solo día la hierba en el camino de nuestra amistad. No es extraño, por tanto, que lo siga sintiendo cercano, hablándome en el silencio. La amistad crea lazos más estrechos que los de la sangre, es como decía Aristóteles un alma que habita en dos cuerpos, un corazón que habita en dos almas. Quizás por eso sigo sintiéndote a mi lado. Gracias José Antonio. ●



LO QUE RECIBIMOS EN PAPEL

SE LO QUITAMOS AL MEDIO AMBIENTE.

## Buzón Virtual **Caja Rural.**

Da de alta gratis tu Buzón Virtual en **ruralvia.com**  
y gestiona con comodidad tu correspondencia bancaria.

**2ª FASE** Santander  
Plan Activación

**10.000**  
**MILLONES DE EUROS**

para  
impulsar **tu empresa**

Consigue una financiación a tu medida  
**Consulta en oficinas Santander**

Queremos  
**ser tu banco**

 **Santander**  
un banco para tus ideas

bancosantander.es  
bsan.mobi