

mujerempredadora®

ANÁLISIS

La agricultura ecológica,
una opción saludable

MODA

Jackpot

ENTREVISTA

María Dolores Jiménez
Presidenta de la Comisión
'Mujer Empresa' del Consejo
Superior de Cámaras

FUNCIONES Y SERVICIOS PARA EMPRENDER

Cámaras de Comercio

Depósito

MAX



El combinado perfecto para tus ahorros

Elaborado a lo grande, con mucha rentabilidad, porque:



Para la mitad de tus ahorros te garantizamos el **8% durante un año**.



Para la otra mitad, el **10% en dos años** si las acciones de Telefónica S.A., BBVA S.A., Repsol-YPF S.A., Unión FENOSA S.A. y Bankinter S.A. están igual o por encima del nivel inicial (1 Diciembre 2007)*.



Y **sin límite de cantidad**, ¡fíjate si es grande!

*TAE: si cumple será del 5,92%; si no cumple será del 2,69%.

Número de registro de entrada BDE 06/39868



Hacia una sociedad justa

Marianela Nieto

Edición de *Mujeremprendedora* - redaccion@mujeremprendedora.net

Nos acurrucamos en el regazo de un calendario de estreno y el mes de enero nos arroja con nuevas ilusiones y proyectos, mientras el sempiterno dictado del tiempo nos recuerda que los días no tienen 48 horas, aunque lo deseemos en ocasiones.

Así, aterriza 2007 en nuestras vidas, coqueto y misterioso, mientras despojamos de nuestros bolsillos la arena de 2006, desde la ingenuidad de empeñarnos en cerrar y abrir meses como si fuesen capítulos de un libro, como si la vida no fuese un devenir continuo que nos empeñamos en parcelar con más o menos éxito.

La senda ignota del 2007 parece conducirnos afortunadamente hacia una sociedad justa, desde un mensaje ligado al 'Año europeo de la igualdad de oportunidades para todos', que no es sino la carta de presentación comunitaria de esta nueva agenda de doce meses.

Desde estas páginas cerramos los ojos con fuerza y deseamos que ésta no sea una etiqueta más, que nuestra sociedad pueda considerarse, de verdad, más justa, y que la declaración de intenciones de este año de la nueva Europa no quede en papel mojado sino en un claro avance que pueda palparse cada día, en hogares y oficinas, dentro y fuera de los muros de cada persona.

Por fortuna no somos iguales. Cada cual entraña su esencia cultural, sus valores, su condición y su manera de hacer las cosas. Sin embargo, es justo que tengamos las mismas oportunidades.

Por eso es inaudito que la discriminación en sus distintas manifestaciones siga su curso y que en pleno siglo XXI

aún estemos arrastrando estas miserias, encadenadas a nuestros tobillos y a nuestras conciencias desde hace demasiado tiempo.

“ ESPERAMOS QUE ESTE NUEVO 2007 SIRVA PARA RECORDARNOS QUE TODAS LAS PERSONAS TENEMOS DERECHO AL MISMO TRATO EN TEORÍA Y PRÁCTICA, SIN DISTINCIONES

No valen las excusas. La igualdad de oportunidades no puede seguir siendo una meta eternamente. Necesitamos que la sociedad evolucione y que se garantice una aplicación adecuada y uniforme de la legislación en esta materia,

además de una concienciación individual que se lleve a la práctica. Y no vamos a ninguna parte si no hay un compromiso personal y colectivo.

Esperamos que este 2007 sirva para recordarnos que todas las personas tenemos derecho al mismo trato en teoría y práctica, sin distinción de sexo, color, procedencia, convicciones, edad, etc. Porque lo sabemos, pero parece que en el fondo se nos olvida. ¡Bienvenidas al nuevo año! □



La revista *Mujeremprendedora* es una publicación plural, los artículos y comentarios que en ella aparecen reflejan las opiniones de las/os respectivas/os autoras/es. Los comentarios de la publicación pueden ser reproducidos, citando las fuentes.

STAFF

EDITA: ALLIVESVER DE SERVICIOS, S.L.
PRESIDENTA: Gloria Bellido Zanin
FUNDADOR: Manuel Bellido Bello
COORDINADORA DE REDACCIÓN: Marianela Nieto
REDACCIÓN Y COLABORADORES: Isabel García, José Santos, Aida Rodríguez, M^a Ángeles Tejada y Ana Pagador
DIAGRAMACIÓN Y DISEÑO: Lucía Bustamante y M^a Eugenia Rosière
FOTOGRAFÍA: Archivo Mujeremprendedora, Agencias
DIRECTORA COMERCIAL: María José Montes
E-mail: mjmontes@mujeremprendedora.net / comercial@mujeremprendedora.net
Dirección, Administración, Distribución y Publicidad: Recaredo, 20, 2^o- 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
Mujeremprendedora en Internet: <http://www.mujeremprendedora.net>
E-mail: mujeremprendedora@mujeremprendedora.net / redaccion@mujeremprendedora.net
digital@mujeremprendedora.net



Foto cedida por Jacópot



14 A fondo

Las Cámaras de Comercio no son sólo unas de las instituciones que más recursos destinan al fomento de las vocaciones empresariales. La formación y consolidación del empresariado, son también pilares de las Cámaras andaluzas. Nos sumergimos en el quehacer de estos organismos que, recientemente, han visto nacer la Comisión 'Mujer Empresa'



22



MARÍA DOLORES JIMÉNEZ

28



INÉS ALBA CORDERO

- 03 ENTRE BAMBALINAS
- 05 TÚ OPINAS
- ACTUALIDAD
- 06 PRIMER PLANO
- 10 FRANQUICIAS
- 12 CEA
- 14 A FONDO: LAS MUJERES EN LAS CÁMARAS DE COMERCIO
- 19 OPINIÓN ♦ RECURSOS HUMANOS. POR M^a ÁNGELES TEJADA
- 20 ANÁLISIS: LA AGRICULTURA ECOLÓGICA, UNA OPCIÓN SALUDABLE
- 22 ENTREVISTA A MARÍA DOLORES JIMÉNEZ
PRESIDENTA DE LA COMISIÓN 'MUJER EMPRESA' DE LAS CÁMARAS
- 26 EMPRENDEDORAS
- 28 OTRO MODO DE EMPRENDER: INÉS ALBA CORDERO
- 30 DIRECTIVAS
- CLAVES
- 32 GAJES DEL OFICIO: MENTE SANA EN CUERPO SANO
- 36 EMPLEO-RSC
- 37 EMPLEO-PREVENCIÓN
- 38 FOMENTO DEL EMPLEO
- 39 ASESORÍA JURÍDICA
- OCEANO MUJER
- 40 SOCIAL
- 41 FORMACIÓN
- 42 CONSUMO
- 44 SABER ESTAR
- 45 TOMA NOTA
- 46 NUEVAS TECNOLOGÍAS
- ESTAR BIEN
- 48 MODA: JACKPOT
- 50 BAZAR
- 51 ESTÉTICA
- 52 OPINIÓN ♦ A SU SALUD POR ANA MARÍA PAGADOR
- 54 MOTOR
- 55 CULTURA
- 57 VIAJES
- CON PERMISO
- 58 LA TIENDA DE LAS PALABRAS
POR MANUEL BELLIDO BELLO

Escribenos

Tu opinión es muy importante. Puedes enviar una carta con tu mensaje a Mujeremprededora, c/ Recaredo, 20, 2º, 4, 5 y 6, 41003 (Sevilla), al fax 954 53 31 43 o por correo electrónico: redaccion@mujeremprededora.net. Las cartas podrán ser editadas o abreviadas por necesidades de claridad o espacio.

IV Certificación AES

Estuve presente en la entrega de premios de la Asociación de Empresarias de Sevilla y desde aquí quería felicitar a las premiadas y a la organización, porque actos de este tipo nos animan a seguir adelante. Me quedé sorprendida con la juventud y la trayectoria de Vanesa Muñoz. También me interesaron las experiencias de Carmen Moreno y de las creadoras de Cailu. Es estupendo que en Andalucía tengamos empresarias así. Creo sinceramente que no damos valor suficiente al trabajo de las empresarias andaluzas. Hay que darle más importancia, mucha más, porque no se puede estar siempre en la sombra.

Toda la sociedad tiene que enterarse de cuánto valen nuestras empresarias. ¿No os parece? Por eso, muchas felicidades a todas las mujeres que trabajan con esfuerzo, aunque no hayan recibido todavía el reconocimiento público que merecen. □

María Rodríguez
Correo electrónico

Noticias sobre mujeres

He leído en vuestro portal www.mujeremprededora.net una noticia muy interesante sobre un informe presentado en Málaga recientemente, acerca de la representación de género en informativos de radio y tele. Es para llevarse las manos a la cabeza. Resulta que las mujeres sólo protagonizamos el 21% de las noticias en los medios de comunicación y, encima, en el papel de víctimas por lo general.

A ver si encontramos cada vez más opiniones de expertas o información sobre emprendedoras y empresarias, por ejemplo. Vosotras vais por buen camino. Felicidades. □

Guiomar Sarabia
Madrid



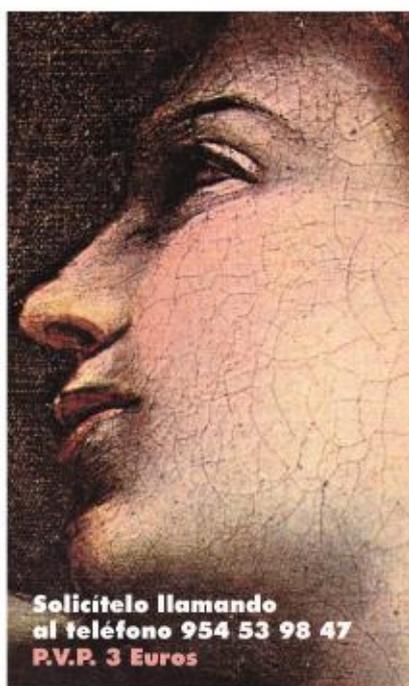
CLINICAS POLIPLANNING

DR. EDUARDO G. PÉREZ LUJÁN

- Interrupción voluntaria de embarazo: Bajo y alto riesgo
- Ginecología y Obstetricia
- Control de embarazo
- Ecografía
- Citología
- Cirugía

C/ José Nogales, 7-1º Dcha. 21001 Huelva
Tel.: 959 54 02 22
Fax: 959 26 22 55

C/ Santa Lucía, 18-20 11500 Puerto de Santa María (Cádiz)
Tel.: 956 54 10 54
Fax: 956 54 08 58



La mirada Como mirar un cuadro Françoise Gall



**Solicítelo llamando
al teléfono 954 53 98 47
P.V.P. 3 Euros**

los libros
de agenda

www.mujeremprededora.net
El primer portal para la mujer emprendedora andaluza



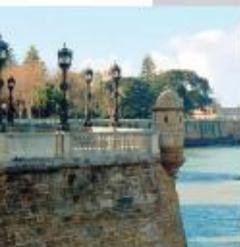
mujeremprededora.net



Mujeres por el turismo rural en la Vía Verde

Un total de 20 personas desempleadas, mujeres en su totalidad, del municipio sevillano de Coripe, potenciarán con su propio negocio el turismo rural en la llamada Vía Verde de la Sierra de Sevilla. De ello se está encargando el taller de empleo Peñón de Zaframagón, una iniciativa mixta de formación y empleo desarrollada por la Consejería de Empleo. La iniciativa formará a las alumnas en los oficios de guía de ruta y elaborador de objetos de fibras vegetales, potenciando así el turismo rural y recuperando una tradición artesana de la zona como actividad económica emergentes. □

Cádiz Emprende



El proyecto Cádiz Emprende, una iniciativa de fomento del autoempleo en la que han participado 169 personas, y que ha propiciado la creación y consolidación de 50 negocios (el 64% de ellos impulsado por mujeres), fue clausurado el pasado mes de diciembre. El proyecto Cádiz Emprende, cofinanciado por la Consejería de Empleo y desarrollado por la Diputación provincial de Cádiz, ha tenido como objetivo el fomento de actividades empresariales en el ámbito de los nuevos yacimientos de empleo. □



IMAGEN DE LA JORNADA CELEBRADA EN LA SEDE DE ASEMPAL

Almur organiza en Almería una jornada sobre empresarias y salud laboral

La Asociación de Mujeres Empresarias de la Provincia de Almería (Almur), en colaboración con el Área de Políticas de Igualdad del Ayuntamiento de Almería, celebró el pasado mes de diciembre la Jornada 'Mujer

Empresaria y Salud Laboral'. La sede central de Asempal fue testigo de esta cita que contó con la participación de destacados expertos en salud laboral y con las intervenciones de la presidenta de Almur, Rosario Alarcón, y de la concejala del Área de Políticas



Impulso económico a la mujer rural andaluza

La Consejería de Agricultura y Pesca hizo entrega el pasado diciembre de una ayuda de 1,2 millones de euros para la puesta en marcha de los 53 proyectos seleccionados en el marco de los concursos de ideas 'Empléate Two' y 'Mujeres

en acción'. 31 de estos proyectos corresponden a la segunda de las iniciativas, dirigida a promover la creación o ampliación de empresas innovadoras lideradas por mujeres en zonas rurales y que supondrán la creación de 61 empleos. □

Nace el primer mercado de productores ecológicos de Andalucía

La Consejería de Agricultura y Pesca, a través de la Dirección General de Agricultura Ecológica, y la Asociación para el Fomento de la Agroecología Mediterránea 'Al Munia', han impulsado el nacimiento del

primer mercado de productores ecológicos de Andalucía, que ya funciona en Vélez-Málaga con el nombre 'La Huerta'. Se trata de un espacio en el que son los propios agricultores quienes venden sus productos. □



de Igualdad del Ayuntamiento de Almería, Rosario Soto. Durante la jornada, se abordaron las enfermedades psicosomáticas en la mujer ocasionadas por el frenético ritmo de vida actual y el estrés relacionado con la sobrecarga de actividades diarias. Las conductas relacionadas con la salud, la actividad física, la utilización del tiempo de ocio, las horas dedicadas al sueño, las medidas de auto cuidado, los malos hábitos posturales y las diferentes condiciones de trabajo fueron temas que tampoco faltaron en esta jornada dirigida a empresarias y emprendedoras de Almería. □

Femar se presenta en sociedad

La Asociación de Mujeres Agudulce Rural, presentó el pasado diciembre el cartel de Femar, II Feria Empresarial de la Mujer Rural en la Sierra Sur Sevillana. La cita será el próximo mes de marzo en el municipio sevillano de Agudulce con la presencia de 43 empresas participantes. □



Premios por la igualdad en el ámbito escolar

La Consejería de Educación ha convocado los premios 'Rosa Regás' de coeducación con la finalidad de premiar materiales que promuevan la igualdad entre hombres y mujeres en el ámbito escolar. Estos materiales irán destinados al desarrollo y apoyo del currículo de cualquier ámbito o etapa educativa, a excepción de la universitaria. El certamen, que se convocará anualmente, está dirigido al profesorado dependiente de la Consejería de Educación que podrá participar de forma individual o en equipo, y a editoriales o empresas de publicaciones. Los interesados, que tienen de plazo hasta el próximo 8 de febrero de 2007, podrán presentar trabajos tanto inéditos como publicados. Los premios cuentan con una dotación económica de 21.000 euros. □



RECONOCIMIENTOS

Rosa María García

La labor directiva de Rosa María García, consejera delegada de Microsoft Ibérica, recibió el pasado diciembre el reconocimiento por parte de la Asociación Española de Mujeres Empresarias de Madrid que ha premiado el buen hacer empresarial de tres mujeres: Rosa María García, Ángela Navarro, y Carmen Cantero. □



María Isabel Pernas

María Isabel Pernas, directora de la Asesoría Jurídica de Atos Origin para la Región 3 (Sur de Europa, África y Latinoamérica), ha recibido el premio a la 'Mujer Joven Directiva 2006' otorgado por la Federación Española de Mujeres Directivas, Ejecutivas, Profesionales y Empresarias. Se reconoce así la labor de esta abogada a lo largo de su carrera. □



María Dolores Nieto

María Dolores Nieto, especialista en Medicina Interna del Hospital Universitario Virgen del Rocío, de Sevilla, ha quedado finalista del Premio Sanitas al Médico Interno Residente del año 2006. Es el único premio de esta naturaleza existente en España, en el cual participan más de 200 hospitales con acreditación para la formación de residentes por vía MIR. □



Lanjarón celebra la II Feria de Mujeres Emprendedoras

La localidad granadina de Lanjarón acogió el pasado mes de diciembre la II Feria de Mujeres Emprendedoras, que reunió en las instalaciones del balneario de este municipio a más de una veintena de empre-

sarias de la comarca de la Alpujarra. Sectores como la artesanía, la gastronomía o el turismo, fueron algunos de los presentes en esta feria, que tuvo como fin servir de instrumento dinamizador del tejido empresarial existente. □



IV CERTIFICACIÓN AES A LA CALIDAD EMPRESARIAL FEMENINA

Un premio para mujeres innovadoras en el tejido empresarial andaluz

Galardones para las empresarias de Cailu, Baño Duch y Carmotex

Mujeres con tesón, innovadoras, cuyo ejemplo sirve de modelo a otras personas emprendedoras que quieren crear un negocio en Andalucía. Así son Cristina Pavón y María del Mar Martínez -empresarias de Cailu- Vanesa Muñoz -al frente de Baño Duch- y Carmen Moreno, creadora de Carmotex, galardonadas con la cuarta Certificación AES a la Calidad Empresarial.

Asociación de Empresarias de Sevilla (AES) -con la colaboración de la Consejería de Economía y Hacienda y la Federación

Andaluza de Mujeres Empresarias (FAME)- se celebró el pasado mes de diciembre en el Hotel Alfonso XIII de la capital hispalense.

En esta celebración estuvieron presentes, entre otros,

Antonio Galadí, presidente de la Confederación Empresarial Sevillana (CES), Jesús Téllez, portavoz de la Diputación Provincial, y Eva María Vidal, delegada provincial de Sevilla de la Consejería de Economía y Hacienda. □



IMAGEN DE LA ENTREGA DE LA CERTIFICACIÓN AES

El acto de entrega de estos premios que concede la

I Conferencia Andaluza de Economía y Presupuestos en Clave de Género

El pasado mes de diciembre se celebró la I Conferencia Andaluza de Economía y Presupuestos en clave de Género, en Sevilla. Antonio Griñán, consejero de Economía y Hacienda de la Junta de Andalucía, fue el encargado de inaugurar el acto, destacando que la igualdad de género es "necesaria, posible y justa" y que "produce sonrojo, en el siglo XXI, tener que plantear la igualdad efectiva entre hombres y mujeres, una

meta que afecta a la igualdad básica de la mitad de la población, es decir que

afecta al nervio mismo de la convivencia".

Según el consejero, lo principal es apoyar la equidad a través de lo económico y lo presupuesta-

rio, por lo que se ha puesto en marcha, desde la Consejería, la formulación de presupuestos sensibles al género "para poder realizar la evaluación y el seguimiento del grado en que la asignación de recursos consignada en un presupuesto y las políticas que con ellos se desarrollan, contribuyen a reducirla y, en su caso, acabar con ella".

Sin embargo, aunque el 'Informe de Evaluación de Impacto de Género del Presupuesto' para 2006, y del Presupuesto para 2007, muestra que Andalucía está a la vanguardia en esta materia, Griñán ha admitido que, no son "nada complacientes porque la situación de discriminación de la mujer no admite otra lectura". □





Atrévete a salir de la economía sumergida

La economía sumergida es un lastre que perjudica a toda la sociedad. Sin embargo, trabajar en economía regular tiene muchas ventajas. Podrás solicitar ayudas, asesoramiento e incentivos para la contratación. Pero además, trabajarás seguro, fidelizarás clientes y tendrás futuro como empresa y como trabajador. Atrévete a trabajar en economía regular. Te beneficia a ti y a toda la sociedad.





JESÚS MEJÍAS ATALAYA

La enseña 'Tus mejores Hipotecas' revoluciona la franquicia

La enseña de intermediación financiera 'Tus Mejores Hipotecas' se ha convertido en la primera franquicia financiera capaz de desarrollar en el mercado español una oficina virtual. La empresa, con 15 nuevas unidades franquiciadas, ha desarrollado una exclusiva plataforma tecnológica del asesor financiero que permite a sus futuros franquiciados gestionar las operaciones que genere la central, en las distintas zonas. Con este sistema pionero en nuestro país, 'Tus Mejores Hipotecas' ofrece dos opciones de inversión para el futuro emprendedor: la franquicia con oficina virtual, y por otro, la oficina financiera con local en exclusiva. El objetivo de la enseña es revolucionar el sector mediante el teletrabajo y la formación de sus futuros franquiciados en las técnicas más avanzadas en marketing on line, venta de servicios financieros y micro marketing en sus zonas de actuación. 'Tus Mejores Hipotecas' se encuentra actualmente en plena fase de expansión. La franquicia hispalense prevé alcanzar las 100 aperturas en los próximos tres años. □

PRENSA

Kiosko24 se expande en Andalucía

La firma se dedica en exclusiva a la comercialización de máquinas expendedoras de periódicos y revistas a nivel mundial

Kiosko24 supone una revolucionaria forma de venta los 365 días del año. Además, las máquinas expendedoras de prensa proporcionan control y orden en la distribución, rentabilidad, así como ajuste en las tiradas. La empresa líder en la venta y distribución de máquinas expendedoras de prensa ha desarrollado un nuevo concepto de quiosco completamente automatizado en el que el consumidor puede realizar la compra de prensa a cualquier hora del día o de la noche durante los 365 días del año. Kiosko24, con su sistema patentado, tiene como objetivo acercar las publicaciones al lector, y que esto sirva de beneficio a cualquier persona o entidad que quiera convertirse en franquiciado. Y es que, tanto por sus dimensiones como por sus características, estas máquinas pueden ser perfectamente alojables en un sinfín de ubicaciones, como son aparcamientos, hospitales, gasolineras, centros de ocio, cen-

tros comerciales, zonas turísticas, cafeterías, u hoteles, entre otras. Su red de ventas cubre la totalidad del territorio nacional y alcanza diferentes países a nivel internacional, entre los que destaca Portugal, Italia, Grecia, Brasil, Rusia o Emiratos Árabes. Las diferentes opciones de publicidad en las máquinas y la venta de publicaciones garantizan el éxito.

La capital hispalense es una de las ciudades andaluzas donde mayor proyección está teniendo Kiosko24, con numerosas máquinas expendedoras de prensa situadas en lugares estratégicos. Buena parte de estas máquinas se ubican también en Málaga capital y Cádiz,

concretamente en la Línea de la Concepción y Algeciras. Las amplias expectativas de Kiosko24 en la comunidad andaluza y la multitud de ubicaciones disponibles hacen que esta empresa apoye con todo tipo de soluciones a sus clientes actuales y futuros. □





DESDE 1928 SIRVIENDO LA MEJOR CERVEZA



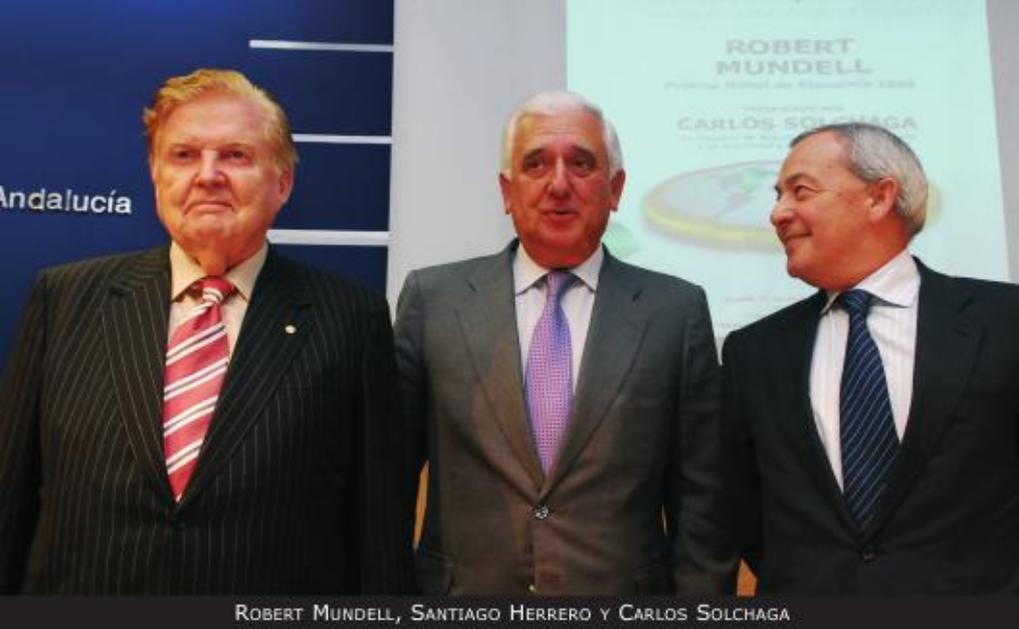
Cruzcampo recomienda el consumo responsable

Si te interesa, puedes contactar con
nosotros en el 954 97 96 75 (Ana Garrido)
Ana.Garrido@heineken.es

El tiempo nos ha dado la razón. No hay lugar más genuino para disfrutar de una buena cerveza que la Cervecería Cruz Blanca. Seguramente por eso, llevamos años brindando en un ambiente único, acompañados por las tapas de siempre y por supuesto, la mejor cerveza Cruzcampo.



LA DE TODA LA VIDA



ROBERT MUNDELL, SANTIAGO HERRERO Y CARLOS SOLCHAGA

CONFEDERACIÓN DE EMPRESARIOS DE ANDALUCÍA

La CEA crea un foro permanente de estudio económico y empresarial

El Premio Nobel de Economía 2006, Edmund Phelps, interviene este mes en el ciclo de conferencias de la patronal andaluza que estrenó el economista Robert Mundell en diciembre

La Confederación de Empresarios de Andalucía (CEA) ha puesto en marcha un foro económico de altura, estrenado el pasado mes de diciembre por el Premio Nobel de 1999 Robert Mundell en la sede de la patronal andaluza.

El poder creciente del euro en la economía mundial y su influencia en las relaciones empresariales son algunas de las cuestiones que abordó el economista canadiense en su intervención, que versó sobre la función que esta ejerciendo esta moneda y las implicaciones de su expansión.

El ex ministro Carlos Solchaga fue el encargado de presentar a Mundell como "uno de los padres intelectuales de la unión monetaria europea", "una experiencia" que, según destacó, "ha sido notable" para España.



Este reconocido economista americano recibió el Nobel por su 'análisis sobre las políticas monetarias y fiscales en diferentes sistemas de tasas de cambio', así como por su 'análisis de las zonas monetarias óptimas'.

PHELPS Y LA NUEVA 'ESCUELA DE ECONOMÍA ANDALUZA'

El presidente de la CEA, Santiago Herrero, anunció en diciembre que este ciclo de conferencias sobre la evolución económica y empresarial de Andalucía contará el próximo 30 de enero con la intervención de Edmund Phelps, Premio Nobel de Economía 2006.

Estas conferencias se enmarcan en un foro permanente de estudio económico y empresarial que ha creado la patronal andaluza con el objetivo de estudiar con rigor la realidad económica regional y de fomentar la cultura emprendedora y la iniciativa privada.

Con este programa de actividades para el análisis de la evolución económica y empresarial de Andalucía, la CEA pretende consolidar "una escuela de economía andaluza donde todo el mundo aprenda y enseñe".

De hecho, esta iniciativa de la Confederación, organizada en colaboración con la Consejería de Economía y Hacienda, está ideada para construir un centro permanente para el análisis y debate de temas de actualidad e interés económico y empresarial.

Con este programa se quiere trasladar, a la sociedad andaluza y a sus instituciones, mensajes y propuestas acerca de la realidad económica, financiera y empresarial de Andalucía.

En definitiva, este foro auspiciado por la CEA nace como instrumento y referente para el análisis e impulso del desarrollo económico y social andaluz. □

La Delegación de Empleo del Excmo. Ayuntamiento de Sevilla, inicia una línea prioritaria de actuación de PRACTICAS PROFESIONALES PERSONALIZADAS enmarcadas en el Proyecto REDES IV "Recursos para el Desarrollo Económico y Social", acogido a la Convocatoria de la Subvención Global del FSE -Programa Operativo Local 2000-2006- gestionada por el Ministerio para las Administraciones Públicas

PERFIL PARTICIPANTE	ÁREA PROFESIONAL
- Auxiliar de Enfermería con formación especializada en el ámbito de atención a personas mayores, con discapacidad y/o enfermos	- Residencia geriátrica - Unidad de día - Centros de día, centros ocupacionales, y centros especiales para personas discapacitadas
- Titulación Universitaria en Ciencias Sociales y Jurídicas. Con formación especializada en formación y empleo con colectivos en riesgo de exclusión social	- Entidades con programas de empleo que atiendan a personas pertenecientes a colectivos en riesgo de exclusión social

Todas las Prácticas Profesionales Personalizadas serán gratuitas y becadas mensualmente con aprox. 360 euros

El número de plazas para la realización de Prácticas Profesionales Personalizadas serán limitadas

Fechas de solicitud: **Desde el 4 de Enero hasta el 27 de Febrero del 2007 ambos incluidos**

Información, recogida y entrega de solicitud: en la oficina del Proyecto REDES de la zona Norte, acompañada la solicitud de Currículum Vitae debidamente acreditado, Fotocopia del D.N.I. y tarjeta de demanda de empleo (no mejora de empleo) en horario de 9.00 a 14.00 h.

ZONA NORTE	HOGAR VIRGEN DE LOS REYES C/ FRAY ISIDORO DE SEVILLA, S/N 41009 SEVILLA	954 59 11 87
-------------------	--	---------------------

Más información y descarga de solicitud en www.sevillaredes.org

Lo que se hace público para general conocimiento. Sevilla, a 4 de enero de 2007.
 TENIENTE ALCALDE DELEGADO DE EMPLEO
 Fdo.: D. Antonio Rodrigo Torrijos



Unión Europea

Fondo Social Europeo



CÁMARAS DE COMERCIO

Cámaras con vocación de servicio

Las entidades camerales no son sólo unas de las instituciones que más recursos destinan al fomento de las vocaciones empresariales. Formación y consolidación del empresariado, son también pilares de las Cámaras andaluzas. Hoy nos sumergimos en el quehacer de estos organismos que, recientemente, han visto nacer la Comisión 'Mujer Empresa'

Una idea de negocio e inquietud emprendedora. Son los condimentos básicos con los que cada día acuden a las Cámaras de Comercio decenas de andaluzas deseosas de crear su propia receta. Una 'receta' cocinada a base de una cucharada de autoconfianza, medio vaso de valor suficiente para asumir riesgos, tres cuartos de capacidad de dirección y de motivación, una pizca de serenidad y un tazón grande de ambición e ilusión por el proyecto. Con estos ingredientes, entra en juego la Cámara, no sin antes advertir a la 'cocinera' de que la aventura en la que está a punto de embarcarse no estará exenta de obstáculos. Y es que la participación de las Cámaras de Comercio en la puesta en marcha de la Fundación Incyde (Instituto Cameral de Creación y Desarrollo de la Empresa) para crear y consolidar empresas y el desarrollo de los distintos programas de apoyo al emprendedor, han convertido a las entidades camerales en las instituciones que más recursos dedican al fomento de

vocaciones empresariales. Precisamente es la Fundación Incyde una de las herramientas 'estrella' de la Cámaras, creada en 1999 con la finalidad de unificar los programas de creación de empresas que desarrollan en las cámaras, así como de consolidar los negocios existentes. Desde entonces, en los programas desarrollados por Incyde han participado alrededor de 17.000 emprendedores y empresarios que han elaborado 14.000 proyectos de empresa o planes de mejora de las ya constituidas. No concede directamente otras ayudas económicas que el asesoramiento y formación gratuitos a los participantes en sus programas, ya que éstos están subvencionados por el Fondo Social Europeo e instituciones nacionales sin ánimo de lucro.

La tarea de la Fundación comienza con la llegada del emprendedor con tan sólo una idea de negocio. No sabe si se trata de una idea con futuro o abocada al fracaso. En ese momento entra en juego la Cámara a través de la Fundación Incyde,

cuya actividad supone un importante elemento de acercamiento de las empresas creadas hacia sus cámaras correspondientes, ya que dentro de ellas obtienen el asesoramiento necesario. Y a partir de ahí, de la idea al proyecto, del proyecto viable a la apertura de la empresa. En primer lugar, se analiza la idea del emprendedor hasta realizar un proyecto empresarial viable a través de autorización activa e individualizada, utilizando para ello una combinación de herramientas de gestión y consultoría individualizada. Una vez finalizado el proyecto, se inicia su seguimiento hasta ponerlo en marcha. Para ello, un consultor se desplaza a cada localidad y a cada empresa para realizar la asesoría individualizada mediante entrevistas periódicas con la futura empresaria. Acto seguido, serán las propias cámaras las que continuarán prestando su apoyo para resolver las dudas y cuestiones que le puedan surgir. Concluidos los trámites, de nuevo le toca el turno a la Fundación. El negocio ya está en marcha, pero, ¿llegará a cumplir los dos años de vida? Las estadísticas aseguran que el 53% de las empresas se disuelven antes de llegar a esta fecha. Por ello, los consultores de la Fundación asesoran a cada una de las empresas de reciente creación hasta que ya pueden caminar por sí solas en el mercado, 24 meses después de su puesta en funcionamiento. Con esta metodología, las Cámaras han conseguido que el 87% de las más de 2.000 empresas que se han creado a través de sus programas conti-

núen su actividad cuatro años después de nacer.

La Ventanilla Única Empresarial es otro de los servicios de las Cámaras de Comercio puestos en marcha con el objeto de dar apoyo a los emprendedores en la creación de nuevas empresas mediante la prestación de servicios integrados de tramitación y asesoramiento empresarial. Los orientadores informan al emprendedor, en atención al grado de maduración y definición de los proyectos aportados, sobre las formas jurídicas adecuadas, los medios de financiación privada, las ayudas y subvenciones públicas. En caso de que el emprendedor desee formalizar su proyecto en la Ventanilla Única Empresarial, el orientador abre un expediente de tramitación, procediendo a la toma de datos del proyecto y del emprendedor. En concreto, desde junio de 1999 y hasta diciembre de 2005, este servicio ha facilitado la creación de más de 36.500 empresas y ha atendido a más de 162.000 personas interesadas en la puesta en marcha de una nueva actividad empresarial.

Pero la Fundación Incyde y las Ventanilla Única no son los únicos canales utilizados por las Cámaras en cuanto a creación y consolidación de empresas. En España, son las mujeres las que más difícil lo tienen a la hora de encontrar trabajo. Ejemplo de ello son las cifras de paro en Andalucía, que el pasado noviembre alcanzó la cifra de 187.065 hombres y 303.819 mujeres. Las Cámaras lo saben y apuestan por el autoempleo como una de las soluciones para paliar esta situación. Fruto de esta apuesta es la recién constituida Comisión 'Mujer Empresa' de las Cámaras de Comercio, que nace para desempeñar un papel muy importante en esta legislatura, dadas las nuevas leyes sobre igualdad y conciliación de la vida laboral y familiar. Consecuencia también de esa preocupación por la mujer es el Programa de Apoyo Empresarial a las Mujeres (PAEM), promovido por el Instituto de la Mujer y las Cámaras de Comercio, con el apoyo financiero del Fondo Social Europeo. →



HOSPEDERÍA LAS ROSAS

Un trío formado con el apoyo de las Cámaras

María del Carmen, Virginia e Inmaculada Rosa Rivera son tres hermanas cordobesas ejemplos de la juventud emprendedora andaluza. Y es que este trío cordobés ha logrado hacer hoy realidad el sueño de su padre,

poner en marcha "un pequeño hotel en Priego, donde el huésped se sintiera como en su propia casa, sin grandes lujos pero con una sensación cuando lo dejara". Y esto es hoy la Hospedería las Rosas. A raíz de la creación de este negocio, han

surgido nuevas iniciativas como complemento al alojamiento. Y mientras tanto, la Cámara de Comercio de Córdoba a través de una de sus antenas en Priego, "ayudando a consolidar nuestra empresa", como afirma Inmaculada.

Formación es el principal apoyo que de la Cámara han recibido a lo largo de estos años. Nos cuenta Inmaculada que han realizado "varios cursos de formación impartidos por ella como el de 'Creación y consolidación de empresas', y

en la actualidad estamos realizando el curso 'Cómo hacer negocios en internet'. Muchos son los servicios que ofrecen las entidades camerales, y ellas lo saben y los aprovechan. Entre ellos, además del formativo, el de asesoramiento: "continuamente nos informan de las diferentes subvenciones que existen o a las que podemos optar". Una ayuda valorada satisfactoriamente por Inmaculada, que aunque apunta que "siempre se puede mejorar", afirma que el acercamiento a la misma como "todo un acierto". Por

→ Puesto en marcha en 1996, el PAEM está diseñado para apoyar las iniciativas de mujeres con inquietud emprendedora, en cualquier fase de su proyecto, tanto en el inicio de la idea empresarial como en su puesta en marcha y consolidación, el programa proporciona información y asesoramiento para que estén en mejores condiciones de ser competitivas mediante la modernización

o ampliación de sus empresas. En concreto, en Andalucía han hecho uso del PAEM durante el pasado año (resultados a 31 de octubre de 2006) 1.526 emprendedoras repartidas entre las Cámaras de Comercio que están adscritas o asociadas al Consejo Superior de Cámaras de Comercio localizadas en nuestra Comunidad (Almería, Granada, Jaén, Sevilla, Ayamonte, Córdoba, Huelva,

Jerez, Linares y Málaga). El perfil de la usuaria de este servicio es el de una mujer emprendedora de 25 a 45 años, en paro durante menos de un año u ocupada, con formación académica (principalmente universitaria) con escasos recursos financieros que acceden al autoempleo como solución al precario empleo asalariado e interesada en crear una microempresa, especialmente en el sector servicios.

Programa de apoyo empresarial a las mujeres 2006 (a 31 octubre)

Cámara	Usuarías	Empresas creadas	Empleo generado
Almería	444	72	21
Granada	171	21	14
Jaén	81	12	6
Sevilla	614	242	48
Ayamonte	20	1	1
Córdoba	19	0	0
Huelva	27	0	0
Jerez	41	0	0
Linares	23	0	0
Málaga	86	12	22
TOTAL	1526	360	112

Fuente Consejo supremo Camara de Comercio

Usuarías que pueden beneficiarse de este programa a través de dos métodos o formas de asesoramiento, el presencial y el on line, a través de la página web www.e-empresarias.net, capaz de responder de forma rápida y personalizada a numerosas cuestiones derivadas de la gestión empresarial de emprendedoras y empresarias. Además ofrece la posibilidad de participar en un foro de cooperación e intercambio, informa sobre jornadas, subvenciones, ferias, actividades formativas, e incluso facilita un autodiagnóstico básico para evaluar la viabilidad de una idea empresarial.

VIVEROS DE EMPRESAS

Pero la actividad de las Cámaras no se limita a la creación de empresas. La Fundación Incyde da un paso más en su



el momento, María del Carmen, Virginia e Inmaculada continúan adelante día a día con sus proyectos. Y siem-

pre bajo la mirada atenta de la Cámara, que "de forma permanente realiza un seguimiento de nuestra empresa", "infor-

mándonos de las diferentes novedades que más nos pueden interesar dentro de nuestro sector". □

política de apoyo a la consolidación de nuevos negocios: crear la red de viveros de empresas más importante de España por número de locales y metros cuadrados. Y es que toda empresa necesita un local en el que desarrollar su actividad, a pesar de que el mercado inmobiliario actual deja pocas opciones para quienes no pueden hacer frente a la inversión necesaria para el alquiler o compra de un espacio en que situar su empresa. Para ellos surgen estos viveros de empresas, edificios destinados a alojar a las empresas, cuya superficie media por negocio es de 20 metros cuadrados que cuentan

con una infraestructura especial, con mobiliario y equipamiento de oficina, incluyendo todo lo referido a comunicaciones.

Por otro lado, los consultores de la Fundación ponen al servicio de las empresas surgidas con el apoyo de las cámaras, servicios compartidos como es asesoramiento contable y fiscal, entre otros. La nueva empresa sólo tendrá que abonar los gastos de luz, teléfono o mantenimiento, y una cuota de alquiler simbólica por el despacho en que se ubique. La única condición para poder acceder a

este servicio es haber recibido la formación, consultoría y asesoramiento que se ofrecen en cualquiera de los programas que la Fundación Incyde lleva a cabo en toda España.

En definitiva, un mecanismo de creación y consolidación de empleo a largo plazo que favorece la competitividad y el desarrollo del tejido productivo de las zonas en las que están implantados. En este sentido, Andalucía es una de las más afortunadas, teniendo en cuenta que de las nueve comunidades autónomas que cuentan en sus territorios con estas infraestructuras empresariales, Andalucía está en el primer puesto en número de viveros con un total de 13 ya finalizados y otros ocho en fase de ejecución.

FORMACIÓN E INTERNACIONALIZACIÓN

Crear y consolidar empresas no es la única actividad de las Cámaras. Formar e internacionalizar son también pilares de las Cámaras de Comercio. Pilares que ponen al servicio de empresas, emprendedores y trabajadores. Y es que las Cámaras, en su vocación de servicio, prestan una especial atención a la formación profesional. La distribución de sedes camerales a lo ancho de la geografía andaluza, permite a las Cámaras conocer de primera mano las necesidades empresariales de cada sector y las demandas profesionales que se generan. →

- Congresos, ferias, seminarios y convenciones
- Promociones institucionales y empresariales
- Promoción en punto de venta
- Acciones en vía pública
- Recibimientos o transfer
- Servicios de intérpretes traductores y medios técnicos
- Lanzamientos de productos
- Fiestas promocionales
- Secretaría (Teléfonos, E-mail, Fax, etc)



ADELA LLERENA

Asesoramiento para construir la base del presente

Se dice que todo negocio parte de una idea primaria, y a partir de ahí, mover los hilos necesarios que lo hagan realidad. Pero no se menciona la necesidad de un plan de negocio del que partir para comenzar a mover dichos hilos. En la Cámara de Comercio de Sevilla fue donde Adela Llerena encontró esa base por donde empezar a levantar lo que hoy es una realidad en Sevilla, Zenfloat, un centro de flotación y relajación en gravedad cero con un sistema domótico perso-



nalizado en el que el cliente elige desde el tipo de flotación deseada hasta la música que escuchar acompañada o no de masajes y terapias alternativas. Adela, promotora de la idea y directora del centro, es abogada. Poco sabía de números, era consciente de ello y sabía pues que necesitaría

ayuda. Un cartel con información del servicio de la Ventanilla Única de la Cámara de Comercio hispalense. Allá marchó, con sus estudios de mercado en mano. "Conjuntamente realizamos un plan de negocio y tomé por primera vez consciencia de lo que realmente es una empresa, de los números que hay que hacer y de los factores con los que no había contado", relata. Con ese plan, Adela "maduro la idea", y como dice ella misma, "tiro hacia delante". A partir de ahí esta emprendedora reconoce que tuvo que trastocar algunos puntos del mismo, a la par que agradece "el apoyo integral recibido" por parte de la entidad. "Cuando un emprendedor empieza a perfilar su negocio necesita apoyo económico y de asesoramiento, pero también humano. Y eso es lo que yo he encontrado principalmente en la Cámara", sostiene. □

→ El Consejo Andaluz de Cámaras, en esta misma línea y coordinando a las 14 Cámaras de Andalucía, desarrolla una intensa y minuciosa labor encaminada a fomentar y desarrollar proyectos formativos actualizados que faciliten la integración en el cada vez más exigente mercado de trabajo, de profesionales cualificados. Concretamente, en la última edición se impartieron en Andalucía un total de 202 cursos presenciales, de los que se consiguió el 100% de cumplimiento, y mediante los que se ofertaron 52 especialidades formativas. Más de 10.000 horas de formación impartidas y en torno a 3.000 trabajadores beneficiados de las mismas.

Por otro lado, las Cámaras disponen de un programa de servicio a las empresas denominado Servicio de Integración Activa en la Pyme (SIAP), un plan integral de formación y empleo promovido por las propias Cámaras con el apoyo del Instituto Nacional de Empleo que atiende a las necesidades que una empresa tiene al incorporar un profesional a su plantilla y a las posibles caren-

cias de éste a la hora de cubrir las expectativas de la producción. Los contenidos básicos del programa, que posibilitan la consecución de este fin, son: realización de encuestas a empresas para conocer los perfiles de necesidades ocupacionales; diseño del plan formativo en función de los resultados de las encuestas; impartición de la formación: personal, transversal y técnica; realización de tutorías individuales del proceso educativo; establecimiento de prácticas formativas en empresas con mejores perspectivas de empleo e inserción laboral. Paralelamente, las Cámaras andaluzas tienen entre sus prioridades el fomento del comercio exterior y la internacionalización de las empresas andaluzas. Para ello, desarrollan anualmente el Plan Cameral de Promoción de las Exportaciones, instrumento dirigido a promover la adquisición en el exterior de bienes y servicios producidos en España. Con el fin de adaptarse al grado de internacionalización de cada empresa, las Cámaras de Andalucía desarrollan un programa que abarca desde la iniciación al comercio exterior hasta la

participación en ferias internacionales y misiones comerciales. Concretamente se trata del programa PIPE (Plan de Iniciación a la Promoción Exterior), dirigido exclusivamente a pymes que quieran comenzar a exportar, para que encuentren todos los apoyos necesarios para iniciar su andadura en el exterior con la ayuda de las instituciones españolas de promoción exterior y de la mano de un especialista externo a la empresa.

Potenciar la actividad económica de nuestras provincias, de nuestra Comunidad, es en definitiva la labor de las entidades camerales. Muchas son las recetas cocinadas año tras año en los fogones de nuestras Cámaras de Comercio, pero también muchos son los ingredientes que dejan 'en su punto' a través de sus programas formativos y muchas las recetas que convierten en internacionales. Así que ya sabes, una idea de negocio es suficiente. Si ya la posees, he aquí un lugar al que acudir en busca de apoyo. □

Isabel García



RECURSOS HUMANOS

La Ley de Igualdad de Género

María Ángeles Tejada
Consejera delegada del Grupo Select

Por una vez, las mujeres estamos de moda en el mundo laboral, no creo que sea porque cada vez exista una mayor ocupación -ya sólo queda un 25,5% sin trabajo- ni tampoco tiene que ver, con el incremento sostenido de mujeres en las aulas universitarias, el tema está relacionado simplemente, con la futura ley orgánica, para la igualdad efectiva de mujeres y hombres, pues sí, parece ser que muy pronto y aunque sea por obligación legal, por fin y tal como escribió John Stuart Mill, hace 140 años "aspiramos a una perfecta igualdad que no admita poder ni privilegio para unos, ni incapacidad para otros".

Es bueno que la sociedad se preocupe de que exista igualdad efectiva, pero a mí, me gustaría aún más que además se lo creyeran todos, especialmente los que se dedican a eso, por tanto, empresarios, ejecutivos, cómo no, la administración pública y a veces hasta los propios trabajadores del otro género.

No se trata de demostrar nada, cada uno tenemos nuestro pequeño talento que guardamos como un patrimonio y ponemos a disposición a través de los actos de nuestra vida, especialmente por el camino de la actitud, aunque quizás lo complicado es que difícilmente podemos permitirnos ser mediocres, cuando aspiramos a cierta responsabilidad, pero a eso, también nos hemos acostumbrado.

Mi marido, que es jurista, siempre menciona una frase de Tácito que dice algo así: "sólo los pueblos muy corruptos necesitan muchas leyes". No creo que sea el caso, pero devolver la "normalidad" a golpe de reglamentos es como decirle a alguien que no corra porque lo multan o no robe porque lo encierran, en fin, creo que la mayoría educamos a nuestros hijos con ciertos valores, ética o sentido de lo que está bien o mal, pero si las reglas del juego van por las cuotas de representación y los derechos se explican y se proclaman, pues el fin justifica los medios.

Nos gustaría que se llegara a la paridad por la vía de la implicación de la dirección, con políticas de impacto social, con una auténtica promoción directiva, en función de las competencias y de paso que se cambien los roles sexistas, que exista una auténtica prevención hacia el acoso y la violencia de género, pero que todo eso, se mueva desde los medios de

comunicación, porque forman parte de la cultura urbana, de la que bebe la sociedad, si no se trabaja para que exista una involucración de todos, por mucha ley que haya, va a costar mucho más, no se trata de cambiar la denominación del lugar de trabajo y poner un artículo femenino, sino de mantener una actitud firme, que en las empresas comienza en el proceso de selección y el plan de carrera.

No se trata de imponer nada, sino de aceptar la normalidad, asumir la comple-



mentariedad como un hecho en nuestro mundo.

Otros países, como Noruega, han promulgado leyes de paridad que obligan a que las mujeres ocupen hasta el 40% de los puestos en consejos de administración, nosotras, en España, tenemos un 60% de las licenciaturas actuales, pero sólo hay un 12% de catedráticas y a menudo la presencia es testimonial.

Me gustaría que esta ley fuera el principio de un camino que nos debe llevar a hacer las cosas mejor, porque con toda seguridad el beneficio será para todas y todo. □

“ME GUSTARÍA QUE ESTA LEY FUERA EL PRINCIPIO DE UN CAMINO QUE NOS DEBE LLEVAR A HACER LAS COSAS MEJOR, PORQUE CON TODA SEGURIDAD EL BENEFICIO SERÁ PARA TODAS Y TODOS”



AGROALIMENTACIÓN

La agricultura ecológica, una opción saludable

Una experta de la empresa Eco Alternativa presenta las ventajas de estos cultivos y aconseja el consumo de los alimentos ecológicos

Calidad nutritiva, fomento de la biodiversidad, uso de recursos y materias primas naturales, reducción de la contaminación medioam-

biental y desarrollo rural y de empleo. Estos son algunos de los principales objetivos de la agricultura ecológica, un sistema de elaboración de productos agrarios que en los últimos años ha expe-

rimentado un importante crecimiento, tanto de producción como de demanda.

La agricultura ecológica contribuye a mantener la salud de los consu- →



Silvia Rúa Ayllón
Experta de la empresa Eco Alternativa, firma que comercializa la marca Valmasera de productos ecológicos

- ♦ Favorece la retención del agua y no contamina los acuíferos.
- ♦ Fomenta la biodiversidad.
- ♦ Mantiene los hábitats de los animales silvestres, permitiendo y favoreciendo la vida de numerosas especies.
- ♦ Contribuye de manera eficaz a la descontaminación del aire, el agua, el suelo, la flora y la fauna.

Los beneficios de la agricultura ecológica se extienden incluso al ámbito social, impulsando la creación de puestos de trabajo en el campo. Esto permite la producción, el comercio y el consumo local, como bases de la economía de las regiones.

A contrario de lo que se cree, cabe resaltar que los productos biológicos no resultan más caros para la economía familiar. Protegen mejor la salud de la familia y, además, su contenido en nutrientes por unidad de peso es superior al de los convencionales, por ello cubren mejor las necesidades con menor cantidad que los otros.

“ LOS BENEFICIOS DE LA AGRICULTURA ECOLÓGICA SE EXTIENDEN INCLUSO AL ÁMBITO SOCIAL, IMPULSANDO LA CREACIÓN DE PUESTOS DE TRABAJO EN EL CAMPO

Según datos oficiales, el 60% de las enfermedades degenerativas están relacionadas con la comida. El consumo generalizado de alimentos biológicos, supondría un gran ahorro tanto para las familias como para los gobiernos.

El Ministerio de Agricultura, Ganadería y Pesca ha comenzado, por su parte, a aplicar el Plan de acción de la agricultura ecológica, en que se enmarcan acciones como la aprobación del Real Decreto por el que se reserva en exclu-

siva para la agricultura ecológica los términos eco y bio y acciones como campañas de información y promoción. En este sentido, se está llevando a cabo una campaña informativa cofinanciada por UE que durará dos años.

Esta campaña tiene como objetivo promover la producción y el consumo en España de productos ecológicos. Con ello, el Gobierno quiere que, una vez conseguida la estabilización de la producción, se le de un nuevo enfoque para aumentar el consumo de este tipo de productos dentro de España. Con esto también se pretende depender menos de la demanda externa, ya que el 90% de los productos ecológicos producidos en España se consumen en el extranjero.

Según el panel de consumo alimentario, el consumo de productos ecológicos ha pasado del 3% al 5% del total. En 2005 la superficie destinada al cultivo ecológico superó las 800.000 hectáreas, con un crecimiento superior al 10% en relación al año anterior, situándose en los primeros puestos, tanto a nivel comunitario como a nivel mundial.

¿POR QUÉ AL CONSUMIDOR LE CUESTA COMPRAR 'ECOLÓGICO'?

Los datos de un estudio hecho sobre alimentación ecológica por el Observatorio del Consumo y la Distribución Alimenticia reflejan que más de un 72% de los entrevistados conocen lo que es un producto ecológico. Dato sorprendentemente elevado teniendo en cuenta que más de la mitad de los entrevistados no encuentra estos productos en su establecimiento habitual de compra.

Los consumidores eligen los productos ecológicos por tres motivos: son más saludables, tienen más buen gusto y una mayor calidad. Por grupos de edad, el consumo más importante se da entre los entrevistados de edades comprendidas entre los 46 y 55 años. Y por comunidades autónomas, las islas Baleares es donde más se consumen y Cantabria donde menos. □

midores al no utilizar biocidas ni semillas transgénicas.

Con los alimentos biológicos se recupera el verdadero sabor de los alimentos, siendo equilibrados y muy ricos en nutrientes. Además, se conservan mejor que los convencionales.

El uso del compost, como base de fertilización, hace del suelo un medio adecuado para albergar vida y alimentar a los microorganismos que en él habitan, que son los que van a poner a disposición de la planta los elementos que necesita para su correcta alimentación. Por el contrario, la fertilización química mata la vida microbiana del suelo.

La agricultura ecológica tiene además muchos otros beneficios para el medio ambiente:

- ♦ Fertiliza la tierra y frena por tanto la desertificación.

Entrevista a María Dolores Jiménez PRESIDENTA DE LA COMISIÓN 'MUJER EMPRESA' DE LAS CÁMARAS DE COMERCIO

"La conciliación es fundamental y el mundo de la empresa es cada vez más consciente de ello"

La presidenta de la Cámara de Comercio de Córdoba concluyó 2006 estrenando la presidencia de la Comisión 'Mujer Empresa' del Consejo Superior de Cámaras de Comercio. En estas páginas comienza 2007 apuntando sus planes al frente de esta Comisión y ofreciendo una panorámica del papel creciente de la mujer en las instituciones camerales y en nuestro tejido empresarial

Mujerempresadora:
¿Qué retos se plantea como presidenta de la Comisión 'Mujer Empresa' del Consejo Superior de Cámaras de Comercio?

MD. Jiménez: Fundamentalmente, cumplir con los objetivos de la Comisión, entre otros, el desarrollo de los programas de trabajo en curso, como el PAEM (Programa de Apoyo Empresarial a las Mujeres), y el análisis

y propuestas de las normativas en relación a la mujer y su papel en el mundo empresarial y laboral para elevarlos al Pleno del Consejo Superior. Junto a ello, y con las personas que formen parte de la Comisión, estudiar y poner en marcha los proyectos que consideremos útiles y eficaces desde este ámbito.

ME.: ¿Qué peso específico tiene la mujer en las instituciones camerales españolas?

MD.J.: Es evidente que hay un peso mucho más significativo de hombres que de mujeres en la actualidad, pero hay que decir también que a las Cámaras se presentan en las elecciones, libremente y representando a las empresas, más hombres que mujeres, lo que conduce a esa poca presencia. Estoy segura de que, a medida que la mujer tenga un mayor peso en el mundo empresarial español, lo tendrá consecuentemente en las Cámaras de Comercio.



MARÍA DOLORES JIMÉNEZ

ME.: Y, en el caso de Andalucía, ¿cuál es la representatividad de la mujer en las ejecutivas de las Cámaras?

MD.J.: Se sitúa en la misma línea de las Cámaras españolas en general. Y para que aumente esa presencia, como he comentado, sería bueno que las mujeres se animasen a presentarse a las elecciones en las Cámaras.

ME.: ¿Cómo concibe el concepto de conciliación de vida familiar y labo-

ral y cómo piensa que pueden solucionarse los problemas que supone esta cuestión para las mujeres?

MD.J.: La conciliación de la vida familiar y laboral es fundamental y el mundo de la empresa es cada vez más consciente de que es uno de los grandes valores de nuestra sociedad. Muchas empresas están ya demostrando que una conciliación adecuada mejora su competitividad y creo que es cuestión de tiempo que se alcance ese

nivel necesario de conciliación familiar y laboral.

ME.: Desde su cargo, al frente de la Cámara de Córdoba, evalúe el papel de la mujer en el empresariado de esta provincia.

MD.J.: El papel de la mujer es creciente, sin ninguna duda. Es una cuestión de tiempo que haya más mujeres que tengan constancia de que la empresa es una de las formas más impor- ➔



Una mujer pionera

Al navegar por los comités ejecutivos de las Cámaras de Comercio percibimos que aún quedan muchos mares por surcar en lo que atañe a la representatividad de la

mujer en los órganos de decisión de estas instituciones camerales. Sin embargo, la brisa del cambio habla de la experiencia de María Dolores Jiménez. Esta mujer pionera

ha dado un paso al frente al ocupar la presidencia de la Cámara de Comercio de Córdoba en la legislatura 2006-2010 y, desde el pasado mes de noviembre, como presidenta de la Comisión 'Mujer Empresa' del Consejo Superior de

→tantes de contribuir a una sociedad mejor y más próspera. Creo que hoy en día hay muchos instrumentos y programas de apoyo a las mujeres que quieren incorporarse al mundo de la empresa y no debemos olvidar que, en las universidades, hay tantas mujeres como hombres en estudios relacionados con la empresa. En las universidades y en la gran oferta de masters posterior.

ME.: ¿De qué modo apoya la Cámara de Comercio de Córdoba a las emprendedoras y empresarias de la provincia?

MD.J.: A través de nuestras actividades y programas de apoyo y formación, sobre todo. Llevamos cuatro años desarrollando el Programa de

Apoyo Empresarial a las Mujeres con resultados destacados entre las Cámaras de Comercio españolas que lo aplican y acciones del programa Concilia. Asimismo, en las acciones del programa de creación y consolidación de empresas del Consejo Superior, Fundación Incyde, la presen-

cia de mujeres está pareja a la de hombres. De la misma manera, en el resto de cursos de formación superior que realiza la Cámara de Comercio de Córdoba, la presencia de la mujer es significativa.

ME.: ¿Cuáles son, en su opinión, los valores y las deficiencias del empresariado cordobés?

MD.J.: El empresariado cordobés es cada vez más joven, cualificado y creativo. Las empresas, como las personas, crecen y cambian, la mayoría para mejorar. Pero, de todas formas, yo no hablaría de valores y deficiencias del empresariado cordobés, sino de la necesidad de que tengamos en Córdoba, al igual que en Andalucía, más empresas y empresarios y, como decía antes, que las mujeres tengan entre sus metas crear su propia empresa.

“ ES UNA CUESTIÓN DE TIEMPO QUE HAYA MÁS MUJERES QUE TENGAN CONSTANCIA DE QUE LA EMPRESA ES UNA DE LAS FORMAS MÁS IMPORTANTES DE CONTRIBUIR A UNA SOCIEDAD MEJOR Y MÁS PRÓSPERA

ME.: Usted es consejera delegada de Jicar y gerente de Castillo de Montemayor, empresas de un grupo familiar. ¿Cómo considera que ha cambiado la empresa familiar andaluza y cuál es el perfil actual de este tipo de sociedades?

MD.J.: La empresa familiar andaluza ha cambiado a velocidad de vértigo en la última década y sigue haciéndolo, porque así lo demandan sus necesidades y las de los mercados donde actúa. En la comunidad autónoma andaluza, al igual que en el resto de



JIMÉNEZ JUNTO A LA ALCALDESA DE CÓRDOBA Y LA PRESIDENTA DE ASEMACOR EN CYMODA

Cámaras españolas. La formación y la internacionalización son dos de los pilares en la actividad de estos organismos, que contribuyen a la consolidación de nuestro tejido empresarial.

La trayectoria profesional de María Dolores Jiménez

alude a una **m a r c a d a** experiencia en gestión y administración de empresas. De hecho, la presidenta de la Comisión 'Mujer Empresa' ocupa, entre otros cargos,



los de consejera delegada de la constructora Jicar y gerente del hotel Castillo de Montemayor.

Su currículo alude además a su participación en la Comisión de Infraestructuras del Consejo

Superior de Cámaras y en la juntas directivas de Ifeco, de Hostecor, de Fadeco, etc. A esto se añade su condición de consejera del Consejo Social de la Universidad de Córdoba, como pinceladas sueltas de un boceto de la intensa labor de esta mujer pionera. □

España, la mayor parte de las empresas son familiares y la sensibilidad hacia su naturaleza y sus problemas es muy grande, tanto para cuidarlas como para prepararlas en el presente para el futuro. Lo importante es crecer, mejorar y resolver y creo que así actúan las empresas familiares andaluzas.

ME.: *¿Cómo ha variado en las últimas décadas el papel de la mujer en la empresa familiar?*

“ A MEDIDA QUE LA MUJER TENGA UN MAYOR PESO EN EL MUNDO EMPRESARIAL ESPAÑOL, LO TENDRÁ CONSECUENTEMENTE EN LAS CÁMARAS

MD.J.: La mujer actual está mucho más cualificada profesional y laboral-

mente dentro de las empresas familiares andaluzas, y está perfectamente dispuesta para gestionarlas, como ya va ocurriendo. En mi caso, yo no he tenido ningún problema por el hecho de ser mujer porque disponiendo de un equipo capacitado y dispuesto a trabajar, como tengo la suerte de tener, se pueden alcanzar todas las metas que una se proponga. □

Marianela Nieto

www.agendaempresa.com

1^{er} portal de noticias económicas y empresariales de Andalucía

"Nuestra mejor publicidad es hacer el trabajo muy bien, para que el boca a boca tenga rentabilidad"

AURORA Y PILAR, DISEÑOS DE MODA

Disfraza tu vida con originalidad



AURORA ORTEGA Y PILAR MARTÍNEZ

Ficha Técnica

Empresa:

Aurora y Pilar

Actividad:

Diseño de disfraces y ropa en general

Fecha de creación:

2002

Número de empleados: 2

Dirección:

Almogía 14, bloque 1, 2ºB

Teléfono:

951 09 72 96

Página web

www.femmas.org

Aurora y Pilar se conocieron un buen día en una fiesta de fin de curso que organizaba el colegio de sus hijos. Allí intercambiaron ideas y tras reunirse posteriormente en más de una ocasión decidieron crear: Aurora y Pilar. "Al principio empezamos a realizar pequeños encargos de conocidos, haciendo de todo, desde disfraces, costura en general, hasta incluso pintura", comenta una de las fundadoras de esta empresa malagueña, Pilar Martínez Sierra. Actualmente, añade, "hacemos desde dar la idea, procesar el diseño, pintar, elaborarlo con costura o goma espuma, decorar todo tipo de eventos y fiestas. La idea es que el cliente se sienta cómodo y nosotras le hagamos todo lo que éste quiere realizar". Y apostilla: "nos gusta que el trabajo no se quede sólo en el disfraz, sino en los múltiples detalles que pueden llevar". Los primeros pasos "fueron lentos", admite Pilar Martínez, "pero la verdad es que hasta el día de hoy no nos faltan encargos de todo tipo y variedad". Además, "nuestra mejor publicidad es hacer el trabajo muy bien, para que el boca a boca luego tenga rentabilidad". Pero no sólo está funcionando esta vía publicitaria, "internet también es un canal que nos está dando mucho trabajo, la verdad, y todo gracias a la web de Femma (Muestra de Empresarias y Emprendedoras malagueñas), donde se contacta con nosotras". En cuanto al perfil del cliente de Aurora y Pilar es variopinto, "tanto hombres como mujeres", destaca Pilar. Como anécdota, recuerdan entre otras la recreación de las Meninas de Velázquez para un concurso organizado

por un reconocido y prestigioso centro comercial a nivel nacional y la diputación de Málaga. "La verdad es que salió tan original que el cliente que nos hizo dicho encargo ganó el primer premio del concurso". Cuando se acerca la época de carnavales los encargos de trabajo "aumentan considerablemente", dice Pilar Martínez, "no obstante, no cesa tampoco durante primavera, con la Semana Santa, para trajes de nazarenos por ejemplo o en feria o romerías durante verano". Entre los encargos actuales, ambas emprendedoras destacan "el vestuario de un personaje de ratón Pérez para un film argentino, y todo a través de internet y Femma". También subrayan al tiempo que añaden que "Femmas nos da un empujón muy bueno y le estamos muy agradecidas, la verdad". Otro de los trabajos más característicos de Aurora y Pilar es el encargo de la mascota de Emasa, "una nube diseñada de goma espuma, con idea de que se pueda llevar con facilidad y agilidad". "Todo artesano, con máquinas modernas, eso sí", matizan. Según Aurora Ortega Ramos, entre los muchos proyectos que tenemos en mente a corto plazo está el "diseñar nuestra propia página web además de trabajar más con la goma espuma, más fácil de llevar, sí, pero un material con el que no todo el mundo trabaja ya que hay que saber montar bien las piezas y denota mucha dedicación", señala Aurora Ortega. Asimismo "queremos incorporar puestos de trabajo, sea chicos o chicas, para que podamos abarcar mayor cantidad de encargos". Por último, reconocen sentirse "muy a gusto con nuestro trabajo a pesar de no parar, pero sobre todo seguimos con mucha ilusión, que es lo más importante", destacan Aurora y Pilar. □

José Santos

VICTORIA BARRENA, CORTIJO DOS FUENTES

Un lugar encantado

Un famoso dicho afirma que de una boda siempre sale otra. Lo que no nos dice es aquello de que de una boda sale un nuevo negocio. Esta es la historia de Victoria Barrena, emprendedora cordobesa que ha decidido ponerse un cortijo familiar 'por montera' para levantar un lugar mágico donde la melodía del agua se funde con un juego de luces y sombras: el Cortijo Dos Fuentes, un lugar que alberga tres siglos de historia. Y es que fue precisamente a raíz de la celebración del enlace de su hermano en este mismo lugar, cuando Victoria se decidió, ante la buena acogida de los invitados, a hacer de estas instalaciones una fuente de ingresos. Un lugar preparado y redecorado para acoger la celebración de todo tipo de eventos, desde enlaces hasta congresos, conferencias y comuniones. Dice su promotora que, por el momento, "son las bodas las que están teniendo mayor aceptación", aunque el pistoletazo de salida lo hayan dado estas navidades con la organización de comidas de empresa. Y es que un vistazo rápido a las instalaciones del cortijo explica el por qué del éxito en la petición de las mismas para la celebración de ceremonias nupciales. 5.000 metros cuadrados de jardines al aire libre capaces de albergar hasta 3.000 personas, patios restaurados con posibilidad de ser utilizados con o sin techo con capacidad para 400 invitados, piscina, terraza de nogal donde disfrutar de una copa entre amigos, y una decoración realizada a base de mucho estilo y años de restauración de su principal valuarte, una molina de aceite pionera en la provincia y adaptada para acoger frente a ella las propias ceremonias. Una decoración a la que Victoria echa buena parte de 'culpa' a su padre, amante de la restauración, "que en los últimos años ya había estado arre-

glando el cortijo aunque sin vistas a explotarlo".

Preparado el ambiente, llega el ofrecimiento de los servicios que el cortijo le ofrece a los contratantes. "El alquiler del cortijo incluye un autocar de dos viajes de ida y vuelta durante ocho horas, servicio de limpieza continua y un servicio de seguridad y vigilancia", explica Victoria. Por otro lado, es nuestra propia emprendedora la encargada de facilitar a sus clientes una lista de los mejores catering: "aconsejamos dentro de la oferta que por prestigio y por fiabilidad barajamos, una oferta preparada para todos los bolsillos". Aún así, la última decisión siempre la tiene el cliente, que también puede acceder a una serie de servicios extra como el alquiler de una suite nupcial especialmente preparada para la noche de bodas, un servicio de decoración floral, de minibús continuo cada hora, etc.

'Movidos' se presentan los meses venideros para este recién estrenado lugar. Y es que son los meses que transcurren "desde abril a octubre", ambos inclusive, cuando los novios se deciden a pasar mayoritariamente por el altar. Todo está preparado, pues, en este pequeño gran rincón cordobés para recibir la llegada de invitados ansiosos de disfrutar de horas de asueto. El lugar corre de la mano de Victoria, el resto ya es cosa de quien se decida por contratar sus servicios. □

Isabel García

"Un cortijo preparado y redecorado para acoger la celebración de todo tipo de eventos"



VICTORIA BARRENA

Ficha Técnica

Empresa:

Cortijo Dos Fuentes

Actividad:

Alquiler de las instalaciones

Fecha de creación: 2006

Dirección: Ctra. Santuario de Linares, Km. 3 Córdoba

Teléfono: 957 43 04 03

E-mail:

info@cortijodosfuentes.com

Página web:

www.cortijodosfuentes.com



INÉS ALBA CORDERO

INÉS ALBA CORDERO

Por un Periodismo sin discriminaciones

La experiencia que la extensa trayectoria profesional que Inés Alba lleva a sus espaldas le ha demostrado la situación que las mujeres periodistas viven a diario

“Me considero una periodista de Andalucía”, afirma Inés Alba cuando se le pregunta sobre su trayectoria profesional, ya que tras licenciarse en la Universidad Complutense de Madrid, siempre ha ejercido en esta comunidad autónoma. Al acabar sus estudios, consiguió “una codiciada plaza en un curso radiofónico que organizaba la Cadena Ser”, donde aprendió a elaborar informativos, programas, retransmisiones, locución, guión y dirección. Las prácticas de la beca la llevaron a las emisoras de la Ser; en su caso, en Radio Sevilla y en Radio Cádiz. A partir de ahí, Inés Alba pasó por multitud de medios de comunicación, un factor decisivo a la hora de

implicarse, participando en todos los organismos para su defensa y mejora, como la FAPE, donde es vicepresidenta tercera, o la FAAP; además de haber sido candidata a la presidencia de la Asociación de la Prensa de Sevilla.

Con ese mismo compromiso ejerce su labor como presidenta de la Asamblea Andaluza de Mujeres Periodistas, una idea puesta en marcha por la periodista Carmen Morillo desde Cádiz, y “que cuenta con una larga trayectoria de trabajo contra la discriminación de las mujeres”. Cuando Carmen fue nombrada miembro del Consejo Audiovisual de Andalucía, Inés tomó el relevo. “Así, junto con otras compañeras y con el respaldo

de la FAAP y el Instituto de la Mujer constituimos en Chiclana, todavía no hace un año, la Asamblea. Era una respuesta directa ante la necesidad de llamar la atención sobre varios hechos intolerables que demuestran que persisten discriminaciones y estereotipos que perjudican a las periodistas, por el hecho de ser mujeres”, comenta Inés.

Según ella, el principal problema que afecta a las féminas en el Periodismo es la precariedad laboral, “que además ellas padecen en mayor grado” y los estereotipos, algo que se deben evitar las propias mujeres. “Nosotras no podemos ser cómplices”. Por ello, desde la Asamblea, ha puesto en marcha una serie de medidas como “colaboraciones con la Universidad para hacer cursos de formación de lucha contra los lenguajes y tratamientos inadecuados”. Ante la creciente presencia femenina en las Facultades de Comunicación, Inés opina que “se habrá feminizado la profesión pero hará falta una postura militante para que los cambios se produzcan”.

Muchos años de profesión avalan a esta periodista: diez años en Cádiz, otros veinte en Sevilla, donde ha ocupado cargos como jefa de Informativos de la Cadena Ser, coordinadora del Gabinete de Prensa de la Expo'92, y jefa de Programas de Canal Sur Radio; aunque siempre sin dejar de lado la labor de redacción. Desde hace cinco años trabaja en Canal Sur Televisión, donde ha dirigido programas como Salud al Día, Andalucía Línea Abierta y ahora Mejor lo Hablamos. Inés Alba también ha recibido distintos galardones, como el Premio Meridiana por un trabajo sobre los malos tratos a las mujeres.

En definitiva, toda una vida dedicada al Periodismo y al papel femenino en él. Como ella misma dice, “el ejercicio de la libertad de expresión es una necesidad global de la que somos una parte muy importante.” Tanto hombres, como mujeres. □

Aida Rodríguez

NUEVO CASH EN UTRERA



PRECIOS DE MAYORISTAS PARA TODOS LOS PÚBLICOS

Jamones, paletas, carnes frescas de cerdo ibérico,
cerdo blanco, pollo, pavo, ternera, quesos, conservas,
congelados, vinos, licores ...

**Ctra. Mérida (Salida Camas)
Pol. Store (Esquina SE-30)
C.C. Alcampo
Pol. El Torno (Utrera)**



955 98 27 20

www.jamonesbadia.com





ENTREVISTA A ANA CHOCANO

La voz del segmento de la obra pública en Andalucía

Inmersa en un sector tradicionalmente masculino como el de la construcción, se encuentra esta jienense, gerente de Ceacop

Mujeremprendedora: *¿Con qué filosofía nace el Círculo de Empresas de la Construcción, Consultoría y Obra Pública (Ceacop)?*

Ana Chocano: El nacimiento de Ceacop hace ya una década estuvo muy ligado a la necesidad de dar respaldo a ese tejido empresarial compuesto por pymes andaluzas dedicadas a la obra pública nacidas y afincadas en nuestra Comunidad. Después de dos lustros desempeñando esa función, mediante una red de servicios cada vez mayor, Ceacop ha logrado ser la voz del segmento de la obra pública en Andalucía, y desde la responsabilidad que ello conlleva continúa trabajando por lograr un mayor apoyo y reconocimiento de sus asociados y del sector en general.

ME.: Desde su experiencia, ¿cuál es el peso de la mujer en la construcción?

A.C.: A nadie se le escapa un rasgo evidente y característico de nuestro actual mercado laboral: la desigual distribución de hombres y mujeres en los diferentes

sectores de la economía. La construcción es uno de esos segmentos en los que tradicionalmente la presencia masculina ha sido, y continúa siendo, mayoritaria. Con todo, en los últimos años se vienen observando importantes avances en la segre-

Perfil

Galopante ha sido la carrera de quien presentamos, Ana Chocano. Y es que apenas ocho años han pasado desde que abandonara las aulas de la Universidad de Granada -donde se licenció en Ingeniería de Caminos, Canales y Puertos- hasta ocupar la gerencia de Ceacop, cargo que tomó en octubre de 2005. Empresas como Gea 21, el Centro de Investigación de Carreteras de Andalucía y Agromán, vieron 'desfilarse' por sus instalaciones el talento de esta directiva andaluza. □

gación de este sector, que no son sino el fiel reflejo de los logros obtenidos por las mujeres en el propio mercado laboral. Sin embargo, la ocupación de la mujer en la construcción tiende a concentrarse en departamentos como el comercial o el de administración. El fomento del empleo femenino debería ir dirigido a extender su presencia a todos los ámbitos de la actividad, especialmente en aquellos de carácter más técnico y de tipo directivo.

ME.: ¿Cómo valora la incorporación de la mujer a los puestos directivos?

A.C.: Es un paso muy importante y un reconocimiento efectivo de la gran preparación y capacitación profesional de la mujer en el ámbito laboral. Aún somos muy pocas las mujeres con cargos de responsabilidad en el ámbito privado, me atrevería a decir que se trata de un hecho casi testimonial, puesto que el techo de cristal todavía sigue ejerciendo una barrera infranqueable. A la mujer le ha costado mucho esfuerzo abrirse camino hacia la alta dirección, pero ahora que este trabajo comienza a dar sus frutos se puede decir que estamos ante una realidad imparable. La mayor presencia femenina en los ámbitos de poder es una cuestión de tiempo, puesto que no hay que olvidar que ahora las chicas son más numerosas en las aulas universitarias y sus expedientes académicos son mejores.

ME.: ¿Cree en un estilo de dirección con 'sello femenino'?

A.C.: No considero que la alta dirección en el mundo empresarial sea un aspecto suscrito necesariamente a una cuestión de sexo. Me inclino más por la capacitación y las aptitudes de liderazgo de la persona, con independencia de si es hombre o mujer. Esa valía debería depender más bien de su formación y de su experiencia, y no estar sujeta a acciones de discriminación positiva. Pero eso no debe ser excusa para que el lado femenino esté ausente de las principales decisiones del mundo en el que vive. □

Isabel García

ENTREVISTA A MARÍA PÉREZ MELLADO

Comunicación, honestidad y creer en el proyecto que diriges

Éstos son los pilares de esta directiva hispalense que está al frente de la gerencia de Sevilla del Grupo Safa

Mujeremprendedora: *¿Le ha costado mucho esfuerzo alcanzar el puesto que ocupa en Safa?*

María Pérez: He trabajado mucho desde que entré en la empresa, sintiendo que era mía y que formaba parte de un proyecto importante. En las empresas hay que adaptarse muchas veces a nuevas circunstancias, lo importante es aprender de ellas e irse superando día a día.

ME.: ¿Cree que la mujer está bien representada en el sector al que pertenece su empresa?

M.P.: En mi sector la mujer sí tiene un papel muy importante y tiene una repre-

sentación elevada. En mi empresa, concretamente, hay bastantes mujeres ocupando todo tipo de puestos, e incluso la dirección general está en manos de una mujer.

ME.: ¿Qué perfil no debe faltar en una mujer directiva?

M.P.: Bajo mi punto de vista, la mujer y el hombre son igualmente capaces de desarrollar el puesto que se planteen y, en los dos, lo más importante es el trabajo honesto, la comunicación con el equipo y creer en el proyecto que diriges.

ME.: ¿Tiene en mente crecer profesionalmente dentro de su empresa?



M.P.: Por supuesto que quiero seguir creciendo en mi empresa, soy una persona joven y quiero seguir aprendiendo y desarrollando mi trabajo cada vez más. Soy muy capaz de asumir nuevos retos y trabajaré para que así sea.

ME.: ¿Cómo compaginas vida laboral y familiar o personal?

M.P.: Cada cosa tiene su sitio y debe ser así. Si te falta alguno de los dos pilares de la vida (para mí, la familia y el trabajo) estará mal el otro. Todo tiene su momento y su tiempo y es importante saber desconectar.

ME.: ¿Qué opinión le merece la poca presencia de mujeres en puestos directivos en Andalucía?

M.P.: Me parece muy mal, creo que la mujer actual está igual de preparada que el hombre y tiene la misma capacidad de trabajo, incluso pienso que es más capaz de desarrollar varias cosas a la vez, con lo cual, las oportunidades deberían ser las mismas. De todas formas creo que esta situación se da en Andalucía más que en ningún otro sitio de España, y seguramente tengamos culpa todos los andaluces. En nuestra región hay pocas empresas y desgraciadamente en muchos sectores para triunfar en tu trabajo debes salir de tu tierra. □

José Santos

Perfil

Esta joven directiva, licenciada en Farmacia comenzó su andadura profesional en una cooperativa farmacéutica con una beca mientras estudiaba Ortopedia. Tras seis meses de trabajo, María Pérez se incorporó a su compañía actual, Grupo

Safa, dedicada a la distribución farmacéutica a nivel nacional. Esta firma, en continua expansión, ha crecido bastante en el último ejercicio en Andalucía gracias a la adquisición de un distribuidor farmacéutico que tenía una cuota de mercado más

elevada en esta zona. En Grupo Safa lleva cerca de cinco años, donde comenzó trabajando de comercial, luego ocupó el puesto de coordinación comercial de Andalucía y actualmente está al frente de la gerencia de Sevilla. □



MUJERES QUE TRABAJAN EN ESTÉTICA

Mente sana en cuerpo sano

El aspecto físico es un factor que nos preocupa, y más aún, tras las fechas navideñas. Tres mujeres nos explican las claves para conseguir mejorar nuestra imagen sin alejarnos de una calidad de vida saludable

El año nuevo llega cargado de felicidad, de regalos... y de comidas, noches de fiesta, y demás actividades que nos hacen descuidar un poco el cuidado de nuestro aspecto estético. En este, sentido, para que recuperemos las formas y nos sintamos mejor, existen diversas opciones a las que nos podemos acoger tras las fiestas.

María José Fernández, profesional de Sato Sport Santa Justa, la doctora María Ángeles García Pagola, especialista en endocrinología y nutrición y Carolina Prada, directiva de Corporación Dermoestética son tres mujeres andaluzas que saben mucho de mejorar salud y aspecto físico. A partir de su experiencia, nos cuentan cómo nos podemos cuidar.

María José Fernández Ruiz es una de ellas. Coordinadora de actividades dirigidas en el Centro Deportivo Sato Sport Santa Justa, en Sevilla, donde también imparte algu-

nas clases señala que la clientela en este mes aumenta casi un 60% más, en comparación con la escasa actividad que tiene lugar en diciembre.

Entre los servicios que ofrece Sato Sport se encuentran la gimnasia, pilates, piscina, hasta danza del vientre, sevillanas, rayos UVA e incluso un spa. Según comenta María José, los chicos demandan más la musculación, mientras que las mujeres son más propensas a escoger la piscina y las actividades dirigidas. Actividades de coordinación, movilidad, y creatividad, en las que suelen destacar, porque como señala esta coordinadora, "genéticamente es así", "la mujer no tiene tanta fuerza, pero es más despierta, más emprendedora; se pone y consigue las cosas".

MAYORÍA DE MONITORAS

"Las mujeres entienden a las mujeres, por supuesto", explica María José. "Nosotras, como mujeres, sabemos que nos gusta más trabajar la parte inferior del cuerpo, moldear la figura. Los chicos prefieren la musculación".

Por ello, atendiendo a las sugerencias de sus clientas, ha organizado a sus monitoras de manera que por las mañanas, cuando aumenta la presencia femenina,

las monitoras también sean chicas: "los monitores están por la tarde, que es cuando hay mas chicos. Por la mañana y mediodía es que es imposible, no se puede", dice la coordinadora. "De hecho el 60% de mis monitores son chicas y el resto chicos, porque encajan mejor con todo tipo de publico. No solo entienden a las mujeres, sino también a los hombres."

Hoy en día, el culto al cuerpo es una realidad. Pero ante la teoría de que parece que las mujeres, además de ser trabajadoras, madres, y amas de casa, deben tener un físico impresionante, María José sabe que la sociedad no reconoce demasiado esa 'obligación implícita' y señala que "las jornadas de trabajo de la mujer se deberían de acoplar a sus horarios. En las empresas deberían de tener en cuenta esto, que hay que darnos facilidades".

Pero también es positiva y piensa que "está demostrado que por genética y anatomía somos fuertes, que podemos con todo". Quizás parte de ese optimismo le viene del ejercicio diario: "lo bueno del deporte es eso, que salimos y tenemos energía para seguir con el día". Como ella dice, "hay que irse mejor de como hemos venido".

LA COSTUMBRE DE CUIDARSE

El deporte es una buena medida para recuperar la forma, pero una alimentación equilibrada y opinión profesional en medicina estética también son de gran ayuda. De esto sabe mucho la doctora María Ángeles García Pagola, especialista en Endocrinología y Nutrición de Jerez de la Frontera, Cádiz. Según cuenta, la mayor parte de los pacientes de medicina estética son mujeres, que "normalmente acuden cuando consideran que el tiempo empieza a hacer mella en ellas".

Según la doctora, en Enero suele darse un aumento significativo de las consultas, ya sea rebajar kilos o como parte de los proyectos de año nuevo; aunque, en palabras de la doctora, "hay también muchos pacientes que asumen que cuidarse debe ser una costumbre y mantienen sus consultas de forma periódica".



MARÍA ÁNGELES GARCÍA PAGOLA

“ SÓLO TENEMOS UN CUERPO Y LO TENEMOS QUE MIMAR”, SEGÚN MARÍA ANGELES GARCÍA, ESPECIALISTA EN ENDOCRINOLOGÍA Y NUTRICIÓN

María Ángeles es consciente de que "vivimos en una sociedad hedonista donde lo que se valora es lo bonito, lo placentero". Por eso mismo, como señala la doctora, "desgraciadamente, la preocupación principal de la mayoría de los pacientes se basa en su aspecto externo"; algo que, en ocasiones, "lleva incluso a someterse a tratamientos que podrían no ser saludables". María Ángeles destaca entonces el papel de la ética del médico a la hora de indicar la terapéutica a seguir.

Se trata de conseguir una calidad de vida sin obsesiones, entendiendo que "sólo tenemos un cuerpo y lo tenemos que

mimar", acostumbrándonos a un cuidado diario que debe comenzar "desde el nacimiento, con una correcta alimentación (lactancia materna), y la adquisición de buenos hábitos 'higiénico-dietéticos' desde la infancia".

Las dietas rápidas, que nos hacen adelgazar mucho en poco tiempo, "sirven únicamente para sacarte de un apuro, por ejemplo, perder tres kilos para entrar en un traje de boda". La doctora García Pagola explica que "hacen perder agua y masa muscular y muy poca grasa", por lo que "seguirlas durante largos periodos de tiempo son perjudiciales para nuestra salud". Sin embargo, llevar una dieta equilibrada, consistente en seguir "nuestra dieta mediterránea pero en cantidad adecuada", es una de las claves para mantener un cuerpo sano y "envejecer saludablemente", junto al "ejercicio físico y aprender mecanismos que nos liberen del estrés".

CIRUGÍA, UNA DECISIÓN MEDITADA Carolina Prada es subdirectora general de Gestión de Clínicas de Corporación Dermoesética Zona Sur de España, Canarias y Portugal. También en este centro aumentan considerablemente las consultas, sobre todo, como ella misma explica, "relacionadas con las dietas y todos los tratamientos complementarios para evitar la obesidad."

Aunque suelen acudir más mujeres, cuyo perfil es de "mujeres trabajadoras de unos 30 ó 35 años", cada vez la presencia masculina va siendo mayor. Según datos proporcionados por Carolina, "la demanda masculina de este tipo de tratamientos hace ocho años apenas ➔



límite entre lo necesario y la obsesión por el físico? Carolina Prada lo tiene claro: "En Corporación Dermoestética consideramos que el cuidado de la imagen no tiene edad, siempre que sea una decisión meditada, madura y realista con los resultados que la medicina y cirugía estética pueden darnos, por encima de modas o tendencias".

→ representaba el 5%. Hoy en día podemos decir que entre un 30 ó 35% de nuestros clientes son hombres y un 70% mujeres".

abdomen (abdominoplastia) y liposucciones, hasta cirugía láser ocular, servicio de odontología y tratamientos de rejuvenecimiento facial.

Distintas maneras de cuidarnos y de estar y sentirnos bien con nosotras mismas. Distintas mujeres que, con su trabajo, nos ayudan a recuperar la confianza y la salud.

Corporación Dermoestética lleva 27 años ofreciendo un amplio abanico de tratamientos de cirugía y medicina estética; desde distintas plásticas (nariz, orejas, senos -aumento y disminución), reducción de

LAS MUJERES DESTACAN MÁS EN ACTIVIDADES QUE IMPLIQUEN COORDINACIÓN, MOVILIDAD Y CREATIVIDAD

Según comenta Carolina, entre las mujeres "las cirugías más demandadas son las de pecho, sobre todo, la mamoplastia de aumento y las liposucciones, la rinoplastia (corrección de nariz) y la abdominoplastia (reducción de abdomen)", además de "la fotodepilación, los tratamientos de rejuvenecimiento facial (que incluyen eliminación de manchas, arrugas, rellenos...) y todos los complementarios con la obesidad, como la termosudación, mesoterapia y masajes subdérmicos". También, como señala la subdirectora, "en ambos sexos, está aumentando la demanda de un tratamiento contra la obesidad, sin cirugía, que permite adelgazar en seis meses entre diez y 30 kilos: es el balón intragástrico".

Sin embargo, a pesar de que sabemos que no podemos olvidarnos del cuidado de nuestro físico, antes de lanzarnos a seguir cualquier dieta, actividad deportiva o a las manos de cualquier cirujano debemos tener en cuenta dos cuestiones: en primer lugar, que los profesionales son los únicos capacitados para ello. La salud siempre va por delante de la estética puesto que, como dice Carolina Prada, "siempre hay que ponerse en manos de profesionales médicos para asesorarte e informarte del mejor tratamiento al problema que se plantea".

Y en segundo lugar, el aspecto físico es sólo un complemento a nuestras vidas. Una cosa es el cuidado de nuestro cuerpo para mejorar nuestros hábitos de vida y alcanzar una vejez saludable, pero otra muy distinta es la obsesión por la estética hasta el punto de que de lugar a problemas psíquicos y de salud. En palabras de la doctora María Ángeles García: "Hay que aprender a quererse y a gustarse uno mismo, y, sobre todo, autoconvencerse de ello. El sentimiento negativo hacia la propia persona no lo puede corregir una dieta, ni infiltraciones, ni siquiera la cirugía." □

Pero, ¿cuándo debemos empezar a preocuparnos por nuestra estética?, ¿dónde está el

Aida Rodríguez

Gisèle Denis



Ponte en forma con
mujeremprendedora
 y la nueva línea
 de tratamiento

Gisèle Denis

Suscríbete y llévate este lote de productos

SI me suscribo
mujeremprendedora
 11 números: 20 euros

SI me suscribo
mujeremprendedora por
 22 números: 37 euros

Nombre y apellidos

Dirección

Población

Provincia

C.P.

Teléfono

Forma de pago:

Transferencia bancaria a nombre de Allivesver de Servicios, S.L.

2|0|9|8| 0|2|6|8| 7|1| 0|1|3|2|0|0|4|5|4|3|

Entidad Oficina D.C. Cuenta

Giro Postal

Mediante cheque bancario a nombre de Allivesver de Servicios S.L.

Domiciliación Bancaria

Entidad Oficina D.C. Cuenta

Firma

Envíe este cupón a **mujeremprendedora. c/ Recaredo, 20 - 2º - 41003 Sevilla.**
 También se puede suscribir enviando el cupón por fax al **954 53 31 43**

www.mujeremprendedora.net



CONSEJERÍA DE EMPLEO

Inserción laboral a víctimas de violencia de género

La séptima edición del programa Cualifica facilitará la inserción laboral de 40 mujeres víctimas de violencia de género

Un total de 40 mujeres participan este año en Sevilla en la séptima edición del programa Cualifica, una acción promovida por la Consejería para la Igualdad y Bienestar Social, financiada por la Consejería de Empleo y gestionada por la Fundación Andaluza Fondo de Formación y Empleo con la que se facilita el acceso al mercado laboral de mujeres víctimas de violencia de género y procedentes de los recursos de acogida de la comunidad andaluza, a través de acciones de formación profesional y prácticas en empresas que les faciliten el contacto con el mundo laboral.

Cualifica, en el que Empleo ha invertido 134.455 euros esta edición, es un pro-

grama de formación mediante el cual se mejora la cualificación profesional de las mujeres participantes (220 en total en el conjunto de la comunidad autónoma) a través de un proceso que las capacita para el desempeño eficaz de determinadas ocupaciones demandadas por el mercado de trabajo y que incluye orientación laboral y un período de prácticas en empresas. En total, las alumnas reciben 700 horas de formación, estructuradas en varias fases.

En la primera etapa, con una duración de 200 horas, se facilita a las alumnas conocimientos e instrumentos para un mejor desenvolvimiento en los ámbitos personal y laboral. Durante una segunda fase (300 horas), las mujeres reci-

ben formación profesional específica en ocupaciones demandadas por el mercado laboral, definidas en función de las necesidades de empleo detectadas en la provincia y sus posibilidades de inserción, la adecuación a los perfiles de las participantes y las posibilidades para conciliar la vida familiar y profesional de las mujeres. En esta edición, las alumnas de la provincia cursarán las especialidades formativas de lavandera y planchadora, auxiliar de industrias alimentarias y recepcionista de oficinas y teleoperadora.

La última fase del programa, de 200 horas de duración, proporciona a las alumnas un contacto directo con las empresas, a través de prácticas profesionales en entidades colaboradoras del programa que reciben un reconocimiento como 'empresas solidarias' y con las que las alumnas aumentan sus posibilidades futuras de inserción.

En la edición anterior, finalizaron el programa 30 mujeres y de ellas el 80% (24 mujeres) consiguió un empleo tras su paso por esta acción formativa. De media, el índice de inserción laboral alcanzado en las ediciones anteriores supera el 78%, lo que convierte a Cualifica "en una medida eficaz de cara a la integración socio-laboral de las participantes y una herramienta que aumenta las posibilidades de inserción de las mujeres víctimas de violencia de género y evita situaciones de riesgo y marginación social", según ha explicado el delegado provincial de Empleo, Antonio Rivas. Por ello, las participantes reciben durante el programa becas/salarios ayudas al transporte y, para el cuidado de los hijos durante el proceso, medidas que facilitan su participación.

Desde la primera edición han participado en el programa Cualifica un total de 1.260 mujeres víctimas de violencia de género en todo el territorio andaluz, 240 en la provincia de Sevilla. □

DIRECCIÓN GENERAL DE SALUD Y SEGURIDAD LABORAL

Instituto Andaluz de Prevención de Riesgos Laborales

El Parlamento aprueba la Ley de creación del Instituto Andaluz de Riesgos Laborales

El Pleno del Parlamento andaluz ha aprobado la Ley de Creación del Instituto Andaluz de Prevención de Riesgos Laborales, un organismo formado por la Junta y las organizaciones sindicales y empresariales que se encargará de fomentar la cultura preventiva en la comunidad autónoma.

El consejero de Empleo, Antonio Fernández ha agradecido a la Cámara el trámite "ágil y fructífero" que ha tenido el proyecto de ley y el "enriquecimiento" que ha experimentado desde su primer borrador con las aportaciones de los grupos, los agentes sociales representados en el Consejo Andaluz de Relaciones Laborales, así como las distintas consejerías, colegios profesionales, universidades y asociaciones preventivas, entre otras entidades.

Antonio Fernández valoró asimismo que el Instituto se configurará como "uno de los modelos más novedosos y únicos de España", ya que coordinará en un solo organismo las políticas de fomento de la cultura preventiva, el análisis y la elaboración de estudios de las condiciones de trabajo y la promoción de la mejora de la seguridad y salud laboral.

La Ley de Creación del Instituto Andaluz de Prevención de Riesgos Laborales establece que este organismo sea autónomo y esté formado por la Junta y las principales organizaciones sindicales y empresariales. Se fija su adscripción a la Consejería de Empleo e inicialmente

contará con un presupuesto anual de 4,8 millones de euros.

Entre las funciones que desarrollará, destacan la realización de estudios y análisis sobre las condiciones de seguridad y salud en el mercado de trabajo andaluz; el fomento de la cultura preventiva en el colectivo de inmigrantes a través de relaciones con sus países de origen; la organización de actividades formativas y campañas divulgativas para trabajadores y empresas; la creación de foros de encuentro entre los agentes implicados en la seguridad laboral y el asesoramiento directo a los sectores productivos andaluces con mayores niveles de siniestralidad. Asimismo, prestará asistencia a la Dirección General de Seguridad y Salud Laboral, centro directivo que ejecuta estas políticas dentro del Gobierno andaluz.

En cuanto a su estructura, el Instituto contará con un Consejo General, una Dirección Gerencia y un órgano de asesoramiento denominado Unidad de Prevención de Riesgos Laborales.

El Consejo General ejercerá la dirección del Instituto, establecerá sus directrices de actuación y estará presidido por la persona titular de la Consejería de Empleo. La vicepresidencia correspon-

derá al titular de la Dirección General de Seguridad y Salud Laboral. En su composición figurarán 16 vocales, de los cuales ocho serán designados por la Consejería de Empleo, cuatro por las organizaciones empresariales de carácter intersectorial más representativas y otros cuatro por las principales organizaciones sindicales. Tanto en el caso de

la representación patronal como en



el de la sindical, al menos dos de sus miembros deberán formar parte del Consejo Andaluz de Prevención de Riesgos Laborales.

Por su parte, la Dirección Gerencia desarrollará la gestión técnica. La designación de su titular dependerá de la Consejería de Empleo, previa consulta con las organizaciones representadas en el Consejo General. Finalmente, el Instituto contará con una Unidad de Prevención de Riesgos Laborales cuya misión principal será la de planificar actividades de asesoramiento, información y formación en los sectores productivos con mayor siniestralidad laboral. Esta unidad contará con seis vocales repartidos a partes iguales entre la Consejería de Empleo, los sindicatos y las organizaciones empresariales. □



través de esta iniciativa, estos profesionales te orientarán y acompañarán en la puesta en marcha de tu negocio y harán un seguimiento y una evaluación de los proyectos de inicio y consolidación de la actividad.

PRESENCIAL O TELEMÁTICA

Si quieres utilizar este sistema de asesoramiento y acompañamiento, puedes optar por la fórmula presencial o la telemática.

De este modo, si estás interesada en iniciar una actividad autónoma o, si habiéndola iniciado, pretendes consolidarla, puedes dirigirte a cualquiera de los operadores del servicio (UTEDLT y otras entidades), donde recibirás asistencia personalizada e información sobre todos los programas y medidas que se desarrollan desde la Junta de Andalucía a favor del trabajo autónomo, así como los incentivos a los que puedes acceder.

Estos servicios podrán obtenerse asimismo a través de una plataforma o área de servicios on line de información, difusión y asistencia al autoempleo, concretamente desde el Portal del Autónomo de la Consejería de Empleo.

No hay que olvidar los dispositivos de orientación profesional con los que ya cuenta el Servicio Andaluz de Empleo, que prestan información básica acerca del autoempleo como opción profesional y derivan a las personas desempleadas demandantes de empleo a los operadores especializados.

CÓMO HACER VIABLE UNA IDEA

Aquellas personas que acudan al servicio con una idea de negocio contarán con un técnico especializado que será su 'tutor personal' y les ayudará a desarrollar un plan de viabilidad de la actividad, para evaluar el potencial económico y la rentabilidad del futuro proyecto de autoempleo. □



En internet
[www.juntadeandalucia.es/
servicioandaluzdeempleo](http://www.juntadeandalucia.es/servicioandaluzdeempleo)

DIRECCIÓN GENERAL DE FOMENTO DEL EMPLEO

Más cerca de las autónomas

Te presentamos el Programa de asesoramiento y acompañamiento al trabajo autónomo, integrado en el Plan Más Autónomos de la Consejería de Empleo

Proximidad y coordinación para estar más cerca de las autónomas y autónomos. Son dos 'ingredientes' del Programa de asesoramiento y acompañamiento al trabajo autónomo, que te brinda la Consejería de Empleo a través del Plan Más Autónomos.

En tu lugar de trabajo o residencia, a través de Internet o de puntos de información, asesoramiento y gestión repartidos por todo el territorio andaluz. Cerca de ti se sitúa este programa, en marcha a través de un sistema coordinado de orientación, seguimiento, acompañamiento y evaluación de proyectos, integrado en el

territorio por las Unidades Territoriales de Empleo y Desarrollo Local y Tecnológico (UTEDLT) y por la red de oficinas de las Cámaras de Comercio de Andalucía, de la Confederación de Empresarios de Andalucía (CEA), Comisiones Obreras Andalucía (CC.OO.-A) y la de Unión de Profesionales y Trabajadores Autónomos de Andalucía (UPTA-A).

Los técnicos de este sistema son los encargados del asesoramiento, tutorización y apoyo en la puesta en marcha de proyectos, así como asistencia técnica a los autónomos en el desarrollo y consolidación de su actividad económica. A

CE CONSULTING

Sucesión en el negocio

El traspaso a los herederos en la empresa familiar

Formo parte de una familia que lleva dos generaciones como propietaria de una empresa. Ahora, que se plantea la sucesión de la misma, ¿cómo debe hacerse para que se transmita la empresa desde el dueño y fundador a los herederos de la mejor forma posible?

Una de las posibilidades es la de plantear la conservación indivisa, por entero, de la empresa, de modo que el fundador haga testamento transmitiendo la totalidad de la empresa a favor de alguno de sus herederos. De este modo no hay querepartirla entre varias personas, puesto que el fraccionamiento de la empresa ya puede implicar una causa que abocaría a su menor eficacia, y esta disgregación terminar con la empresa misma.

Esta posibilidad de transmisión por entero, que ha sido objeto de una relativamente reciente reforma legislativa, en concreto, la que ha tenido lugar por

la Ley 7/2003, de 1 de abril, de la sociedad limitada Nueva Empresa, está pensada para las llamadas empresas familiares y se concreta en el Código Civil, en su artículo 1056. Ahora bien, no debe olvidarse el derecho de los demás hijos del fundador a percibir una cantidad determinada de herencia, llamada "legítima", de la que no puede abstraerse el testador-fundador. Pero, ¿qué ocurre cuando la empresa es prácticamente el único bien de la herencia?, ¿tiene el heredero al que le ha sido adjudicada la empresa que venderla para pagar la parte de herencia que corresponde a sus hermanos?

Para salvar este derecho, el de los denominados 'legitimarios', en este caso, los hermanos del sucesor en la empresa, y esta es una importante novedad en la ley, esta modalidad de transmisión de la empresa prevé que para preservar indivi-

sa una explotación económica o bien mantener el control de una sociedad de capital o grupo de éstas, el testador podrá usar la facultad de atribuir la empresa por entero a uno solo de sus herederos, disponiendo que se pague en metálico su legítima a los demás interesados.

A tal efecto, no será necesario que exista metálico suficiente en la herencia para el pago, siendo posible realizar el abono con efectivo extrahereditario, es decir, con bienes odinero que no sean de la herencia, y establecer por el testador o por el contador-partidor por él designado aplazamiento, siempre que éste no supere cinco años a contar desde el fallecimiento del testador; podrá ser también de aplicación cualquier otro medio de extinción de las obligaciones.

Esta previsión de pago hecha en el propio testamento es fundamental, pues en caso contrario, si no se hubiere establecido, cualquiera de los demás hijos a los que no le ha sido adjudicada la empresa, podrá exigir su legítima en bienes de la herencia. □



Si deseas más información o formular alguna consulta puedes dirigirte a:
 Área Jurídica de C.E. Consulting Empresarial. C/Princesa, 24-5º. C.P.: 28008, Madrid
 Telf: 902 262 263 - Fax: 91 540 17 28 central@ceconsulting.es Web: www.ceconsulting.es

ClínicaMarest



954 413 056
www.clinicamarest.com



Dra. Carmen Dato García de Castro

TRASTORNOS GENERALIZADOS DE DESARROLLO

Convivir con el autismo

Una mirada a la realidad de los afectados

AutismoSevilla es una asociación de padres y tutores de personas afectadas por Trastornos Generalizados del Desarrollo (TEA) que promueve la calidad de vida de la persona con autismo y sus familias. Soy madre de un hijo autista y espero que contar este caso ayude a dar a conocer esta realidad, eliminando falsos tabúes, y fomente la concienciación que demandamos. Mi hijo, Pedro, de 23 años, fue diagnosticado de autismo antes de cumplir los tres años. Fue mi primer hijo, esperado con toda la ilusión; nació sano y fuerte y, durante los primeros meses tuvo un desarrollo normal, para nosotros y para el pediatra. Pero, desgraciadamente, se quedó en la fase del balbuceo; no avanzaba en el habla pero, como no había signos evidentes de sordera, simplemente me repetían un cansino "¡ya hablará!" Incluso el pediatra nos decía, afablemente: "Einstein habló con cinco años". Esto nos tranquilizaba, ya que, al ser nuestro primer hijo, no teníamos un referente para darnos cuenta de ciertos comportamientos anómalos que sí empezaron a alertar a familiares cercanos y que, con delicadeza, nos transmitieron y nos encauzaron para llevar al niño a un psiquiatra y a un psicólogo. El diagnóstico fue demoledor: ¡Autismo! ¡No podía ser! Mi hijo no encajaba en la idea que yo tenía del autista: 'niño-mueble' que no se relaciona; mi hijo era afectivo, se reía, jugaba, etc. Hoy día, el diagnóstico de los TEA se ha adelantado en torno a los 18 meses. Los pediatras disponen de una guía para detectar los casos y derivarlos al servicio correspondiente. Como todos los padres, desde que nació construimos un futuro con él y para él, y se vino abajo de golpe como una demolición. Había que empezar de nuevo a construir pero desconocíamos los materiales y las proporciones y no encon-

trábamos información. La desorientación era total. Buscamos profesionales cualificados que pudiesen trabajar con él pero resultaba infructuoso. Ante ello, decidimos formarnos en Logopedia y trabajar directamente con él. Sin embargo, y afortunadamente, ocurrió el milagro: ¡apareció la terapeuta ideal!, seducida e interesada por este mundo, que empezó a trabajar con él y con nosotros. Un gran apoyo que nos dotó de mayor estabilidad, ya que, por fin, alguien parecía tener claro cómo trabajar y cubrir las necesidades que tenía nuestro hijo. Hoy día, se conoce de qué manera hay que trabajar con las personas con TEA. Tenemos terapias en gabinete y terapias ambulatorias adaptadas a cada diagnóstico. Nuestra asociación apuesta fuerte por la formación continua de los profesionales y presta especial atención a la orientación y al apoyo a las familias, a través de Escuelas de Padres y de Psicólogos para la Atención Familiar. Pasó el tiempo y un día llegó la hora de ir al 'cole', pero, para nuestro asombro e indignación no existía ningún centro escolar (ni público ni privado) que reuniese condiciones mínimas para atender a nuestro hijo. La lucha contra la Administración educativa fue sin cuartel hasta conseguir que se crease la figura de un profesor de apoyo a la integración que facilitase a Pedro el acceso a un período tan vital como es la etapa educativa. El paso de Primaria a Secundaria fue menos traumático, ya que, avisados, se creó un aula de apoyo en el Instituto de referencia, aunque la estructura de la ESO está muy lejos de cubrir las necesidades y atenciones que necesitan estas personas. Hoy tenemos un Centro Específico de Autismo concertado con la Consejería de Educación y se ha creado una red de aulas de atención preferente al Autismo. Así mismo, colaboramos con los Centros de

Profesores, impartiendo cursos de formación y perfeccionamiento para docentes y miembros de los Equipos de Orientación y Evaluación. También contamos con dos asignaturas de libre configuración en la Universidad de Sevilla. Siguió pasando el tiempo y logramos ir superando los obstáculos que nos planteaba la vida cotidiana. Ahora, mi hijo es ya mayor de edad y necesita la valoración definitiva del grado de minusvalía. Y es que, pese a que según el centro de valoración, no necesita la ayuda de una tercera persona puesto que 'deambula y tiene algo de comunicación', es obvio que no es una persona autónoma e independiente. Por ello, recurrimos esta decisión y logramos que se reconociera oficialmente que 'aunque deambulen' necesitan, de por vida, una persona que los tutele. Así las cosas, a los 21 años Pedro sale del sistema educativo y la única oferta existente para él era un Centro de Día. ¡Tantos años trabajando y luchando y nos encontramos con esto! Un obstáculo más, una desatención más, una discriminación más... Hoy día, mi hijo está en un módulo ocupacional en un Centro Especial de Empleo y es posible que, en un futuro, pueda tener acceso a un Empleo con Apoyo, ya que, desde 'AutismoSevilla', estamos trabajando en esta línea, acorde con las directrices de la CEE para el colectivo de personas con discapacidad. Mi hijo es una persona dependiente y, si Dios no lo remedia, lo seguirá siendo, pero, afortunadamente, tiene una calidad de vida muy superior a la pronosticada gracias, en primer lugar, a la titánica lucha que un día emprendimos mi marido y yo, con la que, junto con el apoyo y trabajo de otros padres y madres, conseguimos aunar esfuerzos y voluntades, que se han materializado en nuestra Asociación para conseguir el primer y gran objetivo: elevar dignamente la calidad de vida de nuestros hijos.

Manuela Martínez Águila
Vicepresidenta de 'AutismoSevilla'



En internet

www.autismoSevilla@telefonica.net

TECNOLOGÍA DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN

Sacar punta a la formación a través de la red

La Junta de Andalucía ofrece al empresario el programa Novapyme con el objetivo de facilitar el acceso a las TIC

La secretaria de Telecomunicaciones y Sociedad de la Información, Pilar Rodríguez, junto con el presidente de la Red de Espacios Tecnológicos de Andalucía (RETA), Felipe Romera, presentaron recientemente en Sevilla el programa Novapyme para facilitar a las pymes andaluzas el acceso a las TIC. Asimismo han anunciado que ya existen 350 empresas en proceso de evaluación, de las cuales el 65% de las empresas asesoradas ya está implantando las TIC en sus negocios. Rodríguez explicó que la finalidad de este programa es la de "dotar al tejido empresarial andaluz de los instrumentos tecnológicos necesarios para mejorar su competitividad y ampliar sus horizontes de mercado". Según explicó Rodríguez, el programa comprende una primera fase de detección de pymes interesadas en el proyecto, una segunda de diagnóstico de soluciones y una tercera de asesoría tecnológica y búsqueda de financiación durante el proceso de implantación de las tecnologías.

Actualmente se han interesado por este programa cerca de 500 empresas andaluzas, y se prevé diagnosticar más de 7.500 pymes hasta diciembre de 2007. Igualmente, destacó la necesidad de poner en marcha programas de este

tipo para conseguir que la modernización del tejido empresarial andaluz sea un "proceso eficaz, orientado a provocar un cambio en la cultura empresarial que ponga en valor el uso intensivo de las TIC en todos los procesos estratégicos de su negocio". El presidente de la Red de Espacios Tecnológicos de Andalucía (RETA), Felipe Romera, señaló la implicación de RETA en este programa, asociación empresarial que recibirá incentivos por un total de 9,4 millones de euros para ejecutar Novapyme durante 2007.

Para desarrollar esta iniciativa la RETA cuenta con un equipo de 160 técnicos encargados

de identificar aquellas pymes interesadas en incorporarse. Estos profesionales, denominados agentes detectores, conciertan una cita entre el empresario y un especialista que analiza el grado de implantación de las TIC en la empresa concreta, evalúa qué servicios pueden aportarle las nuevas tecnologías disponibles en el mercado y elabora un informe de propuestas.

Posteriormente, en el caso de que la empresa decida implantar algunas de las soluciones sugeridas, un asesor se encarga de resolver las dudas y responder a las consultas del empresario, al tiempo que le orienta en la búsqueda de las fórmulas de financiación públicas o privadas que mejor se adapten a sus necesidades. Además de los 160 agentes detectores, Novapyme contará con unos 30 técnicos en diagnóstico, formados para analizar, diagnosticar y recomendar mejoras TIC al empresariado, y ocho asesores tecnológicos provinciales, que se encargarán de prestar el servicio de asesoramiento y acompañamiento a aquellos empresarios que decidan invertir. □





FACUA

Todo listo para la TDT

Más canales, mayor calidad de imagen y sonido, películas en varios idiomas y con subtítulos, interactividad... Todo esto y más promete la Televisión Digital Terrestre

Se acerca la hora del 'apagón analógico' después de que el Consejo de Ministro aprobara adelantarlo del 2012 al 2010. A partir de ese año todas las cadenas españolas desconectarán la señal que ha transportado la televisión desde su nacimiento y sólo podrán emitir en digital. Será la consolidación de la Televisión Digital Terrestre (TDT), un salto cualitativo como fue en su día el paso del blanco y negro al color.

Tres años restan para que la TDT sea una realidad al 100% y sin embargo aún no todos sabemos en qué consiste. Hoy nos proponemos acercarte a este nuevo concepto. La TDT es una nueva tecnología para difundir las señales de televisión que sustituirá a la que se venía utilizando hasta ahora, empleando ondas hertzianas para difundir la señal, sólo que ésta

contiene información digital y optimiza el uso del espectro radioeléctrico. Mejor calidad de imagen y sonido, mayor número de canales de televisión, emisión en formato panorámico, uso de subtítulo eligiendo el idioma, sonido digital multicanal y la aparición de servicios y contenidos interactivos, son algunas de las ventajas de este tipo de televisión.

En cuanto a los requerimientos necesarios para ver este nuevo tipo de televisión, muchos consumidores creen que para visionar los canales de TDT tan sólo tienen que adquirir un receptor digital terrestre o un televisor que ya lo tenga integrado. Pero esto no es cierto del todo, de ahí la confusión y, sobre todo, la proliferación en los últimos meses de la adquisición de estos aparatos. Y es que además la vivienda debe encontrarse en un municipio dentro de la zona de cobertura, lo que

podrás comprobar en la web de la Secretaría de Estado de Telecomunicaciones y para la Sociedad de la Información o consultándolo a su instalador oficial habitual, y disponer de una instalación de antena adaptada a estas emisiones. En este sentido, la Federación de Consumidores en Acción (Facua) señala que las campañas de información que desarrollan o prevén el Ministerio de Industria, Turismo y Comercio y otras administraciones públicas deben incidir en todas las medidas y prevenciones necesarias para adaptar equipos e instalaciones a la recepción de la señal de TDT.

COSTES

Los costes para su recepción se pueden dividir en dos bloques: adaptación de antenas para recibir la TDT, y la adquisición del equipamiento necesario para visualizarla en el hogar. Es posible que tengas que realizar una adaptación de la antena colectiva para captar, adaptar y distribuir las señales de TDT. El coste de esto dependerá de muchos factores según se trate de casas individuales, edificios antiguos, edificios de reciente construcción, estado de la instalación... En cuanto al equipamiento, podrás optar entre comprar un receptor externo y así seguir utilizando tu televisor de siempre, o comprar otro con receptor digital integrado, un coste por tanto variable según la opción escogida. En este punto interviene Facua, que alerta de la posible proliferación de instaladores piratas, no inscritos en el Registro de Empresas Instaladoras de Telecomunicaciones dependiente del Ministerio de Industria.

Por el momento, podremos seguir viendo la televisión analógica actual. Pero eso sí, tiene fecha de caducidad. Concretamente esta fijada por ley la fecha del 3 de abril de 2010 para finalizar las emisiones analógicas convencionales, y a partir de entonces, emitir sólo con tecnología digital. La fecha del 'apagón analógico' está pues a la vuelta de la esquina. Preparémonos para recibirlo. □

La Delegación de Empleo del Excmo. Ayuntamiento de Sevilla, en colaboración con el Ministerio de las Administraciones Públicas, amplia el plazo de solicitud de las siguientes acciones formativas dirigidas a personas desempleadas, enmarcadas en el Proyecto REDES IV "Recursos para el Desarrollo Económico y Social", adscrito a la Convocatoria de la Subvención Global del FSE – Programa Operativo Local 2000-2006

ACCIONES FORMATIVAS	HORAS	ZONA	INICIO PREVISTO	PLAZO SOLICITUD
Cuidados Paliativos I	275	SUR	ENERO 2007	HASTA EL 15/01/07
Monitor/a Ocupacional para Personas con Necesidades Especiales	375	ESTE		
Especialización en Terapias Ecuestres	425	ESTE		
Auxiliar de Enfermería en Geriátria II	370	NORTE	FEBRERO 2007	
Taller de Psicomotricidad para la Infancia	250	SUR		
Educación Física y Salud para Mayores, Menores y Personas con Discapacidad	350	ESTE		

- Podrá solicitarse un máximo de dos cursos en orden de preferencia.
- Todos los cursos son gratuitos y están becados con aprox. 360 € mensuales. Incluyen prácticas profesionales.
- Información, recogida y entrega de solicitudes: En la oficina de Zona correspondiente al curso seleccionado en primera opción, acompañada de Curriculum Vitae debidamente acreditado, fotocopia del D.N.I. y tarjeta de demanda de empleo (no mejora empleo), en horario de 9,00 a 14,00 horas.

ZONA ESTE	C/CEFIRO S/N BAJO LOCAL 3 SEVILLA 41018	954 57 37 77
ZONA SUR	AVDA. GRAL. GARCÍA DE LA HERRANZ EDF. GIRALDA, 7 B. LOCAL Q-R. SEVILLA 41013	954 29 70 00
ZONA NORTE	HOGAR VIRGEN DE LOS REYES C/FRAY ISIDORO DE SEVILLA S/N. SEVILLA 41009	954 59 11 87

Más información y descarga de solicitud en www.sevillaredes.org

Lo que se hace público para general conocimiento.

Sevilla, 4 de enero de 2007

TENIENTE ALCALDE DELEGADO DE EMPLEO
Fdo.: D. Antonio Rodrigo Torrijos



Unión Europea

Fondo Social Europeo



REDES
Recursos para el Empleo



PROTOCOLO INTERNACIONAL

Hacer negocios en China

Conocer la cultura y las tradiciones es determinante para concluir un buen negocio en este país

Cada país es un mundo, y sus protocolos, también. Quizás el más diferente al que estamos acostumbrados en el mundo occidental sea el asiático, por la gran importancia que sus ciudadanos dan a los ceremoniales y las tradiciones en comparación con nosotros.

China, en concreto, se está convirtiendo en uno de los países con mayor presencia en los mercados del resto del mundo, por lo que un breve repaso a su etiqueta empresarial puede ayudarnos a mejorar las relaciones comerciales de nuestra empresa.

En primer lugar, y como clave fundamental del negocio en el extranjero, debemos conocer muy bien tanto la cultura como el aspecto empresarial de nuestro país de destino. No se trata de conocer las técnicas de la lucha samu-

rai al dedillo, pero tampoco de confundir una tradición china con una japonesa. Sin embargo, aunque no existen pautas marcadas para las relaciones comerciales con China, sí que podemos dar unos cuantos consejos.

Por ejemplo, se saluda con un apretón de manos y una ligera inclinación desde los hombros hasta la cintura. También es muy aconsejable comenzar la negociación con una conversación informal y siempre positiva. Se

puede hablar del clima, del paisaje, es decir, de temas relajados y agradables pero nunca de aspectos controvertidos, como la política. Del mismo modo, siempre deben darse respuestas positivas o atenuando las negativas. Es decir, no se



puede contestar un no rotundo, en todo caso, 'puede ser'.

La vestimenta es otro aspecto a tener en cuenta. Suele ser sencillo y discreto, evitando el escote pronunciado, el maquillaje llamativo y el exceso de joyas. Lo más adecuado son los trajes de chaqueta, preferiblemente con falda. El calzado, bajo o de medio tacón.

Con respecto a las tarjetas de visita, deben estar impresas en dos idiomas: chino e inglés, al ser el idioma internacional de las empresas, y cada uno por una cara. El color de la tinta también debe cuidarse. Por ejemplo, el dorado es bastante recomendable puesto que significa buena suerte y prosperidad, sin embargo, el blanco y el negro se relacionan con los funerales. Cuando recibimos una tarjeta, debemos leerla con mucho detenimiento antes de guardarla, y siempre en un lugar que muestre respeto por ella, como puede ser el bolsillo de la camisa. Nunca en un lugar donde pueda arrugarse o estropearse.

Los regalos también deben escogerse con sumo cuidado. Siempre se debe empezar con detalles pequeños, cuando acaba la negociación es cuando se entregan los corporativos, de mayor valor. Los artículos más apreciados son las artesanías de nuestro país o libros que hablen de nuestras costumbres; los alimentos, como una cesta de fruta o bombones, no son muy apreciados.

También hay que tener precaución a la hora de entregarlos. Nuestros interlocutores podrían rechazar nuestro regalo hasta tres veces sólo por cortesía, por lo que también nosotros deberemos hacer lo mismo con los suyos como símbolo de amabilidad.

En definitiva, negociar en China consiste en introducirse en la cultura de la humildad, la paciencia y el respeto. Tres elementos básicos para saber cómo actuar y cómo hacer que nuestros proyectos lleguen a buen puerto. □

AGENDA DEL MES

Las citas de enero 2006

01. Año Nuevo. 
02. Concierto de Año Nuevo de Johann Strauss, en el Teatro Villamarta de Jerez de la Frontera, Cádiz.
03. Feduca, en el Palacio de Ferias y Congresos de Jaén. 
04. Último día para visitar MIMA, Muestra Infantil de Málaga.
05.  Cabalgata de los Reyes Magos.
06. Epifanía del Señor.
07. Exposición 'Los aromas de Al-Andalus', en San Fernando (Cádiz).
08. Último día para ver 'Variaciones sobre un tema de Manet', de Manolo Belzunce, en Sevilla. 
09. Exposición 'Acuarelas', de Fernando Rodríguez Moreno, en la Galería Concha Pedrosa de Sevilla.
10. La Fundación Tres Culturas organiza el 'Seminario de Arqueología Submarina', en Sevilla.
11.  Exposición 'El escenario en la ciudad. El teatro romano de Málaga', en el Palacio Episcopal de Málaga.
12. Primer día de la IV Muestra del Aceite de Oliva, en Zufre. 
13. Els Joglars representa 'En un lugar de Manhattan', en el Teatro Alhambra de Granada. 
14.  Ballet de la Ópera de Budapest-Nacional de Hungría, en la Real Orquesta Sinfónica de Sevilla.
15. Exposición 'Instrumentos musicales de barro en Andalucía', en la Casa de la Cultura de Córdoba.
16.  Se celebra el 'Seminario TechNet' de Microsoft, en el Edificio Crea, de Sevilla.
17.  Exposición fotográfica 'Málaga, una visión panorámica', en la sala de Exposiciones y hall del Edificio Rectorado de Málaga.
18. Arte Sevilla, Feria de Arte Contemporáneo, en Fibes, Sevilla.
19. XIV Jornadas de Investigación de las Universidades Españolas, en el Palacio de Exposiciones y Congresos de Granada.
20. Se estrena la ópera Dido y Eneas en el Teatro Maestranza de Sevilla. 
21. 'Iberjoya', Salón Internacional de la Joyería, Platería, Relojería e Industrias Afines en Ifema, Madrid.
22. El Teatro Alhambra, en Granada, acoge 'Flamenco viene del Sur'.
23. El musical 'We Will Rock You' vuelve a España en el Teatro Calderón de Madrid. 
24. X Simposium Nacional de Sanidad Vegetal (hasta el 26) en el Hotel Los Lebreros de Sevilla.
25.  'Música mecánica: Los inicios de la fonografía', exposición de instrumentos musicales antiguos en Andújar.
26. La Orquesta Ciudad de Granada celebra los 'Conciertos didácticos. Una orquesta en danza' en el Auditorio Manuel de Falla, en Granada.
27. 'Hotel Modern', teatro de objetos y nuevas tecnologías, en el Teatro Central de Sevilla. 
28. Día Mundial de la Lepra. 
29. Exposición 'Imágenes de una época' del artista Manuel Ángeles Ortiz en el Museo de Jaén.
30. EAS 2007 Euro Attractions Show, en Fibes, Sevilla. 
31. Comienza FITUR 2007, Feria Internacional del Turismo, en Madrid. □



VOCABULARIO TÉCNICO

Nuevos tiempos

Un mes más, te acercamos un poco del lenguaje cibernauta

Aplicación interactiva: Se trata de un programa que lleva a cabo una función directamente para un usuario y en el que éste toma decisiones que influyen en la evolución del funcionamiento del programa cuando así se requiere.



ASCII: (*American Standard Code for Information Interchange*). Es el código estándar del conjunto de

caracteres que cualquier computador puede entender; es usado para representar las letras latinas, mayúsculas, minúsculas, números, puntuación, etc.

Bookmark: (Marca) Es una anotación de una dirección (www) que queda archivada en el navegador para su posterior uso.

Cable coaxial: Línea de comunicación que consiste en un conductor aislado por un dieléctrico (material utilizable como aislante eléctrico), al que rodea un escudo de apantallamiento formado por otro conductor y que permite minimizar las interferencias electromagnéticas.

CamerFirma: Proyecto de certifi-

cación electrónica de las Cámaras de Comercio españolas.

Dominio: Conjunto de caracteres que identifican un sitio de la red accesible por un usuario.

e-business: (Negocio electrónico). Consiste en el uso intensivo de las tecnologías internet para la ejecución de todos los procesos de negocio de una empresa.

Fibra óptica: Línea de comunicación que permite la transmisión de información por técnicas optoelectricas. Se caracteriza por un elevado ancho de banda (alta capacidad o velocidad de transmisión) y por la escasa pérdida de señal.

Firewall: Literalmente denominado como 'muro de fuego' o 'cortafuego'. Se trata de cualquier programa que protege a una red de otra red.

Módem: Aparato que convierte las señales digitales en analógicas, y viceversa, y que permite la comunicación entre dos ordenadores a través de una línea telefónica normal o una línea de cable (módem para cable o cable módem). □

José Santos

cibersur.∴ convoca los VII Premios a las Mejores Webs Andaluzas

Modalidades

- Empresa
 - Institución
 - Asociación
 - Personal
 - Blog
 - Periodista
- "Antonio de la Torre"

ABIERTO EL PLAZO DE VOTACIÓN DESDE EL 29 DE MAYO AL 30 DE JUNIO

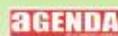
Patrocina:



Colabora:



Medio Colaborador:



Más información:

- www.cibersur.com
- www.mejoreswebs.net





Jackpot
Sueños
de invierno





Para que brilles en esta fechas con luz propia. Sobre lienzos de óleo dibuja la firma danesa Jackpot su colección más fría del año. Lienzos cargados de figuras arropadas bajo la niebla espesa, la tibieza de una chimenea o los hielos del invierno. Lienzos cargados de un invierno esencialmente romántico y artístico, repleto de la magia de noches frías, de sueños de invierno.

La silueta femenina de la colección invernal de esta firma aún en este catálogo la esencia más clásica en cortes y formas con la originalidad con la que un pintor esgrime su arte sobre un papel. Un amplio abanico compuesto de delicados colores en la paleta, un pincel cargado de grises, marrones, celestes, verdes, amarillos... y un sinfín de complementos

donde no faltan originales collares de madera, pañuelos, sombreros, medias, botas y zapatos para esta particular fiesta de la moda.

Vestidos estampados, largas y cortas rebecas, pantalones por las rodillas y chalequillos, envuelven la propuesta para este invierno acaramelado que se nos presenta. Textiles livianos, cálidos, suaves, abrigados, naturales y texturizados... el marco musical creado de percusiones diseñadas para bailar en el hielo de Jackpot en el que no faltan las rayas, cuadros, flores y lazos que caracterizan a esta firma.

Déjate abrigar por la delicadeza y armonía de esta 'impresión artística' y esta 'revolución romántica' que envuelve el frío invernal con mágicos sueños a la luz de cálidas hogueras. □

¡CONÉCTATE!

Carpo ha lanzado al mercado español, en su tienda on line, el teléfono Siemens Gigaset C450 IP el cual permite llamar por internet como siempre lo hace-



mos por la red fija. Simplemente presionando un botón podrás elegir entre la red fija o internet para realizar las llamadas, permitiéndote mantener dos conversaciones simultáneas. Además cuenta con otras prestaciones muy novedosas como la posibilidad de enviar y recibir sms a través de la red fija. □

FETICHES



Diseño y tendencia imprimen el carácter de la firma Francis Montesinos en sus creaciones, colorista tanto en sus prendas como en sus complementos. Prueba de ello, su última colección de trolleys, de carácter arriesgado, con rojos y azules que harán de tus viajes rutas vibrantes y alegres. □

AL DETALLE

'More to life' es el nombre de la colección invernal de la firma In Wear. Moderna a la par



que elegante, así es la esencia de este catálogo cargado de multitud de complementos. Bolsos y guantes en piel, bufandas, cinturones, monede-

UN VIAJE AL PERÚ

Cultura peruana por los cinco sentidos transmite la nueva colección otoño-invierno de Naf Naf by Alianto. Combinados pliegues y tableados con frunces, y ropa adornada con flecos, borlas, pompones de lana, pasamanerías y volantes para un amplio aban-



nico de colores que van desde el negro hasta el rojo más intenso pasando por el azul turquesa. Y todo para un universo de tejidos. Terciopelo, pana, voile de algodón, paño de lana, punto de jacquard, seda con rayas... □

AL ESTILO 'BRITISH'

Inspiración al estilo 'british'. Así es la colección de este otoño-invierno de la firma británica Clarks. Repleta de



contrastes, cosmopolita, vital, vanguardista... cargada de la bruma

y el bullicio londinense. Largos tacones, cortes elegantes, líneas sofisticadas, colores vibrantes y profundos... y todo con un concepto de calzado de confort excelente. □

SIN CABLES

Sony Ericsson apuesta una vez más por la tecnología Bluetooth lanzando al mercado estos nuevos auriculares estéreo, que se conectan al teléfono móvil sin necesidad de utilizar cables, permitiendo escuchar música digital vía 'streaming', con un potente y completo sonido digi-



tal. Su atractivo diseño y su escaso peso no son obstáculos para ofrecer un excelente resultado auditivo sin cables. Los auriculares que se colocan en los oídos son intercambiables y poseen una forma ergonómica que resulta muy cómoda. □





INSPIRACIÓN LACOSTE

Inspiración es el nombre de la nueva fragancia para mujer de Lacoste, una explosión jovial y espontánea de frutas luminosas y flores radiantes. El perfume captura la esencia de la libertad femenina con una excitante combinación de flores blancas y maderas sensuales. En su base encontrarás notas envolventes y provocativas que recuerdan la sensualidad de la textura de la piel a través de la cremosidad del sándalo, el exotismo de la vainilla y sus facetas de lirio. Una fragancia que inspira a las mujeres a coquetear con la vida. □

UNA OPCIÓN NATURAL

Si estás buscando soluciones para calmar y suavizar una piel sensible, te presentamos la nueva línea de cuidado facial y corporal de aloe vera. La línea se compone de siete productos que protegen y calman la piel: limpiadora, lavado, exfoliante, tónico de aloe, loción y crema hidratante de día, e hidratante de noche. Todas con una misión: fortalecer el sistema de defensa natural de la propia piel para que la irritación no penetre tan fácilmente. □



UNA PIEL DESCANSADA

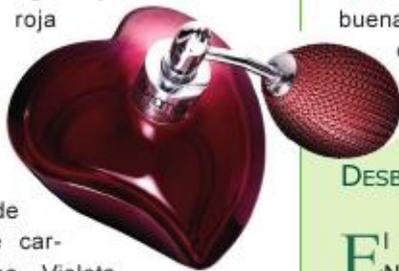
Repairwear Lift Firming Night es la nueva crema reparadora y reafirmante de noche para pieles mixtas de Clinique. Una ayuda a la piel para multiplicar la presencia del tipo de



colágeno que más necesita para que ésta se reafirme y sustente visiblemente. Y para, en definitiva, despertarse con un aspecto extraordinariamente descansado y fresco, con una piel más suave y más lisa. □

FRAGANCIA DE AMOR

Notas radiante de nectarina, syringa y pasa roja con una mezcla fascinante de flor de cardamomo, Violeta y Rosa Búlgara, envuelven la fragancia de la firma Yanbal 'Puro Amor', una auténtica joya de amor. Esta fragancia irresistible seduce los sentidos con un final romántico de mimosa francesa, maderas suaves y almizcle atractivo. □



ACABADO NATURAL

Si buscas realzar tu mirada con un acabado natural, 'Duette' es una buena opción para ello. Podrás usar este delineador en polvo de la firma 'Yanbal' para ojos y

cejas, con pincel y agua, para lograr un trazo definido o con esponja en seco para un delineado difuminado. □



DESBORDANTE DE VIDA

El objetivo del renovador celular Nivea Visage DnAge es lograr que tu piel esté más tersa, lisa, luzca más joven y desbordante de vida.

Se trata de un innovador sistema anti-edad que incluye una crema de día, una de noche y un contorno de ojos con una alta eficacia rejuvenecedora. Su fórmula, poderosa combi-



nación de ácido fólico y creatina, protege el ADN de las células de la piel para potenciar la renovación celular. El uso regular de esta crema protege la piel de futuros daños externos. □



A SU SALUD

A dieta tras los excesos de la Navidad

Ana María Pagador
Médico de Familia

Iniciamos el año con nuevos propósitos de cuidados de la salud, sobre todo después del exceso de comidas hipercalóricas y poco saludables que en muchas ocasiones se consumen antes, durante y hasta que se acaben las reservas de todos los productos alimentarios comprados para celebrar las pasadas fiestas. No decir de aquellas personas con factores de riesgo como la hipertensión arterial, diabetes, hipercolesterolemias u obesidad, que temen acudir al médico para evitar controles analíticos que revelen su falta de precaución.

Aprovechando las nuevas promesas, la voluntad y la predisposición con la que partimos cada nuevo año, recordemos algunos consejos para poner

en práctica. Para una dieta sana y equilibrada debemos aportar en la alimentación:

- Proteínas, donde sus principales fuentes de origen animal son las carnes, pescados, marisco, leche y huevos; las de origen vegetal son cereales, legumbres y frutos secos grasos.
- Los hidratos de carbono deben aportar entre el 50% y el 60% del total de la energía diaria, la sacarosa no debe sobrepasar el 10%. Las principales fuentes de hidratos de carbono son: azúcar, frutas, cereales, legumbres, patatas, leche, verduras y miel.
- Las grasas deben constituir el 30% o 35% del total energético diario en una dieta equilibrada. Los ácidos grasos saturados abundan en las grasas de origen animal y su ingestión elevada se ha relacionado con una elevación en las tasas de hipercolesterolemias y cardiopatía isquémica. Por el contrario son beneficiosos el aceite de oliva y los ácidos grasos Omega-3 que se encuentra en el pescado azul, pose en efecto cardiocirculatorios beneficiosos. Las principales fuentes de grasas se encuentran en: aceite, margarina, mantequillas, embutidos, patés, tocino y grasa visible de la carne.
- Elementos químicos esenciales necesarios algunos en cantidades

elevadas por formar parte de la estructura ósea como el calcio y fósforo.

- Aporte de agua, vitaminas suficientes y alimentos que contengan fibra vegetal.



A nivel práctico, una dieta sana y equilibrada se traduce en: una ingesta de medio litro de leche diaria con un incremento adicional de 200-250cc en niños, adolescentes y en mujeres menopáusicas; los cereales, patatas y legumbres deben integrar parte de la tres principales comidas; dos raciones diarias de carne y pescado; ingesta de cuatro a cinco huevos a la semana (contraindicado en pacientes con patología biliar y dislipemias); consumo diario de frutas y verduras; moderación en consumo de alimentos grasos y uso adecuado de aceite de oliva. Comer sano, sin excesos, es un hábito que se consigue con un poco de interés al cocinar y al realizar la lista de la compra.

Las dietas terapéuticas deben ser indicadas por el médico como dieta del diabético, dieta sin sal, dieta para hipercolesterolemia, en patologías digestivas, etc.

Mejoraremos nuestra calidad de vida cuidando la dieta y el peso, realizando ejercicio de forma moderada, evitando el consumo del tabaco y excesos de alcohol, rodeándonos de personas positivas, viviendo con menos prisas y degustando los buenos momentos. Brindo de nuevo para pedir que en este año que acaba de empezar se cumplan los buenos deseos. □



DONADORES

Sevilla, Málaga y Granada, a la cabeza en donaciones de sangre



Según datos de la Consejería de Salud, los andaluces han aumentado en 4.400 las donaciones con respecto a 2005

En los primeros nueve meses del año, la Consejería de Salud ha registrado 198.505 donaciones de sangre en total, tanto en los ocho centros de transfusión sanguínea como en los equipos móviles repartidos por la comunidad. Con respecto a las provincias, Sevilla fue la que más aportó con

un total de 42.865, seguida de Málaga, con 36.007 y Granada, con 30.949.

De estas donaciones, casi el 80% suele realizarse en las 27 unidades móviles que recorren Andalucía, visitando no sólo localidades dispersas sino también cuarteles militares, colegios o empresas.

De nuevo, Sevilla sigue estando a la cabeza con 25.395, seguida de Granada, con 24.981 y de Málaga con 22.759.

De enero a septiembre de este año, estos equipos han registrado 151.781 donaciones de sangre, 2.689 más que el año anterior. □



La principal causa de muerte de las mujeres son los problemas cardiovasculares

En la actualidad, las mujeres suelen morir más por enfermedades relacionadas con el corazón que por cualquier otra dolencia, según ha explicado recientemente el director del Plan Integral de Cardiopatías de Andalucía, Juan Miguel Torres.

Por esta razón, este documento pretende concienciar a las mujeres de que se

deben prevenir y cuidar estas afecciones, ya que están menos que los hombres en este sentido.

De hecho, las mujeres no suelen acudir a la rehabilitación para poder dedicarse a las actividades del hogar.

Este Plan Integral también tiene como objetivo acabar con las desigualdades en los tratamientos que se establecen entre

hombres y mujeres, puesto que las enfermedades también afectan de manera distinta, ya que las condiciones físicas, por genética, no son las mismas.

Por ejemplo, las arterias de las mujeres son más pequeñas, suelen tener más problemas vasculocerebrales y más tendencia a padecer hemorragias cerebrales tras aplicar la fibrolisis. □

Más de 11.000 cuidadoras accederán a los servicios sanitarios

Tras valorar a más de 11.200 cuidadoras de grandes discapacitados, la Consejería de Salud les ha dado preferencia a la hora de acceder a los centros sanitarios y en la gestión de trámites administrativos. Estas mujeres disponen de un adhesivo en su tarjeta sanitaria que permite su identificación en los servicios sanitarios y les da prioridad en el acceso a los centros. Estas personas cuidan incluso durante más de diez horas al día a familiares con un alto nivel de dependencia, que suelen estar encamados y con un deterioro cognitivo grave. □





COMERCIALIZACIÓN

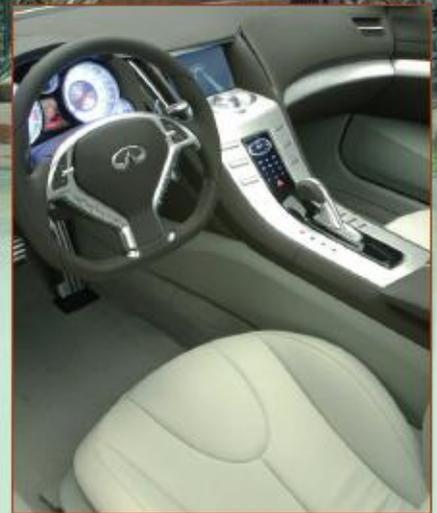
Un lujo de marca infinita

Infiniti -marca de máximo lujo de Nissan Motor- anuncia para este año su expansión en Europa

Infiniti, la marca de máximo lujo de Nissan Motor, posee un perfil de propietarios que se consideran ciudadanos del mundo con unos gustos y una identidad propios. Gente que valora el éxito y el estilo de vida y que persigue mayores éxitos en el futuro. Personas que disfrutan con su trabajo y se sienten plenamente realizados, abiertas a nuevas culturas y nuevas formas de pensar, que quieren siempre avanzar y se muestran impacientes por aprender y que se apasionan por todo lo que hacen. Personas elegantes, cada vez más interesadas en sus hobbies, divertidas, reflexivas, inteligentes, sofisticadas, seguras de sí mis-

mas, competitivas y ambiciosas, pero también generosas y que apoyan causas benéficas. Personas a quien les gusta el arte y que viajan y disfrutan conduciendo

Desde su lanzamiento en 1989, Infiniti ha obtenido unos excelentes resultados en ventas. En 2005 las ventas en Estados Unidos alcanzaron las 140.000 unidades y se superó el listón del millón de unidades vendidas a nivel mundial desde que la marca fue presentada en el mercado. El éxito obtenido en Estados Unidos ha llevado a Nissan a desarrollar un plan a tres años, que ya está en marcha, denominado 'Nissan Value-up Plan' para intro-



ducir la marca Infiniti a nivel global. En julio de 2005 se inauguró el primer concesionario Infiniti en Corea. En abril de 2006, Infiniti anunció sus planes y calendario para su próxima presencia en los mercados europeos. El pasado año también Infiniti se presentó en el Salón del Automóvil de Moscú a la par que lanzaba la marca en Rusia. A día de hoy, la marca Infiniti está presente en Taiwan, los países del GCC (todos los países de la Península Arábiga excepto Yemen), Corea, Rusia, Estados Unidos y Canadá.

COUPÉ CONCEPT

El Infiniti Coupé Concept fue diseñado siguiendo la filosofía Infiniti de combinar un diseño excepcional con unas grandes cualidades dinámicas. El Coupé posee el carácter y los elementos que diferencian Infiniti de otros vehículos de lujo hacen que pertenezca a una clase propia. Es el punto de partida para una nueva generación de Infiniti Coupé G y muestra la tendencia de diseño de los próximos Infiniti: diseño excitante, espectacular rendimiento y tecnología avanzada. Tras su debut mundial en el Salón de Detroit el pasado año, el Infiniti Coupé se mostró por vez primera en China y se ha convertido en una joya al alcance de pocos. □



FUNDACIÓN JOSÉ MANUEL LARA

La 'fortuna' de publicar 'en tiempo de prodigios'

Álvaro Pombo y Marta Rivera de la Cruz, ganador y finalista del Planeta, presentan sus novelas premiadas en Andalucía

La fortuna de Matilda Turpin y 'En tiempo de prodigios' son los títulos de las novelas que han conquistado al jurado de la última edición del Premio Planeta. Sus

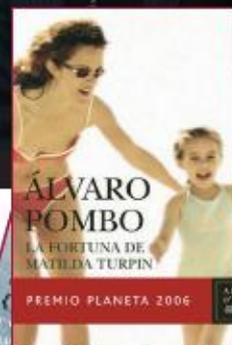
autores, Álvaro Pombo y Marta Rivera de la Cruz, han presentado recientemente los entresijos de las obras galardonadas en la sede de la Fundación José Manuel Lara, en la capital hispalense.



ÁLVARO POMBO Y MARTA RIVERA DE LA CRUZ

El primer título, que ha brindado el Planeta al escritor santanderino, es una reflexión intimista sobre la familia y sus demonios. Según Pombo, su "interés por hacer retratos femeninos viene de muy atrás", y en estas páginas despuntan dos mujeres aventureras: Matilda y Emilia. Por otra parte, la escritora gallega presentaba una novela "con

dos líneas argumentales unidas por la amistad". 'En tiempo de prodigios' es, en sus palabras, un libro "de aventuras", que entremezcla amores, política y misterio. □



FUNDACIÓN ANTARES FORO

'La visigoda', una mujer que opta por la libertad

Presentación de la primera novela de la periodista Isabel San Sebastián

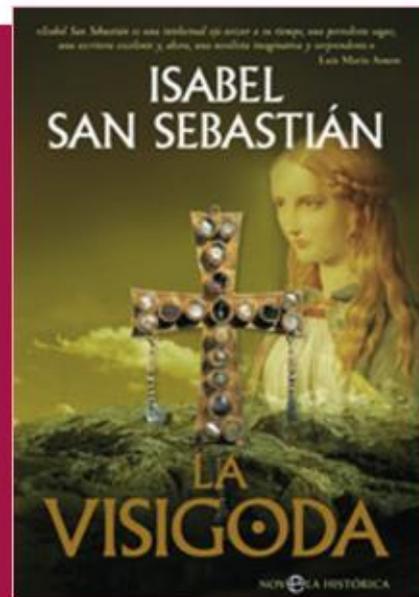
La visigoda es "una mujer que opta por la libertad por encima de la comodidad", en palabras de Isabel San Sebastián. Es también el título de su primera novela, presentada recientemente en la Fundación Antares Foro, en Sevilla, y publicada por La Esfera de los libros.

Así es, a grandes rasgos, Alana, la protagonista de esta obra de la periodista nacida en Chile, que hinca ahora el diente a la 'manzana' de la novela con un relato his-

tórico que conjuga batallas épicas, heroísmo, traiciones y herejías, ubicado en la España del siglo VIII.

Fernando Seco, director gerente de la Fundación Antares Foro, y la enóloga Maribel Estévez compartieron mesa con la escritora, cuya obra es, "en parte, una reivindicación del papel de la mujer en la Historia", según comentó la autora.

La creadora de 'La visigoda' se mostró satisfecha por el éxito que está cose-



chando su primera novela y se confesó "lectora voraz desde niña".

En su intervención, Isabel San Sebastián también aludió a su ejercicio profesional y reconoció que "el Periodismo de trinchera desgasta mucho", además de anunciar que prepara "un ensayo político sobre Fungairiño". □

En pantalla

BANDERAS DE NUESTROS PADRES
 Dirigida por Clint Eastwood e interpretada por Ryan Phillippe, John Slattery, Barry Pepper y Robert Patrick



Relato de la batalla de Iwojima, un sangriento episodio de la Segunda Guerra Mundial en el Pacífico ocurrido en marzo de 1945, y que quedó inmortalizado por una foto de unos soldados colocando una bandera norteamericana que hizo historia. □

Cine en casa

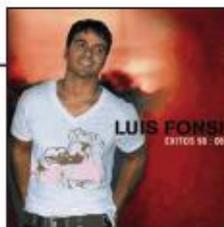
V DE VENDETTA
 Dirigida por James McTeigue e interpretada por Natalie Portman, Hugo Weaving y Tim Pigott Smith.



¿Quién se esconde detrás de la máscara? ¿Quién es V y quiénes se unirán a él en una revolución para levantarse contra la tiranía y la opresión del régimen totalitario? De los creadores de Matrix es este thriller de acción basado en el famoso cómic. □

Música

LUIS FONSI
 Éxitos 98:06



'Tu amor' es el single inédito con el que el cantante puertorriqueño Luis Fonsi presenta su disco recopilatorio 'Éxitos 98:06'. No es el único tema inédito entre la colección de sus mejores temas. También aparece 'No lo digas más', ambos producidos por Sebastián Krys, Dan Warner, Lee Levin, y coproducidos por el propio cantante. Fonsi regresa al mundo de la música más animado que nunca tras la recuperación de su esposa. □

Los libros

DIARIO FILOSÓFICO 1950-1973

Hannah Arendt
Herder - 2 Volúmenes

Es la pensadora más representativa de la filosofía política del siglo XX. Sus obras fundamentales: 'Los orígenes del totalitarismo', 'Eichmann en Jerusalén', 'La vida del espíritu' y 'La Condición humana', traducidas.



EL CEREBRO AL DESCUBIERTO

Isabel Güel

Kairos
198 páginas

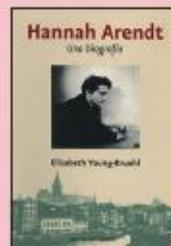
El don de la palabra; los sentidos; las emociones; la complejidad del movimiento; la memoria... constituyen entramados funcionales que la ciencia comienza a desvelar.



HANNAH ARENDT, UNA BIOGRAFÍA

Elisabeth Young-Bruhl
PAIDOS

630 páginas
 Recrea numerosos episodios de una existencia compleja, entrelazada con los grandes dilemas los grandes dramas de un siglo cruel.



EXPERTAS EN PERSONAS

AA.VV
Prentice Halls - 213 páginas

Un manual indispensable sobre la gestión de recursos humanos desde el punto de vista de las más prestigiosas profesionales del área.



LA REINA DE JERUSALÉN

Eve Rudschies
Starbooks - 376 páginas

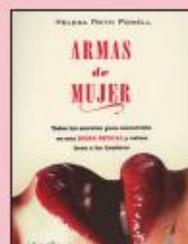
Una extraordinaria novela de aventuras y romances basada en la realidad histórica, situada en los albores del primer milenio del calendario cristiano.



ARMAS DE MUJER

Helerna Frith Powell
Nowtilus - 240 páginas

Los trucos que te ofrece este libro te ayudarán a convertirte en una fantástica mujer a la que admiran y que atrae todas las miradas. Ser increíblemente atractiva depende de la confianza que tengas en ti misma. □





TURISMO



ESTAR BIEN VIAJES

Un aliciente gastronómico y cultural en la Vega del Guadalquivir

Palma del Río es una ciudad, rica en gastronomía y cultura, situada al oeste de la provincia de Córdoba y en el límite con la de Sevilla

Palma del Río fue fundada en el año 105 por Aurelio Cornelio Palma y durante la dominación visigoda perteneció al obispado de Itálica. Hoy en día es una ciudad situada al oeste de la provincia de Córdoba, en la Vega del Guadalquivir, y en el límite con la de Sevilla. Su economía se basa totalmente en la agricultura. Los cultivos herbáceos ocupan la mayor parte de la tierra seguidos de los frutales. Destaca el algodón, el espárrago y la naranja, que cuentan con una planta de elaboración. Es por ello que te recomendamos degustar su rica gastronomía. En la cocina de esta comarca confluyen excelentes productos del campo y la huerta de esta Vega. Las carnes procedentes de la riqueza cinegética que caracteriza a las tierras cordo-



besas constituyen también un estímulo gastronómico más. En dulcería destacan especialidades tales como las napolitanas, merengues, torrijas y yemas, delicias que no debes renunciar a probar. Asimismo,

para finalizar una buena comida te recomendamos las riquísimas naranjas de Palma del Río de gran prestigio en toda Andalucía. Palma de Río es rica también en arquitectura religiosa, sobresaliendo particularmente el uso del ladrillo y de la azulejería policroma. Respecto a las fiestas populares, cabe decir que tanto la feria como la Semana Santa cada año tienen mayor expectación, no obstante, te recomendamos que visites durante el mes de julio Palma de Río para que disfrutes de una de las muestras teatrales de carácter nacional más importantes: El Festival del Teatro Sur. Un encuentro muy característico donde las compañías teatrales más importantes de España presentan sus obras al público en general y empresarios del sector con la intención de cerrar acuerdos de negocio. Una cita cultural que te recomendamos no perderte convertida en sello de identidad de Palma del Río. □

José Santos



Bibliografía recomendada

LISBOA PARA MUJERES
Gisela Rosenthal
Circe Guías
331 páginas.



ROMA PARA MUJERES
Elisabeth Lange-Mörtl
Circe Guías
232 páginas. □



La tienda de las palabras

Manuel Bellido Bello
bellido@mujeremprendedora.net



He arrancado las últimas hojas de mi calendario de mesa 2006 como el que arranca la última página de una novela sin haberla terminado de leer. Cada año he repetido este gesto para poner un punto y aparte y no un punto y final. Este año que agoniza no dejó en mis vitrinas ni trofeos ni recuerdos de museo, dejó momentos de vida. No dejó la mentira de una meta sino la verdad de la vía. Este año que se muere es un adiós que planea entre una pena y una mirada que imagina otro horizonte.

Tengo un diario donde voy garabateando una existencia sin fecha de caducidad y deposito en él, cada noche, mi presencia y mi memoria como lo hace la ola del mar que deja el agua y la espuma sobre la arena y allí se queda porque no puede volver atrás. Hoy, en un descuido, lo he abierto y me he bañado en ese océano de señales. Leer lo que escribí en 2006 fue como entrar en la tienda de las palabras, donde escogerlas y comprarlas me procuraron el sentimiento mágico de poseerlas. Repetí tu nombre y ese sentimiento me rozó, me acarició y floreció de nuevo. Repetí el nombre de los que se han ido, porque de esta estación muchos partieron sin apenas haber podido liar sus bultos y me invadió la nostalgia. Repasé mis fracasos y descubrí que no hay río que dos veces sea capaz de bañarme y darme paz. Renombré mis conquistas y mis logros y me alivió pensar que, aunque no siempre haya volado como las águilas,

he probado el regocijo de abrir mis alas, elevarme y sentir la emoción de un aguilucho cuando deja el nido. Repasé mis viajes y no sé si me he movido o me quedé inmóvil, pero mis ojos se llenaron de paisajes. Reviví mi transitar por la vida pública y recordé payasos que lloraban y públicos que no se reían. Releí mis poemas, yo, poeta sin versos, que entre rima y rima no busca la verdad sino que la encuentra.

Analiqué la crónica del mundo que fui anotando día a día y me sentí un marino con deseos de embarcarse y echarse a la mar porque sufre mal de tierra. Observé en muchas páginas los dolores que la gente me había entregado entre lágrimas en minutos de confidencia, y quise ser astronauta para buscar entre las nubes esos globos de gas que a veces se les escapan a los niños y que llevan enganchadas en sus largos hilos sonrisas e inocencia.

Ojeé instantes, muecas y gestos pegados en esas páginas con una barrita adhesiva, sin saber si eran fragmentos de vida o solo fotografías.

Ahora cierro el diario. Quizás en este instante, en esta noche de estrellas distraídas y en otra parte del mundo alguien estará inventando el futuro. Yo seguiré trazando mi presente y garabatearé mi diario cada noche para contar que encontré otra gente, miré otros ojos y escuché otras voces. Enterneceré la mirada para seguir viviendo horas lentas y años veloces, sin arrepentirme en la última página de haber amado demasiado poco. □

“ENTERNECERÉ LA MIRADA PARA SEGUIR VIVIENDO HORAS LENTAS Y AÑOS VELOCES, SIN ARREPENTIRME EN LA ÚLTIMA PÁGINA DE HABER AMADO DEMASIADO POCO



¿Buscas nuevos clientes?

DEJA DE BUSCAR.

¡LA RESPUESTA ESTÁ EN KOMPASS!

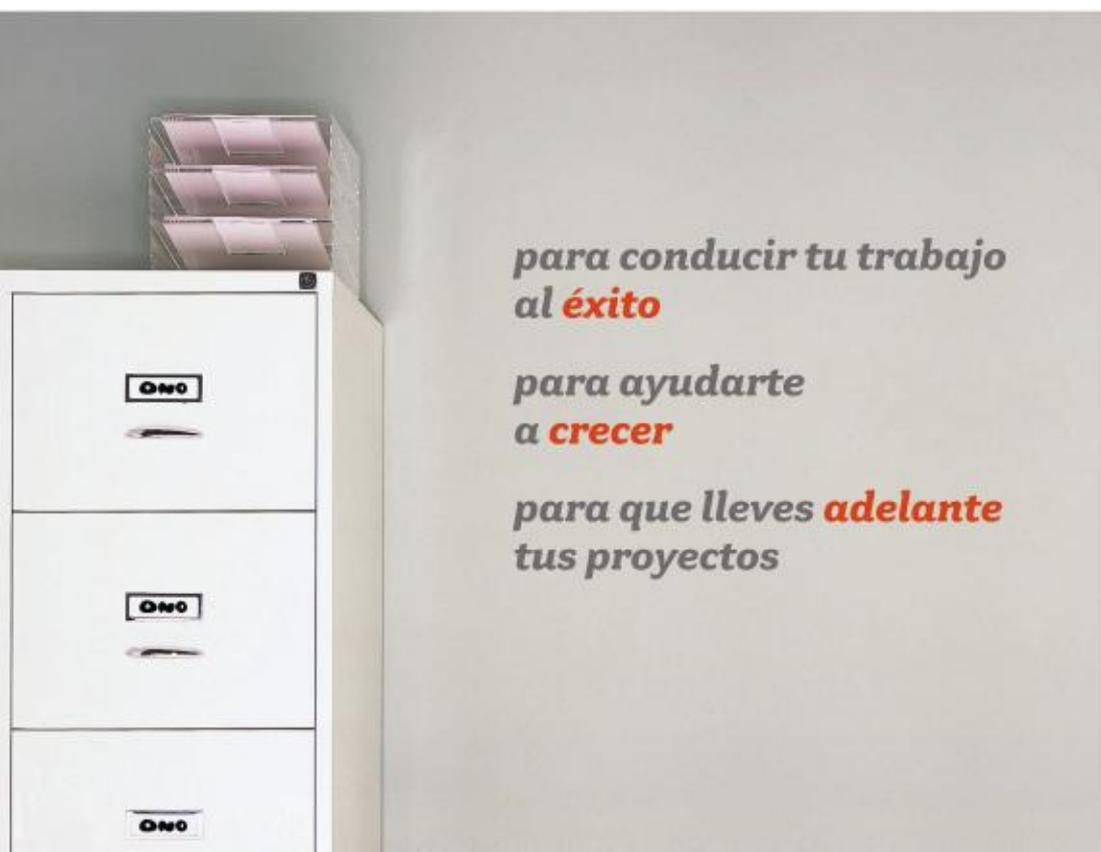
Aprovéchate de la experiencia internacional de Kompass y dispón de una información personalizada y actualizada a lo largo del año.

> Kompass en cifras es:

- 2 millones de empresas
- 3,8 millones de directivos
- 1,2 millon de emails
- 2 soportes de consultas: Internet y CD-ROM
- Ficheros a medida

¡ VISITA NUESTRA WEB KOMPASS.ES !

**el apoyo
que necesitas
en tu negocio**



para conducir tu trabajo
al **éxito**

para ayudarte
a **crecer**

para que lleves **adelante**
tus proyectos

**combinados de teléfono
e internet para tu negocio**

ONO

llama al 1400 | ono.es