

nº 41
Junio
2025

CERCA



MAGAZINE

REVISTA DIGITAL
PARA CONSUMIDORES

CONSUMO Y MEDIO AMBIENTE

- TRUCOS
- NOTICIAS
- CONSEJOS



AYUNTAMIENTO DE ALICANTE
CONCEJALÍA DE CONSUMO

Alicante
consumo



CENTRO EDUCATIVO
DE RECURSOS DE CONSUMO
ALICANTE

ÍNDICE



<u>Presentación</u>	<u>1</u>
<u>Información sobre el tema del mes</u>	<u>2</u>
<u>Resolución de caso real</u>	<u>3</u>
<u>Noticias de actualidad</u>	<u>4</u>
<u>Actividades en CERCA</u>	<u>5</u>
<u>Consejos para los consumidores</u>	<u>6</u>
<u>Información al consumidor</u>	<u>7</u>

CONSUMO Y MEDIO AMBIENTE

Este mes tratamos la importancia de tus acciones como consumidor en el impacto en el medio ambiente. Como consumidor, tienes un poder significativo para cuidar el medio ambiente a través de tus decisiones diarias. Aquí tienes algunas acciones clave que puedes implementar:

Reducir, Reutilizar y Reciclar (las 3 Erres)

Este es el pilar fundamental del consumo sostenible:

- **Reducir:** La mejor opción es evitar generar residuos en primer lugar.
 - **Compra menos:** Cuestiona si realmente necesitas lo que vas a adquirir.
 - **Elige productos duraderos:** Opta por artículos de buena calidad que no se rompan fácilmente y tengan una vida útil más larga.
 - **Evita el exceso de envases:** Siempre que sea posible, elige productos a granel o con el mínimo empaque. Lleva tus propias bolsas reutilizables, tazas y botellas de agua.
 - **Desenganchate de la moda rápida:** La producción de ropa es muy contaminante. Elige prendas de calidad que te duren más y considera comprar de segunda mano.
- **Reutilizar:** Dale una segunda vida a los objetos antes de desecharlos.
 - **Usa envases y bolsas reutilizables:** Di no a las bolsas de plástico y a las botellas de un solo uso.
 - **Repara en lugar de reemplazar:** Si algo se rompe, intenta arreglarlo antes de comprar uno nuevo.
 - **Dona o vende lo que no uses:** Ropa, muebles, libros... lo que ya no te sirva, puede ser útil para otra persona.
- **Reciclar:** Cuando no puedas reducir o reutilizar, asegúrate de reciclar correctamente.
 - **Conoce las normas de tu localidad:** Cada municipio tiene sus propias directrices sobre qué se puede reciclar y cómo.
 - **Separa tus residuos:** Papel, cartón, vidrio, plástico, metales... un buen reciclaje empieza en casa.

Consumo Responsable de Energía y Agua

- **Ahorra energía en casa:**
 - **Desconecta aparatos electrónicos:** Aunque estén apagados, muchos aparatos consumen energía en "stand-by".
 - **Usa bombillas LED:** Son mucho más eficientes y duraderas.
 - **Aprovecha la luz natural:** Abre cortinas y persianas.
 - **Regula la temperatura:** No abuses de la calefacción o el aire acondicionado. Vístete de forma adecuada para la estación.
 - **Electrodomésticos eficientes:** Cuando compres nuevos, fíjate en su etiqueta energética (clase A o superior).
- **Ahorra agua:**
 - **Duchas cortas:** Reduce el tiempo que pasas en la ducha.
 - **Cierra el grifo:** Mientras te enjabonas, te cepillas los dientes o lavas los platos.
 - **Revisa fugas:** Una pequeña fuga puede desperdiciar mucha agua.
 - **Uso eficiente en el jardín:** Riega en las horas de menos sol y considera plantas autóctonas que requieran menos agua.

PRESENTACIÓN

Alimentación Sostenible

- **Reduce el consumo de carne:** Especialmente la carne roja, ya que la ganadería industrial tiene un gran impacto ambiental. Considera más opciones vegetales.
- **Compra alimentos de temporada y de cercanía:** Apoya a los productores locales y reduce la huella de carbono asociada al transporte. Además, los productos de temporada suelen ser más frescos y sabrosos.
- **Evita el desperdicio de alimentos:** Planifica tus comidas, aprovecha las sobras y congela lo que no vayas a consumir.
- **Elige productos orgánicos/ecológicos:** Si es posible, opta por alimentos que se hayan cultivado sin pesticidas ni fertilizantes químicos, y que respeten la biodiversidad.

Transporte Sostenible

- Prioriza caminar o ir en bicicleta: Para distancias cortas, son las opciones más saludables y ecológicas.
- Usa el transporte público: Tren, autobús, metro... son mucho más eficientes que el coche particular.
- Comparte coche: Si tienes que usar el coche, busca opciones para compartirlo con otras personas.

Información y Educación

- **Infórmate:** Lee etiquetas, investiga las empresas y conoce el impacto de los productos que consumes.
- **Sé crítico:** No te dejes llevar por el "greenwashing" (empresas que se anuncian como ecológicas sin serlo realmente).

Cada pequeña acción cuenta. Al adoptar estos hábitos, no solo cuidas el medio ambiente, sino que también puedes mejorar tu salud y bienestar, y a menudo, ahorrar dinero.

En este número de CERCA MAGAZINE encontrarás información para realizar un consumo más responsable y sostenible.

En este mes de junio terminamos el curso 2024-2025, tanto en las actividades formativas para escolares, como para adultos. En total hemos realizado 314 acciones formativas con centros escolares, para más de 10.000 alumnos/as, y 205 acciones formativas para adultos para un total de 4287 personas, pero aún quedan actividades interesantes durante este mes como la charla sobre finanzas personales en el Banco de España, dos sesiones de comercio online para conocer la compra online del Mercado Central de Alicante, y la compra online de billetes de tren y avión, un taller sobre el buen uso de los medicamentos y el cierre de los talleres de cocina con chelo y de nuestra cocina. Teneis toda la información en <https://www.alicante.es/es/tramites/solicitud-actividades-ocio-formativo-abril-junio-2025>.

Bienvenidos a Junio, el mes del consumo sostenible y responsable !!!

Juan Carlos Victoria

RESPONSABLE DE CERCA

PLATAFORMAS DIGITALES DE CONSUMO COLABORATIVO, DE ACCESO COMPARTIDO Y BAJO DEMANDA

Compartir, intercambiar, colaborar... el medio digital aumenta las opciones de encontrar y relacionarte con otras personas para el beneficio mutuo. Hemos recopilado y organizado más de 400 plataformas digitales para que sea más fácil encontrar la que buscas.

Si buscas información sobre plataformas digitales colaborativas, de acceso compartido y bajo demanda, te ayudamos. Hemos seleccionado cerca de 400 plataformas de distintos ámbitos, desde alojamiento, a movilidad o aficiones, para ayudarte a escoger el tipo de plataforma que te interese en la actividad que necesites.



En cada uno de estos ámbitos clasificamos las plataformas o empresas según el tipo de actividad que ofrecen. En todos los casos podrás acceder directamente a la web de la plataforma digital haciendo clic sobre el nombre. Te contamos qué ofrece y también de qué tipo de plataforma se trata.



Hay distintos tipos de plataformas

- **Plataformas colaborativas entre particulares.** Permiten relaciones de producción, consumo, aprendizaje o financiación entre particulares (ciudadanos, aficionados...).
- **Plataformas colaborativas mixtas.** Permiten esas relaciones tanto entre particulares, como de particulares con profesionales (empresas, universidades, autónomos...)
- **Plataformas empresa-consumidor.** Los proveedores siempre son profesionales, de distinto tipo, para relaciones de producción, consumo, aprendizaje o financiación.
- **Plataformas o empresas de acceso compartido.** Son aquellas en las que las empresas ofrecen productos para su uso temporal en régimen de acceso en lugar de en propiedad (por ejemplo, bike sharing, carsharing...)
- **Plataformas bajo demanda.** Facilitan la prestación de servicios de profesionales o aficionados, basados en trabajos esporádicos a través de una plataforma digital (por ejemplo, Uber, Deliveroo...).

Si quieres leer más sobre este artículo accede a la información completa en el siguiente enlace:

<https://www.ocu.org/consumo-familia/consumo-colaborativo/informe/plataformas-consumo-colaborativo>

10 CLAVES PARA LOGRAR UN CONSUMO SOSTENIBLE



El cuidado del medioambiente es un asunto que preocupa cada vez más a las personas consumidoras. Realizar actuaciones sostenibles en el ámbito del consumo es una tendencia creciente a la que cada vez se apuntan más familias.

Este tipo de acciones no solo son beneficiosas para una mejor conservación del planeta y de nuestro entorno natural, sino que permite un mayor aprovechamiento de los recursos y un ahorro económico.

En el siguiente reportaje del Portal del Consumidor, le ofrecemos diez claves a tener en cuenta para convertirnos en consumidores sostenibles:

Ahorro energético

Velar por el consumo de energía que realizamos en el hogar es no sólo una forma de abaratar la factura, sino también de rebajar el impacto en el planeta, al reducirse el consumo de recursos naturales para la producción de energía.

Apagar la luz o la televisión cuando no las estemos usando; usar la lavadora o el lavavajillas cuando ya estén llenos; emplear el programa ECO de los electrodomésticos; priorizar el uso del microondas sobre el horno o desenchufar todos los aparatos cuando nos ausentemos en tiempos prolongados del hogar son fórmulas para lograr un ahorro energético en el consumo doméstico.

También podremos incrementar nuestro ahorro energético vigilando el consumo fantasma.



Ahorro de agua

El agua es otro de los bienes más preciados que nos proporciona la naturaleza. Cuidar el gasto que hacemos del agua en nuestro hogar es fundamental para lograr un consumo sostenible.

Priorizar ducharse antes que bañarse; cerrar el grifo cuando no estemos haciendo uso del agua que cae; instalar cisternas de doble volumen en el inodoro o reutilizar el agua para otras tareas domésticas son fórmulas con las que podremos alcanzar un ahorro de agua eficiente.

Eficiencia energética

El uso eficiente de la energía es otra fórmula para lograr que nuestro consumo en el hogar tenga un impacto menor en el medio ambiente. Para ello, los fabricantes de electrodomésticos prestan cada vez más atención a estos criterios, que establecen en el etiquetado. Preste atención al etiquetado energético de los electrodomésticos antes de comprar uno. Cuanto mayor sea la eficiencia que muestre el etiquetado, menor será el consumo de recursos, mayor será el ahorro, y menor la contaminación que produzca y mejor y más larga la calidad de vida del producto.

Si quieres leer más sobre este artículo accede a la información completa en el siguiente enlace:

<https://www.comunidad.madrid/servicios/consumo/10-claves-lograr-consumo-sostenible>

EL IMPACTO DE LA PRODUCCIÓN TEXTIL Y DE LOS RESIDUOS EN EL MEDIO AMBIENTE

La moda rápida ha disparado la cantidad de ropa que se produce, pero también la que se tira. A continuación, más información sobre su impacto ambiental y las soluciones de la UE.

Para afrontar el impacto en el medio ambiente, la UE desea reducir los residuos textiles, así como prologar el ciclo de vida de esta clase de productos y aumentar su reciclado. Una movilización que forma parte del plan para lograr una economía circular en 2050.



Sobreconsumo de recursos naturales

La producción textil utiliza mucha agua, además de tierras para cultivar algodón y otras fibras. Para elaborar una sola camiseta de algodón, las estimaciones indican que se necesitan 2.700 litros de agua dulce: la cantidad de agua que una persona bebe en dos años y medio.

El sector textil fue la tercera fuente de degradación del agua y del uso del suelo en 2020. Ese año también, se necesitó una media de nueve metros cúbicos de agua, el uso de 400 metros cuadrados de tierra y 391 kilogramos (kg) de materias primas para proporcionar ropa y calzado a cada ciudadano de la UE.

Contaminación del agua

Según las estimaciones, la producción textil, a través de los tintes y los productos de acabado, es responsable de aproximadamente el 20 % de la contaminación mundial de agua potable.

La mayoría de los microplásticos de los textiles se liberan durante los primeros lavados. Precisamente, la moda rápida se basa en una producción en masa, con precios bajos y grandes volúmenes de ventas, lo que fomenta que se produzcan muchos de estos primeros lavados.

Una sola carga de ropa de poliéster puede verter 700 000 fibras microplásticas que pueden llegar a la cadena alimentaria.

El lavado de materiales sintéticos lleva a la acumulación anual de más de medio millón de toneladas de microplásticos en el fondo de los océanos. Además de este problema global, la contaminación generada por la producción de prendas de vestir tiene un impacto devastador en la salud de la población local, los animales y los ecosistemas donde se ubican las fábricas.



Si quieres leer más sobre este artículo accede a la información completa en el siguiente enlace:

<https://www.europarl.europa.eu/topics/es/article/20201208STO93327/el-impacto-de-la-produccion-textil-y-de-los-residuos-en-el-medio-ambiente>

LOS ALIMENTOS Y EL CAMBIO CLIMÁTICO: UNA DIETA MÁS SANA POR UN PLANETA MÁS SALUDABLE

¿Qué tienen que ver los alimentos con el cambio climático?

Tanto lo que comemos como la forma de producir los alimentos repercuten en nuestra salud, y también en el medio ambiente.



Los alimentos pasan por diferentes etapas ya que deben producirse, procesarse, transportarse, distribuirse, prepararse, consumirse; pero, muchas veces, también es necesario eliminarlos. En cada una de estas etapas se producen gases de efecto invernadero que atrapan el calor del Sol contribuyendo al cambio climático. Más de un tercio de todas las emisiones de gases de efecto invernadero producidas por el hombre se relaciona con los alimentos.

La mayor parte de los gases de efecto invernadero relacionados con los alimentos tienen su origen en el uso del terreno y la agricultura. Aquí se incluirían, por ejemplo:

- El metano producido por el proceso digestivo del ganado bovino,
- el óxido nitroso proveniente del uso de fertilizantes en la producción de cultivos,
- el dióxido de carbono causado por la tala de bosques para la expansión de los terrenos de labranza y
- otras emisiones en agricultura causadas por el aprovechamiento del estiércol, el cultivo de arroz, la quema de los residuos de cultivos y el uso de combustibles en las granjas.

Una parte mucho más pequeña de estas emisiones de efecto invernadero causadas por los alimentos proviene de:

- la propia refrigeración y transporte de los alimentos,
- los procesos industriales como los destinados a la producción de papel y aluminio para el envasado,
- la gestión de los desechos de alimentos.



¿Qué clase de alimentos producen las mayores emisiones de gases de efecto invernadero?

El impacto climático de los alimentos se mide en términos de intensidad de estas emisiones de gases de efecto invernadero. La intensidad de estas emisiones se expresa en kilogramos de "equivalentes de dióxido de carbono" –donde se incluye no solo el CO₂ sino también todos los gases de efecto invernadero– por cada kilogramo de alimento, por cada gramo de proteína o por cada caloría.

Los alimentos de origen animal, especialmente las carnes rojas, los productos lácteos y los crustáceos de piscifactoría, se asocian habitualmente con las mayores tasas de emisión de gases de efecto invernadero, debido a que:

Si quieres leer más sobre este artículo accede a la información completa en el siguiente enlace:

<https://www.un.org/es/climatechange/science/climate-issues/food>

INFORMACIÓN SOBRE EL TEMA DEL MES

VIDEO-TUTORIAL: CONSUMO SOSTENIBLE

El Ayuntamiento de Alicante y CERCA nos ofrecen este interesante video-tutorial sobre el consumo sostenible y el etiquetado de los productos ecológicos.



Aquí te dejamos el enlace directo para que puedas acceder al vídeo directamente:

<https://www.youtube.com/watch?v=AjZe4HdaYI>

VIDEO-TUTORIAL: ECONOMÍA CIRCULAR

De la misma manera nos ofrecen este video-tutorial sobre la economía circular para tomar consciencia de la importancia de dar una segunda vida a los productos.



Aquí te dejamos el enlace directo para que puedas acceder al vídeo directamente:

<https://www.youtube.com/watch?v=EAMTtqvFRkc>

RESOLUCIÓN DE UN CASO REAL

Como cada mes, desde ADACUA, la Asociación de Amas de casa, Consumidores y Usuarios de Alicante, nos traen la resolución de un caso práctico real:



Hechos

Un consumidor residente en Alicante acudió a la Asociación de Consumidores, Usuarios y Amas de casa ADACUA para solicitar ayuda relacionada con la gestión adecuada de residuos domésticos. Este consumidor manifestó que, aunque se esfuerza en reciclar, tiene dudas sobre qué residuos deben ir en cada contenedor, especialmente cuando se trata de objetos como pilas, pequeños electrodomésticos, envases complejos o residuos peligrosos.

Comentó que hay diferentes tipos de contenedores (amarillo, verde, azul, marrón y gris), pero que no encuentra información clara y accesible sobre qué tipo de residuo debe ir en cada uno. Además, no sabía qué hacer con ciertos objetos más específicos, como bombillas, medicamentos caducados, aceites usados o aparatos electrónicos. Su inquietud se centraba en que, al no estar seguro, podría estar perjudicando al medio ambiente sin querer.

Pretensión de la parte reclamante

El reclamante solicitó información clara, práctica y veraz sobre:

- El uso correcto de los contenedores de colores.
- Dónde llevar residuos especiales como pilas, medicamentos, aceites, etc.
- Qué es un ecoparque y cómo se accede a uno.

Cómo contribuir a una gestión sostenible de los residuos desde casa.



Intervención de ADACUA

Desde la Asociación se atendió su consulta y se realizó una intervención informativa y formativa:

1. Se le explicó de manera clara el uso de cada contenedor:
 - Amarillo: envases de plástico, latas, bricks.
 - Azul: papel y cartón.
 - Verde: botellas y frascos de vidrio (no cristal).
 - Marrón: residuos orgánicos (si el municipio tiene implantado el contenedor).
 - Gris: resto de residuos no reciclables.



2. Se le proporcionó **un enlace** que da acceso a un audiovisual informativo de **CERCA** sobre economía circular <https://www.youtube.com/watch?v=AjZe4HdaYI>



RESOLUCIÓN DE UN CASO REAL



3. Se le explicó qué residuos deben llevarse a un punto limpio o ecoparque, tales como:

- Pilas y baterías.
- Aceites usados (de cocina o motor).
- Medicamentos caducados (a la farmacia).
- Electrodomésticos.

4. Se le informó que existen 14 ecoparques y que la información relativa a su ubicación y horario puede consultarse en la página web del ayuntamiento correspondiente.

5. También se facilitó la página web del Ayuntamiento de Alicante <https://www.alicante.es/es> y las aplicaciones móviles disponibles que ayudan a identificar el destino correcto de cada residuo:

<https://apps.apple.com/app/id8999992625>;

<https://play.google.com/store/apps/details?id=gl.sogama.app&hl=es&pli=1>

Resultado

El consumidor fue informado sobre el reciclaje municipal y por tanto puede contribuir activamente a la protección del medio ambiente desde su hogar.



Reflexión final

El caso demuestra cómo el consumo responsable incluye no sólo lo que compramos, sino también cómo gestionamos los residuos que generamos. La desinformación en materia de reciclaje puede generar prácticas incorrectas que afectan gravemente al entorno. La labor de las asociaciones de consumidores es esencial para formar, informar y acompañar a los ciudadanos en la construcción de una sociedad más sostenible y consciente.

¡Gracias por confiar en Adacua!

En la **Asociación de Consumo ADACUA** encontrarás **ASESORAMIENTO GRATUITO** (también para no asociados) para cualquier consulta y reclamación en temas de consumo.

¡Estamos para ayudarte! ¡Conoce tus derechos!

Encuentranos en: C/ General Primo de Rivera, 12, Entlo.

Telf: 966 16 52 40 / 672 63 21 54

email: consumidores@adacua.org



LA ESTRATEGIA 'ALICANTE AGUA CIRCULAR' SE EXHIBE EN EL FORO DE CIUDADES ÁRABES Y EUROPEAS

El alcalde expone en Riyadh la estrategia de gestión del ciclo hídrico, que reduce un 20% el consumo de agua potable en Alicante, pese a tener 50.000 habitantes más en 20 años



El Ayuntamiento y Aguas de Alicante han instalado más de 200.000 medidores inteligentes para minimizar la pérdida de recursos, en tanto que el 87% de los parques públicos se riegan con agua regenerada

“Nuestra red opera con una eficiencia del 88% gracias a la medición inteligente, la gestión de la presión, el control activo de fugas y la modelización de datos impulsada por inteligencia artificial”, ha explicado el primer edil.

El alcalde de Alicante, Luis Barcala ha intervenido este martes en Riyadh en la jornada de clausura del Foro de Diálogo de Ciudades Árabes y Europeas (AECD 2025) con la presentación de la estrategia municipal 'Alicante Aguas Circular' para el máximo aprovechamiento de los recursos hídricos, que está considerada por la organización de la cumbre saudí como “un ejemplo de gobernanza eficaz y exitosa, que ha generado resultados positivos en la mejora de la participación ciudadana y el desarrollo local”.

Si quieres leer más sobre este artículo accede a la información completa en el siguiente enlace:

<https://www.alicante.es/es/noticias/estrategia-alicante-agua-circular-se-exhibe-foro-ciudades-arabes-y-europeas>

MÁS PESCADO, LEGUMBRES Y VERDURAS Y ADIÓS A LOS ULTRAPROCESADOS: EL GOBIERNO REGULARÁ LA COMIDA EN HOSPITALES Y RESIDENCIAS

El Gobierno regulará la comida que se sirve en hospitales y residencias. Los ministerios de Sanidad y Derechos Sociales dan este jueves el primer paso al sacar a consulta pública el real decreto por el que se controlarán los alimentos que se sirvan en centros sanitarios y sociosanitarios. Concretamente, la norma fijará los criterios mínimos que deberán cumplirse a la hora de contratar y prestar servicios de alimentación en los centros para asegurar que la misma sea saludable y de calidad.



El texto aún ha comenzado su elaboración, pero los ministros Mónica García y Pablo Bustinduy han adelantado este jueves algunos de los objetivos del mismo. Así, según ha afirmado la ministra de Sanidad, se trata de sacar de los hospitales y residencias productos ultraprocesados, o bebidas azucaradas y apostar por menús basados en más legumbres, más verduras o más pescado, entre otros. «Queremos hacer que la salud empiece desde la bandeja del hospital», ha afirmado la titular del ministerio.

Si quieres leer más sobre este artículo accede a la información completa en el siguiente enlace:

<https://www.abc.es/sociedad/pescado-legumbres-verduras-adios-ultraprocesados-gobierno-regulara-20250522123917-nt.html>

CONSUMIDORES DE 11 PAÍSES EUROPEOS SE UNEN A LA LUCHA DE ESPAÑA CONTRA EL COBRO DEL EQUIPAJE DE MANO EN LAS AEROLÍNEAS LOW COST

- Las denuncias se han dado a conocer en Bruselas en un acto de la Organización Europea de Consumidores (BEUC) en el que el ministro Bustinduy ha compartido información sobre las sanciones que impuso en España a aerolíneas low cost por estas prácticas
- Por su parte, el BEUC, que representa a 44 organizaciones de 31 países europeos, ha presentado una denuncia ante la Comisión Europea y la Red CPC contra estas mismas 7 aerolíneas low cost para que se investiguen estas prácticas comerciales en el sector
- BEUC ha señalado como ejemplo en su acto la actuación del Ministerio que dirige Bustinduy en España y su sanción de 179 millones de euros a Ryanair, Vueling, Easyjet, Norwegian y Volotea



Si quieres leer más sobre este artículo accede a la información completa en el siguiente enlace:

<https://www.dsca.gob.es/es/comunicacion/notas-prensa/consumidores-11-paises-europeos-se-unen-lucha-espana-cobro-del-equipaje>

CONSUMO OBLIGA A AIRBNB A ELIMINAR CASI 66.000 ANUNCIOS "ILEGALES" DE PISOS TURÍSTICOS

El Gobierno endurece su política de alquiler de pisos turísticos y el Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030 ordena el bloqueo de casi 66.000 anuncios de viviendas de la compañía Airbnb por considerarlas "ilegales".

El Ministerio que dirige Pablo Bustinduy, a través de la Dirección General de Consumo, ha instado a la filial en Irlanda a eliminar un total de 65.935 anuncios al considerarlos "ilícitos" por "contravenir la normativa sobre la publicidad de este tipo de alojamientos turísticos", según recoge el comunicado.



En concreto, el ministro de Consumo toma la decisión de bloquear los anuncios de alquileres turísticos asegurando que se vulnera la normativa de las comunidades autónomas donde se han detectado los anuncios, y que en todos los casos se trata de viviendas completas de uso turístico, sin que aparezcan anuncios de habitaciones individuales.

Si quieres leer más sobre este artículo accede a la información completa en el siguiente enlace:

https://www.antena3.com/noticias/economia/consumo-obliga-airbnb-eliminar-casi-66000-anuncios-ilegales-pisos-turisticos_20250519682b030af7f20a10d041f9ce.html

XXVII EDICIÓN DE LOS PREMIOS CIUDAD DE ALICANTE AL COMERCIO Y A LA HOSTELERÍA 2025

El pasado miércoles, 21 de mayo, se celebró la Gala de la XXVII Edición de los Premios Ciudad de Alicante al comercio y a la hostelería.

Estos premios, que se otorgan cada dos años, son un reconocimiento del Ayuntamiento de Alicante al comercio y a la hostelería de la ciudad, al esfuerzo que realizan los profesionales que contribuyen a la calidez de las calles y a la mejora de la calidad de vida en todos los barrios, con un importe destinado a los premios de 36.000 euros.

Los reconocimientos, en definitiva, pretenden motivar a los profesionales del comercio, los servicios y la hostelería y a mejorar la competitividad del sector.

En el año 2025 han optado a los premios un total de 129 empresas, un 20% más que en la edición anterior. Destacan 6 modalidades de premios: trayectoria empresarial, digitalización, responsabilidad social empresarial, emprendimiento, comercio de barrio y, este año, con motivo del nombramiento de Alicante como capital española de la gastronomía 2025, se ha incorporado un Premios especial al Menú: "Alicante, capital española de la gastronomía".



En la valoración de dos de las modalidades- Trayectoria empresarial y Menú "Alicante capital española de la gastronomía"- ha participado la ciudadanía a través de sus votaciones online, más de 16.400.

PREMIADOS 2025

Premio Ciudad de Alicante a la trayectoria empresarial: dirigido a los establecimientos consolidados en la ciudad, que destaquen por su trayectoria empresarial y profesional, proyecten notoriedad y dinamismo y en los que se ha producido relevo generacional.

- 1º. MERCERÍA MABI: 3.000€
- 2º. RESTAURANTE CAPRI: 2.000€
- 3º. FERRETERÍA HOGAR: 1.000€

Premio Ciudad de Alicante a la digitalización, destinado comercio y establecimientos de hostelería y servicios que han avanzado en el proceso de digitalización de sus negocios.

- 1º. PESCADOS CORONA: 3.000€
- 2º. RESTAURANTE DÁRSENA: 2.000€
- 3º. MUEBLES DE COCINA SOL: 1.000€

NOTICIAS DE ACTUALIDAD

Premio Ciudad de Alicante a la responsabilidad social empresarial, dirigido a los establecimientos sostenibles, éticos, inclusivos y accesibles.

- 1º. ÓPTICA MOLINA: 3.000€
- 2º. CARNICERÍA LA ALACENA: 2.000€
- 3º. FILANT CEREMONIA Y MODA HOMBRE: 1.000€

Premio Ciudad de Alicante al emprendimiento, dirigido a los nuevos empresarios que han apostado por iniciar su actividad en la actividad de comercio, hostelería y servicios personales, con un negocio de edad situada entre 1 y 3 años.

- 1º. BARRUT: 3.000€
- 2º. UKIYO RAW BAR: 2.000€
- 3º. LA CUINA DE SAN BLAS: 1.000€

Premio Ciudad de Alicante al comercio de barrio, dirigido a aquellos establecimientos que desarrollan una función social y vertebradora en su barrio, contribuyendo a la mejora de vida de los ciudadanos del entorno.

- 1º. ALPARGATERÍA PILAR: 3.000€
- 2º. ÓPTICA CONGOST: 2.000€
- 3º. LAVANDERÍA EUROKOLADA: 1.000€

Premio especial al menú de “Alicante, Capital Española de la Gastronomía 2025” dirigido a aquellos restaurantes que han diseñado el mejor menú, con productos y platos típicamente alicantinos, singular y atractivo.

- 1º. SANTABAR: 3.000€
- 2º. LA MURALLA: 2.000€
- 3º. LA FAVORITA: 1.000€



ALICANTE PREMIA COMO 'ESCUELA SALUDABLE' A LA CONDOMINA, EL VALLE Y SAN ANTONIO DE PADUA

Alicante ha conmemorado el Día Mundial de la Nutrición con la celebración este viernes de una gran gala organizada en el centro municipal Isla de Cuba, en la que la concejala de Consumo, Comercio y Mercados, Lidia López, ha entregado el premio de 'Escuela Saludable 2025' a los colegios El Valle, La Condomina y San Antonio de Padua. En total han sido más de 7.000 alumnos de 70 centros educativos de nuestra ciudad los que se han implicado y participado todo el año en las actividades, charlas, concursos, talleres y visitas promovidas por el Centro de Recursos de Consumo de Alicante - Cerca-.



La concejala Lidia López celebró “el éxito del programa Escuelas Saludables en el que miles de escolares aprenden valores de salud, consumo responsable, economía circular y lo más importante comparten juntos durante todo un año nuevos hábitos, aprenden a cocinar y hacer ejercicio”, al tiempo agradeció “la implicación de sus profesores y equipos directivos sin los cuales esta iniciativa no se podría llevar adelante, los expertos en nutrición y el equipo del Cerca que año tras año hacen realidad este gran proyecto educativo”.



Si desea consultar la información completa puede hacerlo a través del siguiente enlace:

<https://www.alicante.es/es/noticias/alicante-premia-como-escuela-saludable-condomina-valle-y-san-antonio-padua>

Actividades JUNIO en CERCA

GESTIONES CON LA ADMINISTRACIÓN



Impartido por ADACUA

Aprende a utilizar el certificado digital para hacer gestiones tales como consultar el borrador de la renta, pagar on-line los tributos municipales, consulta y pago de sanciones, presentar instancias y reclamaciones...

(Clase de 2 sesiones: martes 3 y 10 junio)

Martes 3 y 10 de junio de 10 a 11:30h

Impartido por especialista del Banco de España

Charla: "Aprendemos a planificar nuestras finanzas personales"

Lugar de realización: Salón de actos de la sede del Banco de España en Alicante, Rambla de Méndez Nuñez nº31

Lunes 2 de junio de 11 a 12:30 h

BANCO DE ESPAÑA



COMERCIO ELECTRÓNICO (3)



Impartido por ADACUA

Tema: Cómo comprar por Internet: de Amazon a Shein. En esta clase aprenderemos a realizar compras en internet de forma segura y eficaz en plataformas populares como Amazon, Shein, o Aliexpress, buscar productos, comparar precios, leer valoraciones, hacer un seguimiento de los pedidos, aprender a hacer devoluciones, elegir forma de pago: Revolut, Paypal, tarjetas de crédito virtuales

Martes 3 de junio de 11:30 a 13:00h

Actividades JUNIO en CERCA

COCINA CON CHELO

Impartido por Chelo Sánchez



Elaboración de magdalenas de almendra y brownie especial

Nota: aportación por participante 4€ para la compra de ingredientes. La receta se entregará a los asistentes, quienes también podrán degustar la elaboración del día.

Viernes 6 de junio de 11:00 a 13:00 h

COMERCIO ELECTRÓNICO (4)

Impartido por ADACUA

Tema: Compra on-line en el Mercado Central de Alicante
En esta clase aprenderemos a navegar y utilizar la web del mercado central de Alicante, buscar productos, seleccionar puestos, realizar pedidos y gestionar la entrega o recogida, elegir forma de pago: Revolut, Paypal, tarjetas de crédito virtuales.

Martes 10 de 11:30 a 13:00h



NUESTRA COCINA, NUESTROS PRODUCTOS.



Coordinado por Paca Ayza.

Impartido por distintos cocineros/as

Taller de elaboración de recetas tradicionales de la Dieta Mediterránea por cocineras aficionados a la cocina.

Nota: aportación por participante 4€ para la compra de ingredientes. La receta se entregará a los asistentes, quienes también podrán degustar la elaboración del día.

Viernes 13 de junio de 11:00 a 13:00 h

Escuela de Verano en CERCA

Info y reservas:
campuscocinandosonrisas@gmail.com
617.75.06.66

COCINANDO
SONRISAS

CAMPUS de VERANO 2025



Desde
25 de JUNIO
✓ Todo **JULIO**
✓ Todo **AGOSTO**
Hasta
5 de SEPTIEMBRE

Edad: de 6 a 12 años

Situado en:
(MERCADO CENTRAL ALICANTE)

Entrada y salida por:
CALLE BALMES 1 / ESQUINA CON CALDERON DE LA BARCA

DISPONEMOS DE
KISS & GO

Cocina Divertida y Creativa

Y además...



Robótica y
Ciencia Divertida



Artes
Creativas



Juegos y
Multideporte



Juegos
de Agua



Consumo
Responsable

HORARIO FLEXIBLE (Libre entrada desde las 8:30h y salida límite 14:30h). Horario talleres de 9:00h a 14:00h
59€/Semana. 55€ hermanos/as (* para inscripciones antes del 1 de junio, después de esta fecha 65€)

INFORMACIÓN
Y
RESERVA

campuscocinandosonrisas@gmail.com



617 75 06 66 / 691 55 65 79



Alicante
consumo



ALICANTE
CAPITAL ESPAÑOLA
DE LA GASTRONOMÍA
2025

FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA



- **Más sanas y sabrosas:** se cultivan en suelos ricos, con el clima adecuado y completando su calendario natural. En el momento de su recolección mantienen intactas todas sus propiedades nutricionales, textura, olor y sabor.

CARACTERÍSTICAS DE LAS FRUTAS Y VERDURAS DE TEMPORADA:

- **Más baratas:** durante ciertos periodos del año, la disponibilidad en las tiendas de estos productos es mayor. Y al aumentar la oferta, disminuyen los precios
- **Más ecológicas:** porque respetamos el ciclo natural y la zona de producción de los alimentos, evitando la implantación de monocultivos intensivos que agotan el suelo. Y además se reduce el gasto energético al minimizar la necesidad de transporte, distribución y almacenaje



La alimentación es una de las bases fundamentales de nuestra salud, y la palabra “dieta” suele estar presente en nuestra vida cotidiana. Sin embargo, su significado y aplicación pueden variar enormemente, afectando no solo nuestra nutrición sino también nuestra relación con la comida.

DIET PLAN

A white plate with a silver spoon, knife, and fork tied together with a yellow measuring tape, symbolizing diet and health.

- Dieta cetogénica: Se basa en un consumo muy bajo de carbohidratos y alto en grasas, obligando al cuerpo a entrar en un estado de cetosis, donde usa las grasas como fuente principal de energía.
- Dieta vegetariana: Excluye el consumo de carne y pescado, pero puede incluir productos de origen animal como huevos y lácteos.

[illegible]

- Dieta paleo: Se basa en la alimentación que supuestamente llevaban nuestros ancestros en la era paleolítica, excluyendo productos procesados, cereales, lácteos y legumbres, favoreciendo carnes, frutas, verduras y frutos secos.

CONSEJOS PARA LOS CONSUMIDORES

Los Trastornos de la Conducta Alimentaria (TCA)

Los trastornos alimentarios son trastornos psicológicos que afectan gravemente los hábitos de alimentación.

Su origen es complejo y responde a múltiples factores, convirtiéndose en un problema cada vez más frecuente en nuestra sociedad. Los más comunes incluyen:

- Anorexia nerviosa: caracterizada por una restricción extrema de alimentos, un miedo intenso a subir de peso y un bajo peso.
- Bulimia nerviosa: episodios de ingesta excesiva seguidos de métodos compensatorios como el vómito o el ejercicio extremo.
- Trastorno por atracón: consumo compulsivo de grandes cantidades de comida sin control que no conlleva a ninguna conducta compensatoria.



¿Cómo se relacionan la dieta y los TCA?

El vínculo entre las dietas y los TCA es complejo. Si bien una alimentación equilibrada es esencial para la salud, el uso de dietas restrictivas puede desencadenar patrones de conducta dañinos. Factores como la presión social, la desinformación y la asociación entre delgadez y éxito pueden contribuir al desarrollo de estos trastornos.



Desde la nutrición, es fundamental promover hábitos alimentarios saludables sin fomentar restricciones ni generar culpa alrededor de la comida. La educación alimentaria basada en el equilibrio, el bienestar y el disfrute puede ser una herramienta clave para prevenir la aparición de los TCA.

En definitiva, la alimentación debe ser un acto natural y placentero, libre de miedo y obsesión. La clave está en escuchar nuestro cuerpo, nutrirlo adecuadamente y buscar apoyo profesional cuando la relación con la comida se vuelve un problema.

Artículo ofrecido por los estudiantes en prácticas del Grado de Nutrición y Dietética Humana de la Universidad de Alicante: Noelia Cerdá Mateo, Sonia Henares Carricondo, Judith Cano Martín, Alejandra Luisa Ilea, Ángela Fernández Herrero, Sergio Mena García.

DIETA VEGETARIANA Y VEGANA

LA DIETA VEGETARIANA

La dieta vegetariana se basa en una forma de alimentación que excluye el consumo de carnes y pescados. Esta dieta, por tanto, está basada en productos de origen vegetal, como verduras, frutas, legumbres, cereales y frutos secos. Sin embargo, dentro de la dieta vegetariana, se pueden destacar varios tipos de consumidores:

- **Ovolacteovegetariano:** Aquel que consume huevos y productos lácteos.
- **Ovovegetariano:** Aquel que consume huevos.
- **Lacteovegetariano:** Aquel que consume productos lácteos. A estos tres tipos, se pueden sumar los vegetarianos estrictos o veganos, de los cuales hablaremos a continuación.



LA DIETA VEGANA

La dieta vegana es aquella que excluye cualquier alimento procedente de animales o que los contenga. De esta manera, las personas veganas excluyen alimentos como la miel, o incluso productos procesados que contengan ingredientes animales como las gelatinas, las gominolas o incluso la cerveza. Cabe destacar que, las personas que adoptan este tipo de dieta, suelen restringir el uso de otros productos por ejemplo de higiene o belleza que incluyan ingredientes animales.

Artículo ofrecido por los estudiantes en prácticas del Grado de Nutrición y Dietética Humana de la Universidad de Alicante: Noelia Cerdá Mateo, Sonia Henares Carricondo, Judith Cano Martín, Alejandra Luisa Ilea, Ángela Fernández Herrero, Sergio Mena García.



¿Es saludable seguir estos tipos de dietas?

Mantener este tipo de dietas puede ser saludable, pero no basta con “dejar de comer carne”. A la hora de comenzar con este estilo de vida, es conveniente informarse correctamente, planificar una buena dieta, y, en caso de ser necesario, contactar con un nutricionista. De esta manera, existen ciertos nutrientes que deben tenerse en cuenta a la hora de adoptar esta forma de alimentación. Por ejemplo, la vitamina B12 no se encuentra de manera natural en los alimentos de origen vegetal, y, por tanto, debe ser suplementada. Además, el hierro procedente de estos mismos alimentos, se absorbe en menor medida que el procedente de alimentos de origen animal, por tanto, se recomienda consumirlo en compañía de vitamina C, ya que esta beneficiará su absorción.

¿Qué platos se pueden consumir en estas dietas?

Ser vegetariano o vegano no se trata tan sólo de comer ensaladas. Existen muchas opciones a base de vegetales tales como guisos de legumbres, platos de pasta o arroz o incluso hamburguesas vegetales. Alimentos como el tofu, el tempeh, la soja texturizada o el seitán son interesantes a la hora de buscar sustitutos de la carne en nuestros platos. Platos como el estofado de seitán con verduras o el curry de garbanzos son opciones deliciosas y sabrosas a incluir en este tipo de dietas.

INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR

Organismos de consumo

Relación de distintos Organismos Públicos dedicados a la defensa de los derechos de los Consumidores:

Ministerio de Sanidad y Consumo: <https://www.mscbs.gob.es/>

Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición:

https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/web/home/aecosan_inicio.htm

Centro Europeo del Consumidor: <https://cec.consumo.gob.es/CEC/web/home/index.htm>

Consumo Andalucía - Consejería de Familia y Salud:

<https://www.juntadeandalucia.es/temas/vivienda-consumo/consumo.html>

Consumo Aragón - Dirección General protección Consumidores:

<https://www.aragon.es/-/consumo>

Consumo Asturias - Dirección General de Consumo: <http://www.consumoastur.es/>

Consumo Canarias - Consejería de Consumo:

<https://www.gobiernodecanarias.org/consumo/>

Consumo Cantabria - Dirección General de Consumo:

<https://dgicc.cantabria.es/informacion-al-consumidor>

Consumo Castilla La Mancha - Dirección general de Consumo:

<https://consumo.castillalamancha.es/>

Consumo Castilla y León - Dirección General de Consumo:

<https://consumo.jcyl.es/web/es/consumo.html>

Consumo Cataluña - Agencia Catalana de Consumo: <http://consum.gencat.cat/ca/inici>

Consumo Comunidad Valenciana - Dirección General de Consumo:

<https://cindi.gva.es/es/web/consumo>

Consumo Extremadura - Instituto de Consumo de Extremadura:

<https://saludextremadura.ses.es/incoex/>

Consumo Islas Baleares - Consejería de Salud y Consumo:

http://www.caib.es/sites/consumidor/es/portal_consumo-51705/

Consumo La Rioja - Consejería de Salud Pública y Consumo:

<https://www.riojasalud.es/salud-publica-consumo/consumo>

Consumo Navarra - Dirección General de Consumo:

http://www.navarra.es/home_es/Temas/Consumo/

Consumo Madrid - Dirección General de Consumo:

<https://www.comunidad.madrid/servicios/consumo>

Consumo Murcia - Dirección General de Consumo:

<https://www.carm.es/web/pagina?IDCONTENIDO=35&IDTIPO=140&RASTRO=c%24m27801>

Oficina de Atención al Usuario de las Telecomunicaciones:

<https://usuarioteleco.mineco.gob.es/Paginas/Index.aspx>

Banco de España - Portal Cliente Bancario: <https://cliente bancario.bde.es/pcb/es/>

Consumo País Vasco - Instituto Vasco de Consumo: www.kontsumobide.eus

INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR

Asociaciones de Consumidores

Las Asociaciones de consumidores y usuarios son entidades de carácter privado constituidas sin ánimo de lucro con la finalidad de defender y proteger los derechos y los intereses de las personas consumidoras y usuarias, bien con carácter general o en relación con problemas concretos en la adquisición de un producto o servicio determinado, siempre que se constituyan en acuerdo con la legislación vigente. Por lo tanto, son una vía muy útil a la que podemos recurrir en el caso de que creamos que no se han respetado nuestros derechos como consumidores y deseemos iniciar un proceso de reclamación.

ADACUA (Asociación de consumidores, amas de casa y usuarios de Alicante):

<https://adacua.org/>

ATR (Asociación Telespectadores y Radioyentes Comunidad Valenciana): <http://atrcv.org/>

Asociación Valenciana de consumidores y usuarios (AVACU): <https://www.avacu.es/>

Asociación de Usuarios de Bancos, Cajas de Ahorro y Seguros (ADICAE):

<https://uniodeconsumidors.org/>

Unión de Consumidores de la Comunidad Valenciana (UCE):

<https://uniodeconsumidors.org/>

CECU. Consumidores y Usuarios: <https://cecu.es/>

Unión Cívica Nacional de Consumidores y Amas de Casa (UNAE):

<http://www.federacionunae.com/>

Organización de Consumidores y Usuarios (OCU): <https://www.ocu.org/>

Facua - Consumidores en acción: <https://www.facua.org/>

Lucentum Consumidores: <https://lucentumconsumidores.org/>

Legislación en consumo

Normativa Estatal y de la Comunidades Autónomas que afectan a los diferentes bienes y servicios, así como a la defensa de los Consumidores y Usuarios.

Ministerio de Consumo - Legislación:

<https://www.mscbs.gob.es/consumo/normativa/normativaConsumo.htm>

Centro Europeo del Consumidor en España - Legislación:

<https://cec.consumo.gob.es/CEC/web/secciones/legislacion.htm>

CECU - Legislación: <https://cecu.es/index.php/tus-derechos/legislacion>

Comunidad Valenciana-Normativa:

<https://cindi.gva.es/es/web/consumo/normativa-general>

Alimentación-Legislación:

<https://www.mapa.gob.es/es/alimentacion/legislacion/recopilaciones-legislativas-monograficas/default.aspx>

INFORMACIÓN AL CONSUMIDOR

Reportajes sobre bienes y servicios de consumo

En esta sección puede encontrar los reportajes más destacados sobre la cuestiones que más preocupan al consumidor cuando compra en establecimientos, a distancia y por Internet, o cuando le prestan un servicio.

Revista Consumer: <https://revista.consumer.es/>

Revista Usuarios-ADICAE:

<https://usuariosdebancayseguros.adicae.net/catalogo.php?mode=hlist&cat=13>

Revista Consumerismo - FACUA: <https://www.facua.org/consumerismo>

Podcast consumo-Ser Consumidor:

https://www.ivoox.com/podcast-ser-consumidor_sq_f1289_1.html

El Mundo consumo: <https://www.elmundo.es/economia/ahorro-y-consumo.html>

El País consumo: <https://elpais.com/noticias/consumo/>

El País hábitos de consumo: <https://elpais.com/noticias/habitos-consumo/>

EL País Ministerio de Consumo: <https://elpais.com/noticias/ministerio-consumo/>

EL País bienes de consumo: <https://elpais.com/noticias/bienes-consumo/>

EL País consumo responsable: <https://elpais.com/noticias/consumo-responsable/>

El País consumismo: <https://elpais.com/noticias/consumismo/>

ABC consumo:

<https://www.abc.es/economia/consumo/?ref=https%3A%2F%2Fwww.google.com%2F>

ABC Consejos consumo: <https://www.abc.es/familia/consumo/>

Información consumo responsable:

<https://www.informacion.es/tags/consumo-responsable/>

Información consumo: <https://www.informacion.es/tags/consumo/>

Información consejos consumo: <https://afondo.informacion.es/temas/consumo/>

20 Minutos consumo: <https://www.20minutos.es/minuteca/consumidores/>



**CENTRO EDUCATIVO
DE RECURSOS DE CONSUMO
ALICANTE**

CÓDIGO DE ACCESO PARA MÓVILES



DIRECCIONES CERCA

Ubicación Maps: <https://tinyurl.com/439jjnhx>

Web: <https://cerca.alicante.es>

Facebook: <https://www.facebook.com/CERCALICANTE>

Instagram: <https://www.instagram.com/cercalicante/>

Twitter: <https://twitter.com/cercalicante>

YouTube: <https://www.youtube.com/cercalicante>

Correo electrónico: cerca@alicante.es

Teléfono: 96 514 52 94



Si tienes alguna propuesta, comentario o sugerencia escríbenos a:
cerca@alicante.es