

SOMOS **POCOMACO**

somos pioneros

Felices Fiestas!

“No te rindas, por favor no cedas,
aunque el frío queme,
aunque el miedo muerda,
aunque el sol se esconda y se calle el viento,
aún hay fuego en tu alma,
aún hay vida en tus sueños.”

(Mario Benedetti)



MEREDES ELIXIR.

GADIS

Con **P** de POCOMACO

Paso a paso, nos acercamos al final de otro año. Un año que ha traído consigo una multitud de oportunidades para POCOMACO y para todas las empresas que desarrollamos nuestra actividad en este polígono industrial, que sentimos tan nuestro. Es menester sentirnos orgullosos de lo alcanzado desde 1964, cuando surgió la idea de crear este parque empresarial para dar servicio a toda el área metropolitana de A Coruña, dando origen a nuestra comunidad.

Orgullosos estamos de haber trabajado sin descanso durante todos estos años, dedicando nuestro esfuerzo y empeño en cada peldaño del camino. Siempre hemos procurado brindar la mejor atención posible, adaptándonos a las necesidades cambiantes de nuestra comunidad empresarial y superando desafíos con entereza.

Comunidad es el pilar fundamental que nos impulsa a seguir creciendo, ya que nuestra constancia ha sido clave para definirnos y nos ha permitido alcanzar el objetivo de ofrecer una extensa gama de servicios diseñados para satisfacer las expectativas más altas de todos los que formamos parte de POCOMACO; a través de esta dedicación, hemos logrado no sólo fortalecer los lazos que nos unen, sino también garantizar la plena satisfacción y confianza de quienes día a día depositan en nosotros su apoyo, contribuyendo así a un entorno donde el compromiso y la excelencia son valores compartidos.

Once presidentes me han precedido, y cada uno de ellos dio un paso adelante con coraje, involucrándose activamente en la toma de decisiones y siempre priorizando el bien común de nuestra comunidad. A lo largo de los años, han dedicado su tiempo y esfuerzo con devoción para mantener y mejorar lo que se inició en 1977, consolidando los cimientos de POCOMACO y dejando un legado de progreso y desarrollo continuo.

Mucho ha cambiado todo desde entonces: estamos cerca de la ocupación plena, hemos llegado a convertirnos en un referente empresarial en toda Galicia, y empresas de todos los sectores han decidido asentarse aquí, desarrollando sus actividades, generando empleo estable y creando riqueza para la región. Todo esto surge de un sentimiento profundo de pertenencia y de la fuerza que nace del trabajo en grupo.

Agruparse fue el germen de todo. Porque la fuerza del colectivo siempre supera a la de las individualidades, y es esta cohesión la que nos ha permitido exigir con firmeza lo que POCOMACO necesita, consiguiendo así mejoras significativas para nuestras empresas, nuestros trabajadores y nuestros clientes.

Caminó largo y, en muchas ocasiones, ignoto es el que hemos recorrido hasta ahora. Sin embargo, el camino que tenemos por delante es igualmente esperanzador y emocionante. Juntos hemos logrado mucho a lo largo de los años, pero aún queda mucho más por hacer y muchas metas por alcanzar.

Oficio y saber hacer es lo que podemos ofrecer para que lo que comenzó hace casi 50 años como una iniciativa privada y casi aislada, termine por integrarse plenamente en la ciudad que nos vio nacer. Esperamos y deseamos que podamos seguir creciendo, pero siempre pensando en hacerlo de forma armoniosa con nuestro entorno.

Lucía López - Presidenta de Pocomaco

Edita

Polígono de POCOMACO
Primera Avenida, nº 1. Parcela C-19 A
15190 A Coruña
Tel. 981 29 42 16 - 604 066 174 - Fax. 981 29 13 21
info@pocomaco.com
www.pocomaco.com

Depósito Legal

C-1202-2008

ISSN

1888-6868

Horario de Oficina

De enero a mayo y de octubre a diciembre
De lunes a jueves de 8:30 a 18:30 horas
Viernes de 8:30 a 15:30 horas
De junio a septiembre
De 8:30 a 15:30 horas

Junta Rectora

Presidenta

Lucía López Teijeira

Vicepresidente

Raúl Puga Arias

Secretaria

Pilar María González Álvarez

Contadora

Beatriz Mato Bolón

Vocales

María del Pilar Valdés Díaz de Freijo

Eva María Domínguez García

José Antonio López López

Ricardo Tormo Massignani

José Fernando Cernadas Ramos

Jessica Canosa Pérez

Oficina

Gerente

Alfredo Candaes Pazos

Administración

María del Carmen Rodríguez Suárez

Rocío López Schmidt



Delegación A Coruña 981305886
sbalado@gruposagital.com

sagital

Facility services

• LIMPIEZA
• SEGURIDAD
• MANTENIMIENTO





www.gruposagital.com

P.POCOMACO, CUARTA AV, SECTOR 1, PORTAL 2, PLANTA 1, 15190, A CORUÑA
CAMIÑO GANDARIÑA, 19, 1ºB, 36214, VIGO

Toda la información que maneja esta plataforma web es accesible las 24 horas desde cualquier dispositivo conectado a internet

Pocomaco invita a usar Lokinn



Yotta Desarrollos Tecnológicos es la empresa propietaria de Lokinn, un producto tecnológico que da servicio a las áreas industriales españolas.

El socio fundador de Yotta Desarrollos tecnológicos, Enrique López de Coca, explica qué es Lokinn, la primera plataforma web desarrollada sobre un sistema de información geográfica. El objetivo es integrar las zonas industriales y ofrecer a sus gestores y empresas instaladas en POCOMACO servicios y herramientas que faciliten sus labores.

Lokinn integra más de 30 herramientas interconectadas entre sí que facilitan la comunicación bidireccional Oficina Pocomaco – Comuneros – Empresas ubicadas en el Polígono.

La lista de herramientas es: gestor de empresas, gestor de suelo, fichaje horario, gestor de incidencias, gestor de documentos, herramientas de comunicación, calendario, reserva de espacios, gestor de seguridad, herramientas de facturación y contabilidad, gestor de usuarios, gestor de oportunidades, gestor de notas y el servicio de coche compartido.

Gestor de empresas

Lokinn permite conectar a las empresas de POCOMACO con la OFICINA del Polígono, ofreciendo herramientas comunes

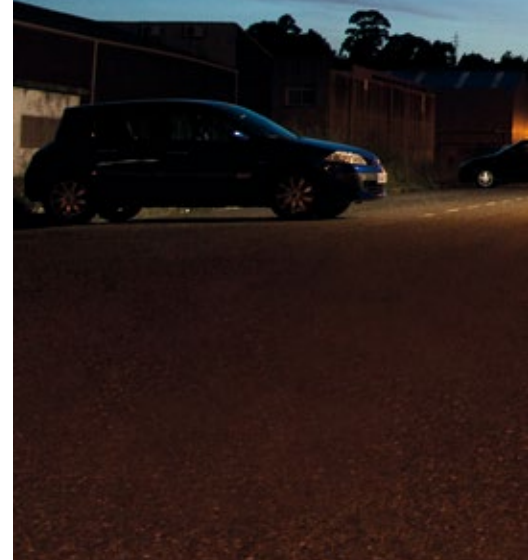
que ayudan a impulsar y digitalizar el área.

Así, sus responsables tienen herramientas y servicios que impulsan además de la actividad comercial, una relación más directa con las empresas que la integran. La cartografía detallada permite visualizar información como límites parcelarios, naves, zonas verdes, señalética, contenedores de reciclaje...

Por otro lado, las empresas de POCOMACO pueden interactuar de otra manera con la OFICINA. Además Lokinn les ayuda a tener una mayor presencia en la red y poder aumentar sus ventas y contactos.

Toda la información que maneja Lokinn es accesible las 24 horas desde cualquier dispositivo conectado a internet.

Entre los beneficios para los gestores de POCOMACO cabe destacar la cartografía detallada y georeferenciada del Polígono: límites, viales, naves, puntos de luz... También la localización de las distintas parcelas, junto con



Es un servicio gratuito para empresas, trabajadores y comuneros del Polígono



datos como superficie y datos jurídicos y otras herramientas que facilitan su trabajo.

Para las empresas los beneficios son su gratuidad, el acceso a herramientas de gestión de incidencias, de clientes y proveedores, de espacios comunes; el conocimiento y acceso a nuevos clientes y proveedores, etc.

Cualquier empresa del Polígono puede registrarse en Lokinn de manera gratuita y cuentan con el apoyo y asesoramiento para su implantación, tanto desde la OFICINA como desde los gestores y consultores de Yotta.

En cuanto a la gestión del suelo es importante saber que el sistema permite guardar también la información de antiguos propietarios de cada una de las parcelas, así como las distintas empresas que estuvieron ubicadas en ellas.

Al disponer de una cartografía dispone de información específica como el porcentaje que representa cada parcela sobre el total, sus datos catastrales, etc.

Tanto para los gestores como para las empresas la herramienta de gestión de incidencias permite gestionar de manera rápida y sencilla las incidencias, mantener un seguimiento detallado de cada una e incluso generar informes para presentar en reuniones sobre el tema.

Primera herramienta en el mercado enfocada a la gestión de la seguridad

La herramienta integrada en Lokinn de gestión de seguridad es la primera del mercado enfocada en su gestión.

Las empresas de POCOMACO recibieron en su día un enlace para cubrir toda la información sobre la seguridad de sus empresas, una tarea pendiente de finalizar, necesaria para el Plan de Emergencias de POCOMACO. La seguridad industrial es cosa de todos.

Oportunidades de negocio y portal inmobiliario

Otro valor que suma Lokinn es un espacio común accesible online en el que las empresas pueden publicar ofertas y demandas relativas a productos y servicios que comercializan, propuestas de colaboración empresarial y residuos o subproductos. Es como una tienda online que ayuda a la economía circular dentro del Polígono.

Este portal ofrece además la posibilidad de publicar los inmuebles para comprar, alquilar, sin coste alguno generando un enlace con todos los anuncios del cliente para que pueda publicarlos también en su página web y redes sociales.

+ información: OFICINA POCOMACO



Polígono
de Pocomaco

www.pocomaco.com

ESTAMOS A TU

SERVICIO

CONTÁCTANOS:

 **981 294 216**

 info@pocomaco.com

HORARIO DE INVIERNO
(1 de Octubre a 31 de Mayo)

- > Lunes a Jueves: 08:30h a 18:30h
- > Viernes: 08:30h a 15:30h

HORARIO DE VERANO
(1 de Junio a 30 de Septiembre)

- > Lunes a Viernes: 08:30h a 15:30h

- 1 ASESORAMIENTO TÉCNICO, JURÍDICO Y FISCAL
- 2 MANTENIMIENTO
- 3 VIGILANCIA
- 4 TRATAMIENTO DE RESÍDUOS
- 5 PARKINGS DISUASORIOS
- 6 FORMACIÓN
- 7 CONVENIOS

somos **comprometidas**

Pocomaco sienta las bases para garantizarse un mejor futuro

El Ayuntamiento y la Comunidad de Propietarios del Polígono rubricaron el pasado mes de septiembre el acuerdo que habilitará al Consistorio municipal a asumir el mantenimiento y mejora de los espacios públicos del polígono, permitiendo que el consistorio pueda realizar inversiones públicas de mejora del polígono

El Ayuntamiento y la Comunidad de Propietarios del Polígono rubricaron el pasado mes el acuerdo que habilitará al Consistorio municipal a asumir el mantenimiento y mejora de los espacios públicos del polígono, permitiendo que el consistorio pueda realizar inversiones públicas de mejora del polígono.

Medio siglo después de su construcción, el polígono coruñés de Pocomaco vislumbra ahora un paso histórico para integrarse definitivamente en la ciudad, pudiendo por fin situarse en igualdad de condiciones con el resto de polígonos empresariales de la ciudad. A mediados de septiembre, el Ayuntamiento y la Comunidad de Propietarios del Polígono rubricaron el acuerdo que permitirá regularizar la situación de Pocomaco para que el Consistorio municipal asuma el mantenimiento y mejora de los espacios públicos del polígono, tras su cesión previa.

Esta medida supondrá, en la práctica, que el Ayuntamiento será el encargado de ejecutar los cuidados de los viales y áreas verdes de Pocomaco, un espacio que desde sus inicios fue de titularidad privada. Además, el convenio abrirá camino a la inversión pública en la zona, lo que permitiría acometer mejoras en las infraestructuras del polígono y también avances en términos de movilidad y transporte. Además, el convenio estipula que el Ayuntamiento pasará a asumir las tareas de limpieza viaria y recogida de basura en el polígono. El alumbrado público, el asfaltado y arreglo de viales, las inversiones públicas en general, los servicios de alcantarillado, la llegada del transporte público para facilitar la entrada y salida de trabajadores y clientes... Todas esas mejoras y los gastos que conllevan pasarán a recaer en el Ayuntamiento.

La alcaldesa, Inés Rey, y la presidenta de los empresarios de Pocomaco, Lucía López, refrendaron semanas atrás el acuerdo, que se ve reforzado con la addenda aprobada ya en el Pleno municipal, que estipula los plazos y compromisos pre-



La Alcaldesa de A Coruña y la Presidenta de POCOMACO durante la formalización de la rúbrica, una sesión pendiente de aprobación por la propiedad

supuestarios de ambas partes. La Comunidad de Propietarios tendrá cuatro años para ejecutar obras de mejora en los accesos peatonales y la red de iluminación de Pocomaco. Además, se prevé necesario regularizar el sistema de rejillas salvacunetas y mejoras en la red de saneamiento, dos medidas que contarán con el apoyo económico del Ayuntamiento entre los años 2026 y 2027, con una partida de un millón de euros.

En el acto de firma del convenio, López valoró el hecho de que se inicie este proceso histórico para Pocomaco, “para que, durante cuatro años, siempre y cuando los propietarios lo aprueben en asamblea general, se cumpla lo pactado en María Pita y se ejecuten las obras que se nos solicitaron para que el Ayuntamiento recepcione el polígono correctamente”. Las inversiones que ahora será necesario hacer por parte de los empresarios supondrán poder, por fin, garantizar, que una vez ejecutadas todas las obras que se realicen en el polígono en espacios públicos pasarán a ser municipales, lo que redundará en una reducción considerable de las aportaciones por parte de los propietarios y sobre todo abrirá la puerta a inversiones públicas importantes que en un parque de carácter privado no tienen encaje legal.

En marcha, más mejoras de movilidad en los accesos próximos al polígono

El plan de revitalización previsto por el Gobierno de Rey en Pocomaco va más allá del propio polígono, ya que también prevé la ejecución de mejoras de movilidad en los accesos y trayectos estratégicos para las empresas asentadas en la zona.

Es el caso, por ejemplo, de la carretera de As Rañas, a medio camino entre Pocomaco, el área comercial de Marinada City y el polígono de Agrela. En este recorrido, de uso habitual para los transportistas de carga pesada y furgonetas de reparto, se está construyendo una nueva rotonda con la que el Ayuntamiento busca reforzar la seguridad vial y mejorar la visibilidad general en la carretera que conecta O Martinete y Monte Patelo bajo la AC-14.

Las obras suponen una inversión de más de 330.000 euros, incluirán mejoras con la renovación de las luminarias y báculos que bordean la carretera de As Rañas.

El cibercrimen existe y forma parte del crimen organizado



somos **ciber**

Marcos García, de Cosnor Correduría de Seguros, junto a responsables de Cyber Ibérica, en el evento organizado en la Ciudad de las TIC

La Ciudad de las TIC en A Coruña acogió una jornada sobre riesgos cibernéticos.

Como introducción destacar que el cibercrimen es el mayor crimen que existe en el mundo y cada vez va a más y más... Si fuera una economía sería la tercera economía del mundo, detrás de la de Estados Unidos y China.

En España, durante el año 2023, se registró un ciberataque cada 39". Además no hay que perder de vista que las multinacionales del cibercrimen tienen muchos recursos económicos y mucho talento humano en el lado oscuro de internet.

Coexisten tres familias de riesgos cibernéticos: la divulgación de datos; la alteración de datos; la denegación de datos.

Qué pasa cuando nos atacan: que también coexisten consecuencias operacionales y monetarias en las empresas que hay que atender. Lo primero será resolver el incidente y después tendremos que hacer frente a las pérdidas, recuperarnos y ejecutar la responsabilidad civil que el ciberataque haya podido acarrear: multas, sanciones, reclamaciones...

Según el estudio Hiscox 2023, de entre 5.000 empresas, el 53% declara haber sufrido 1 ataque. Cada vez más esto sucede en empresas con menos de 10 empleados, con lo que España se sitúa como un lugar preferente para los cibercriminales ya que somos el país de los autónomos y pymes.

Además se corrobora que los grandes ataques sí existen: 1 de cada 8 grandes empresas sufrió pérdidas por valor de 230.000 euros o más.

El fraude es la principal amenaza y el eslabón más débil es el correo electrónico, seguido de los servidores corporativos, la nube y los móviles corporativos y personales.

Cuando sufrimos un ciberataque debemos asumir que el ataque siempre es un desenlace, que durante meses nos han estado vigilando. El cibercriminante ha estado ahí, a nuestro lado, aprendiendo de nosotros lo suficiente para cuando llegue el momento usurpar nuestra identidad.

Ante esta realidad está aumentando la inversión en seguridad y ya las empresas españolas están adquiriendo seguros ciber. En los últimos 3 años la media creció un 39%.

En este sentido, los seguros están preparados para la extorsión, el fraude financiero y la vulneración de datos.

Pero el riesgo cero no existe, porque somos humanos y ese factor humano implica que en cualquier momento abramos la puerta a un cibercriminante.

Algunos consejos básicos para autoprotegernos: no usar sistemas piratas o descatalogados; instalar todas las actualizaciones que nos llegan de seguridad en nuestros dispositivos móviles y hacerlo lo más rápido posible; hacer copias de seguridad de todo.

En definitiva, el ciberriesgo existe, todas las empresas deben tomar conciencia y aprender a protegerse. Y cuando pase el delito, saber que existe un seguro cibernético en forma de pólizas que nos ayudan a gestionar los daños de los ataques.

El fraude es la principal amenaza

Centro MANS, A Coruña
Martes 19 de Noviembre de 2024 a las 10h



Desayuno con Nextcloud Hub **¡Fomenta la colaboración en tu empresa!**

Nextcloud Hub

Es la plataforma de colaboración open source líder en Europa. En esta charla, acompañada de un desayuno, te explicaremos porqué miles de PYMES, autónomos y otras entidades la han elegido para almacenar de manera segura sus datos y mejorar su productividad y colaboración.

Además, haremos una demostración del producto y te contaremos como podemos ayudarte con su implantación en tu empresa.

Los participantes podrán acceder a un entorno de prueba exclusivo de Nextcloud Hub de manera completamente gratuita y durante dos meses.



Participación gratuita con inscripción previa (aforo limitado) en [este enlace](#).



MANS

[rcasys.com](https://www.rcasys.com)

info@rcasys.com

+34 623 47 71 67

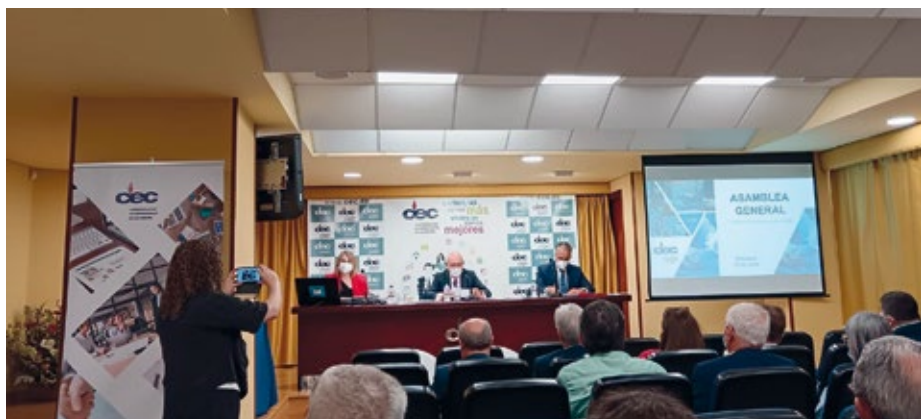
somos **actualidad**

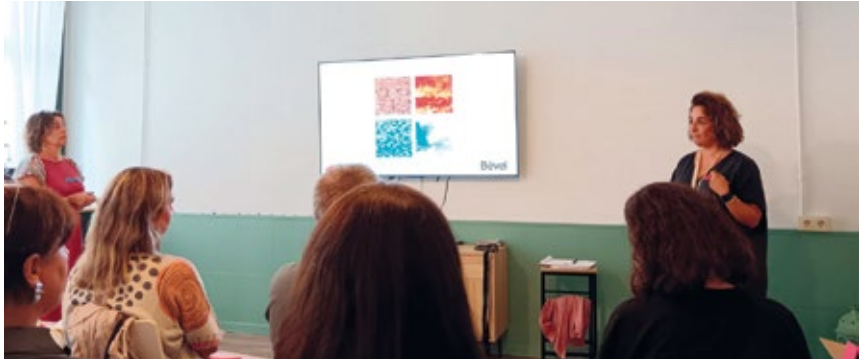
Po co ma co

está vivo

El día a día en POCOMACO pasa por acudir a las formaciones que nos hacen más eficientes y operativos, por apoyar a nuestras empresas en sus eventos corporativos, por participar junto a nuestros colaboradores en reuniones que nos atañen a todos, por estar allí donde hay que defender los intereses de todos ... en definitiva, por seguir tejiendo esa red que nos hace únicos como Polígono.

Nota: si quieres compartir fotos de tu empresa, hazlo enviándolas a comunicacion@pocomaco.com







Se estima que hasta un 35% de los contagios por gripe se produce en el lugar de trabajo

La gripe es un riesgo laboral

La gripe es una enfermedad respiratoria contagiosa que puede afectar a cualquier entorno laboral. Es responsable del 18% de las bajas laborales en general y de un tercio de los contagios en entornos de oficina.

A menudo se subestima su alcance cuando representa un riesgo laboral significativo. La Asociación Española de Medicina del Trabajo cifra que entre el 10% y el 17% de las bajas laborales anuales en España se deben a la gripe.

Esta situación conlleva la pérdida de 60 millones de horas de trabajo y 1.275 millones de euros en productividad

Es decir, que la gripe no sólo afecta a la salud de los trabajadores, sino también a la economía de las empresas.

En el plano sanitario, destacar que entre los síntomas más comunes de la gripe están la fiebre alta, tos, dolor de cabeza, garganta y muscular, cansancio, náuseas y vómitos.

Sin duda alguna, las acciones preventivas son las más razonables.

La vacunación, el uso de mascarillas, el distanciamiento social y el lavado de manos, son fundamentales para reducir el impacto de la gripe en el ámbito laboral. También el uso de desinfectante de manos puede contribuir a la reducción de los contagios.

Higiene laboral

Por supuesto, mantener el espacio de trabajo limpio y desinfectado, especialmente las áreas comunitarias, debe formar parte de la rutina diaria de las empresas.

Otra medida es garantizar que los trabajadores enfermos no acudan al trabajo y en este sentido, son muchas las empresas que se preocupan por fomentar el teletrabajo entre su personal con gripe.

La ventilación es clave. Siempre que sea posible, abrir puertas y ventanas para que el aire se renueve; con unos minutos es suficiente.

También es muy importante mantener una temperatura adecuada en nuestros lugares de trabajo: ni demasiado frío ni demasiado calor y, en todo caso, adaptar nuestra forma de vestir para evitar cambios de temperatura bruscos.

A lo largo del día nuestros móviles acumulan virus y bacterias, por lo que al igual que el lavado de manos, es aconsejable también limpiar nuestros teléfonos.

Este año desde la Consellería de Sanidade nos invitan a “arrimar el hombro” y que nos vacunemos de la gripe y de la covid 19. Podemos hacerlo hasta el 31 de diciembre que termina la campaña 2024.

Nota:

Recordar que la vacunación es la medida preventiva más efectiva para evitar la enfermedad.

Recogida **solidaria**
de alimentos durante
todo el año

OFICINA
POLIGONO DE POCOMACO



Pietro Marini, de RCA Systems

RCA Systems recomienda esta metodología de trabajo pero con seguridad

Trabajar en la nube es tener una oficina remota, accesible para todo el equipo y desde cualquier lugar

Cada vez hay más empresas grandes y pequeñas, autónomos, profesionales que apuestan por trabajar en la nube. Pietro Marini está al frente de RCA Systems, una empresa dedicada en exclusiva a servicios alrededor de Nextcloud Hub y partner oficial de Nextcloud GmbH.

P.- Pietro Marini, ¿qué es la nube?

R.- La nube se refiere a un concepto muy amplio de servicios, procesos y datos digitales que residen en ordenadores que están fuera de nuestras oficinas, típicamente en centros de datos operados por empresas externas especializadas.

P.- ¿Cómo es el servicio que ofrece RCA Systems?

R.- RCA Systems nace en octubre de 2023 para proporcionar servicios principalmente alrededor de la plataforma Nextcloud, que es una plataforma de colaboración de código abierto fundada en Alemania en 2016: Somos partners oficiales de Nextcloud GmbH y en nuestra cartera tenemos servicios de consultoría, instalación, mantenimiento, formación y también alojamiento.

En RCA Systems tenemos nuestra propios servidores alojados el centro de datos empresarial que opera R en A Coruña. Podemos

alojar Nextcloud y otros servicios par las empresas que nos hagan confianza.

P.- ¿Cuál es la diferencia, por ejemplo, con drive?

R.- La diferencia principal es que con Nextcloud vamos a tener un control de los datos más estrecho. Siempre sabremos donde están nuestros archivos y para que se usen. Y esto es muy importante para, por ejemplo, poder integrarnos con otros sistemas corporativos y también para cumplir con los reglamentos nacionales y europeos de protección de datos. Además, al ser de código abierto, implica un ahorro considerable en

costes de licencias. Nextcloud proporciona una oficina virtual de colaboración 24 horas al día ya que permite a los usuarios acceder a los archivos desde cualquier dispositivo. Por último, Nextcloud cuenta con una tienda de aplicaciones donde existen muchas opciones, muchas de ellas sin coste añadido, para enriquecer la plataforma: formularios, gestión de proyectos, videoconferencias, gestión de contactos y calendarios.

P.- ¿Y qué nos cuentas de la seguridad?

R.- Con Nextcloud podemos instalar nuestros equipos ubicados donde queramos, incluso en la propia oficina y tener allí todo el repositorio centralizado de documentos y archivos sin tener que entregar nuestros datos a empresas, típicamente gigantes americanos con políticas de privacidad poco transparentes, así perdiendo todo rastro de dónde están nuestros datos.

P.- ¿Cómo es el proceso para instalar Nextcloud?

R.- Lo primero es hacer una valoración del sistema utilizado dentro de la organización. Puede ser que no haya todavía ninguno o puede ser otra herramienta de almacenamiento y colaboración. A partir de ahí valorar cómo se usa esta herramienta. Entonces habría que

hacer un mapeo entre lo que es la necesidad y lo que es la respuesta de la aplicación. Luego, dependiendo de la complejidad, decidir si queremos un Nextcloud físicamente dentro de nuestra empresa o externalizar el servicio en la nube. Es una decisión estratégica. Nosotros acompañamos y asesoramos a nuestros clientes en los dos casos.

Es decir, el cliente decide si instalar su propio servidor o confiar en el servicio de alojamiento de Nextcloud.

Después está el servicio de soporte, cuyo coste dependerá de la cantidad de usuarios y de los componentes, pero en cualquier caso desde RCA Systems siempre estaremos presentes. Porque creemos que un seguimiento por parte de expertos, sobre todo en una fase temprana, es un aspecto clave para que la iniciativa de migración o implantación de Nextcloud dentro de la empresa tenga éxito

P.- ¿En RCA Systems hacéis demostraciones de este producto?

R.- Por supuesto, ofrecemos entornos de prueba exclusivos por un período de hasta 3 meses para poder probar el servicio de manera completamente gratuita y con acompañamiento.

P.- Cuando hablas de demostración de producto, concréteme a qué te refieres.

R.- Es uno de nuestros valores añadidos. La idea es de acompañar al cliente en toda la fase de descubrimiento y despliegue del aplicativo. Nos sentamos con el cliente, escuchamos sus exigencias y realizamos pruebas de todas las funcionalidades que ofrece la plataforma: por ejemplo cargar y descargar ficheros en la nube, abrirlos, editarlos, com-

partirlos... Es decir, acciones que realizamos en nuestro día a día.

P.- Nextcloud es un gasto o una inversión.

R.- Es una inversión. Primero porque vamos a poder, seguramente, integrar Nextcloud con otras herramientas corporativas que tengamos, ahorrando así costes de licencias de software. Gracias a una API (interfaz de programación de aplicaciones) extensa y bien documentada se puede, por ejemplo, usar Nextcloud como capa de almacenamiento seguro de los archivos creados y manejados en el CRM: fichas de clientes, presupuestos, facturas, etc..

Además cabe destacar que a largo plazo vamos a recuperar la inversión inicial, ya que evitamos una dependencia de herramientas que no protegen los datos como lo hace Nextcloud. Por último, al ser de código abierto, Nextcloud se puede también usar sin coste de licencias, con los debidos conocimientos y inversiones en el equipo técnico de operaciones.

P. Para terminar, empezar a utilizar Nextcloud, ¿es largo en el tiempo o es un proceso rápido?

R. Podemos estar hablando de unos días en el caso de optar por el Nextcloud alojado por RCA Systems o unas semanas para tener una nube privada en nuestros servidores. Estos plazos suelen ser más largos cuanto más grande sea nuestra empresa.

Más información:
RCA Systems
Tel. 623 477 167
info@rcasys.com

Cada vez hay más empresas grandes y pequeñas, autónomas, profesionales que apuestan por trabajar en la nube



RCA SYSTEMS
REMOTE COLLABORATION & ANALYTICS

Prieto Marini

Tel. + 34 623 477167

pmarini@rcasys.com

rcasys.com

CIE MANS

5ª Avenida 91, POCOMACO 15190 A Coruña - España

<https://linkedin.com/company/rcasystems>

Economía circular sin salir de Pocomaco

Además contribuyes a mejorar el mundo global

APUNTO RENTA A CAR

Alquiler de vehículos sin conductor, fundamentalmente industriales. Desde tipo berlingo a furgonetas carrozadas con plataforma elevadora. Trabajamos con empresas de Pocomaco como Hércules Curier, Tripsa, Gespronor, Pac Atlántica...

Pocomaco Quinta Avenida
Parcela E-2 | Tel. 981 901 432

AR RACKING S.A.U.

Especialistas en sistema de almacenaje. Diseñamos, fabricamos y montamos almacenes de todo tipo y dimensiones.

Pocomaco Parcela C-1
nave 4, 2o izqda | Tel. 981 975 090

CORREOS EXPRESS

Correos Express es la filial del Grupo Correos especializada en ofrecer soluciones a medida de paquetería urgente para entregas B2B y B2C a cualquier destino nacional e internacional.

Pocomaco Quinta Avenida
Parcela E-2 | Tel. 981 901 432

EMTEL

Sistemas de comunicación personalizados para empresas que buscan una red seguro y eficiente para conectar con sus delegaciones: fibra, comunicaciones unificadas, mantenimiento de telecomunicaciones, cloud, networking y seguridad informática.

Pocomaco Avda. Quinta 81
Tel. 881 557 177 / emtel.es

HOSTELERÍA SELECCIÓN - LA GRAN TIENDA DEL VINO

Disponemos de una gran oferta de vinos y destilados premium, seleccionados por un equipo de expertos profesionales, así como lotes de empresa. Servicio de asesoramiento personalizado a cargo de nuestro equipo de sumilleros. Organizamos catas, eventos privados y dinámicas de "team building" tanto en nuestras instalaciones como con desplazamiento.
Pocomaco calle 2 no 4 y 6
Tel. 981 290 988

MONTAJES ELÉCTRICOS VIZCAÍNO, S.L. (moelvi)

Instalaciones eléctricas industriales AT y BT
Instalaciones eléctricas fotovoltaicas y de recarga vehículo eléctrico
Instalaciones eléctricas de exterior: redes, alumbrados públicos, etc.

Pocomaco Avenida Segunda, 24 -
Parc. A2/8 | Tlf: 981 276 050
moelvi@moelvi.es

Tu empresa está invitada a formar parte de esta comunidad

Envíanos tu texto a comunicacion@pocomaco.com

Juntos somos más fuertes, sumamos sinergias y abrimos la puerta a nuevas oportunidades



MONTERO ASESORES S.L.

Despacho profesional que ofrece servicios de: asesoría fiscal; asesoría contable; asesoría laboral; consultoría; procesos concursales; asesoría jurídica en el ámbito tributario y mercantil.

Pocomaco Parcela D-4 no 6, 2o oficina 2 | Tel. 981 263 377

PAYDI, S.A.

Especialistas en Calendarios. Felicitaciones de Navidad solidarias. Camisetas. Agendas. Bolsas de tela y papel. Cajas. Tazas...

Pocomaco Primera Avenida 1 Parc. C-19A | Tel. 981 289 700

RCA SYSTEMS

Informática y Telecomunicaciones.

Pocomaco CIE MANS
rcasys.com | Tel. 623 477 167



ESTE ES TU ESPACIO

Si quieres participar en este espacio escríbenos:

comunicacion@pocomaco.com

ESTE ES TU ESPACIO

Si quieres participar en este espacio escríbenos:

comunicacion@pocomaco.com

OFICINA INFORMACIÓN POCOMACO

Atención, asesoramiento e información relacionada con el Polígono.

Horario de invierno: de lunes a jueves de 8'30 a 18'30 horas; viernes de 8'30 a 15'30.

Pocomaco 1a Avda., 1 Parc. C-19A
Tel. 981 294 216



José González, conselleiro de Emprego, Comercio y Emigración, fue el encargado de inaugurar el acto del XXV Premio Emprende AJE Coruña. El evento tuvo lugar en A Coruña el día 7 de noviembre.

Durante su intervención destacó el apoyo de la Xunta de Galicia a los jóvenes emprendedores. En este sentido, la futura Estratexia Mocidade Activa está dotada con 20 millones de euros, con el objetivo de retener el talento de este colectivo en la comunidad gallega.

Además destacó la vocación emprendedora de la juventud, pues las cifras de desempleados menores de 30 años son las más bajas con los datos del mes de octubre desde que hay registros, en el año 2005.

Durante la Gala de los Premios se entregaron cinco galardones: Premio iniciativa empresarial 2024 (EMSAMBLE); Premio iniciativa emprendedora 2024 (EMBERMIND); Premio Accésit a la Innovación - Nordés Club (RIGIDO); Premio Accésit a la Creación de Empleo Coca Cola (NAPLIT TM); Premio Accésit RSC - Vegalsa Eroski (PERMAE).

A la entrega del XXV Premio AJE Coruña asistieron personalidades del mundo público y privado, coruñés y gallego, en representación de distintos sectores, como el empresarial e institucional.



La Asociación Gallega de Fabricantes de Piensos construirá en el Puerto Exterior un centro de seguridad alimentaria pionero en España

El conjunto del puerto de A Coruña, especialmente la dársena exterior, es líder en el norte de España en la importación y distribución de graneles agroalimentarios

La Asociación Gallega de Fabricantes de Alimentos Compuestos (AGAFAC) construirá y gestionará en el Puerto Exterior de Punta Langosteira un centro para el control de la seguridad alimentaria que será pionero en España.

Se trata de un edificio que tendrá un total de 250 metros cuadrados, distribuidos en dos plantas, que se situará en una parcela de 550 metros cuadrados. El plazo de construcción se estima en 9 meses, por lo que podrá entrar en servicio a lo largo de 2025.

AGAFAC, a través de su sociedad de servicios Seguridad Alimentaria del Noroeste (Sanor), invertirá 500.000 euros en la construcción del nuevo centro, que sustituirá a las instalaciones que viene utilizando hasta ahora en el muelle de San Diego, en el puerto interior de A Coruña.

En Punta Langosteira, se ubicará al lado del Puesto de Inspección Fronterizo (PIF) que utiliza la Administración del Estado para controlar también los productos destinados a la alimentación animal.

Según indican fuentes de AGAFAC, con la construcción del nuevo edificio en el Puerto Exterior, Galicia se pone a la vanguardia del control de piensos en España y en Europa, siendo el primer centro corporativo privado y sectorial dedicado al control de la seguridad alimentaria en los piensos de animales cuya carne, huevos, leche y otros productos acaban llegando a los supermercados y todo el comercio de alimentación.

AGAFAC es una organización profesional, de carácter sectorial y de ámbito autonómico, constituida por un total de 25 empresas que representan a 36 fábricas y aproximadamente a un 85%



del total de toneladas producidas en Galicia. Mediante su sistema Galis (Galicia Alimentos Seguros), recoge muestras de forma sistemática en las descargas de buques, almacenes portuarios y fábricas para ser analizadas por una red de laboratorios acreditados, con el fin de controlar y garantizar el cumplimiento de todos los estándares de calidad de los productos, con niveles incluso superiores a la normativa española y europea.

Este sistema está implantado en más de 55 fábricas de pienso de Galicia, que representan el 96% de la producción de piensos gallega, el 100% de los almacenistas y el 85% de los importadores y proveedores de materias primas. Además, está siendo solicitado también por industrias de Asturias, Cantabria y el norte de Portugal.

El centro de Punta Langosteira incorporará un tomamuestras automático y un laboratorio de análisis rápido, que permitirá prever y adelantarse al máximo los controles con el objetivo de poder cortar un posible riesgo alimentario en las etapas más tempranas y por ello menos

peligrosas para la cadena alimentaria.

La Asociación Gallega de Fabricantes subraya que ha elegido el Puerto Exterior de A Coruña como sede de su nuevo centro corporativo por ser el puerto con mayor proyección en el ámbito de los graneles agroalimentarios.

De hecho, el 70% de las materias primas que se importan en Galicia con destino a la alimentación animal llega a través de las instalaciones del puerto de A Coruña, principalmente por el Puerto Exterior, que se ha situado como el primero del norte de España en este sector estratégico para Galicia.

El conjunto del puerto de A Coruña canaliza anualmente alrededor de 3 millones de toneladas de cereales y otros graneles agroalimentarios que se utilizan como materia prima para la alimentación animal. Los principales productos son maíz, harinas, cebada y trigo.

POCOMACO

S O M O S P I O N E R O S



Sigue todos nuestros
PODCASTS



ESCANÉAME
No te pierdas ninguno



www.pocomaco.com



La región lumbar del cuerpo humano sostiene la mayor parte de nuestro peso. La lumbalgia es un dolor en la parte baja de la espalda, causado por una serie de alteraciones de las diferentes estructuras que forman la columna vertebral a ese nivel: ligamentos, músculos, discos intervertebrales y vértebras.

Este dolor se define como agudo si dura poco tiempo, de unos días a pocas semanas; o crónico si se prolonga durante más de tres meses.

Son muy pocos los casos en los que se encuentra una causa exacta para el dolor lumbar y a pesar de que se trata de un episodio doloroso, la mayoría de los pacientes no suele presentar un problema grave que lo provoque.

Según han demostrado algunos estudios, un número importante de personas padece a lo largo de su vida uno o varios episodios de lumbalgia, sin que ello llegue a limitar seriamente sus actividades cotidianas o su vida laboral.

Así mismo, existen factores que aumentan el riesgo de sufrir dolor de espalda como, por ejemplo, una mala forma física, trabajos que supongan una sobrecarga de la zona lumbar, largos periodos en los que sea necesario permanecer sentado o de pie, tensión emocional e inactividad física prolongada.

Normalmente, el dolor suele desaparecer sin tratamiento al cabo de unos días. Sin embargo, es preciso consultar al médico en las siguientes

La lumbalgia constituye una de las causas más habituales de absentismo laboral

situaciones: si los síntomas son severos y se acompañan de fiebre, dificultad para controlar la orina o las heces, o si se manifiesta una marcada debilidad en una pierna; si las molestias impiden realizar las actividades cotidianas; si el cuadro doloroso persiste.

La lumbalgia ha alcanzado proporciones de problema sanitario de primer orden en los países industrializados, en los que constituye una de las causas más habituales de absentismo laboral y de gasto sociosanitario.

Un 5% de los españoles, sobre todo entre los 30 y 50 años, sufre esta patología cada año. Y a lo largo de su vida, entre un 60% y 80% de la población experimentará molestias en la zona baja de la columna vertebral.

Investigaciones han destapado los falsos mitos que rodean el tratamiento del dolor lumbar, la enfermedad más común que se consulta en los centros de salud después de las afecciones respiratorias. El calor no ha demostrado mejorar la sintomatología, así como tampoco el uso de fajas y corsés lumbares.

A la vista de las nuevas evidencias científicas, el mejor consejo si se sufre un nuevo ataque lumbar es recuperar cuanto antes la actividad habitual y retornar al trabajo en la medida de lo posible, aunque persista el dolor.

En la mayoría de los casos, es suficiente con unos analgésicos para aliviar la molestia, ya que el proceso tiende a resolverse por sí sólo en unos días. No obstante, hasta un 40% de los pacientes experimenta recaídas, con cortos episodios de dolor agudo que se repiten sucesivamente tras un periodo, más o menos prolongado, libre de síntomas (dolor lumbar agudo recurrente).

Sólo entre un 5% y un 10% de los afectados acaba sufriendo una lumbalgia crónica, así considerada cuando la sintomatología persiste de manera continua durante más de tres meses.

Son estos pacientes con ataques repetidos y molestias crónicas los que presentan mayores problemas y menos satisfechos están con el tratamiento.

Esta situación podría mejorar, en gran medida, con una adecuada información al paciente. La palabra es una poderosa arma terapéutica que contribuye a reducir la ansiedad y ayuda al afectado a asumir mejor su enfermedad, reduce el consumo injustificado de recursos sanitarios,

puede evitar que el paciente magnifique el problema y prevenir que el proceso se haga crónico y la incapacidad subsiguiente.

Sin embargo, y a pesar de que en general el pronóstico de la lumbalgia aguda es bueno, después de dos meses de tratamiento el 37% de los pacientes sigue con dolor y aproximadamente el 10% no mejora o empeora. De los pacientes a los que se les da la baja laboral, el 79,1% sigue de baja 14 días después y el 27,2% a los 2 meses. Teniendo en cuenta que a los 14 días del inicio del dolor de espalda, éste se convierte en subagudo y aumenta el riesgo de que se cronifique, es importante derivar a los pacientes a los tratamientos que han demostrado ser eficaces en esa fase.

Los resultados del primer estudio que evalúa cómo tratan los médicos de atención primaria de nuestro país a los pacientes con dolor de espalda y qué factores determinan sus decisiones demuestran que los criterios que siguen estos profesionales están científicamente fundamentados y son acordes a las recomendaciones de la comunidad científica internacional.

Ejercicio físico

Salvo en los primeros días de un episodio agudo, la práctica regular de ejercicio físico es una de las mejores medidas terapéuticas y tiene un importante papel preventivo. A los 7 o 10 días, cuando el dolor intenso haya cedido, el paciente ya puede realizar ejercicios. Se puede empezar a caminar y/o a nadar durante tiempos muy cortos (tres o cinco minutos por sesión) para ir aumentando progresivamente hasta llegar a los 20 o 30 minutos diarios, tres veces por semana.

Si es necesario, se puede recurrir al uso de analgésicos para reducir posibles molestias. En la lumbalgia aguda no se aconseja realizar ejercicios específicos de espalda. La actividad física aeróbica (caminar, correr, bicicleta, natación) y los ejercicios de columna realizados de forma regular protegen frente a las recaídas y disminuyen la intensidad de los nuevos episodios de dolor.

Igualmente son beneficiosos en los casos de lumbalgia crónica. Son particularmente recomendables los estiramientos y los movimientos para potenciar la musculatura flexora, extensora, abdominal y pélvica.

En los casos crónicos, pueden ser apropiados los programas de restauración funcional, que combinan los ejercicios supervisados, la educación postural y técnicas cognitivas-conductuales para modificar el comportamiento frente al dolor. Existen evidencias de que los pacientes que acuden a estos centros visitan menos al médico y reducen el consumo de fármacos, aunque no es realista esperar un alivio completo del dolor.

Tratamiento psicológico

Cada vez cobra mayor fuerza el papel de los factores no orgánicos en la presentación del dolor lumbar, sobre todo en el crónico. El perfil psicológico del paciente y su entorno laboral, sin olvidar la satisfacción en el trabajo, predicen el curso clínico y son determinantes críticos del mantenimiento de la discapacidad.

Algunos estudios sugieren que la terapia psicológica puede ayudar a aprender a convivir mejor con el dolor crónico.

¿Qué debemos hacer para prevenir la lumbalgia?

Controlar las actividades que impliquen sobrecarga lumbar. Si tenemos en cuenta que los peores enemigos de la espalda son las malas posturas y la falta de ejercicio, es posible evitar o minimizar el dolor lumbar siguiendo las siguientes recomendaciones:

- Al levantar objetos pesados, mantener éstos cerca del cuerpo y procurar estar en posición frontal. No es bueno inclinarse o estirar los brazos para alcanzar las cosas.
- Evitar el sobrepeso.
- No permanecer mucho tiempo sentado o de pie. Procurar realizar cada dos horas ejercicios de estiramiento de la musculatura lumbar. Por ejemplo, en posición de pie, inclinarse hacia adelante y hacia detrás.
- Utilizar calzado cómodo y con poco tacón.
- Ajustar la mesa de trabajo a la altura adecuada a la propia estatura.
- Sentarse en sillas que apoyen la parte baja de la espalda y permitan inclinarse, es decir seguir los principios de la ergonomía.
- Si se tiene que permanecer sentado mucho tiempo, colocar los pies en un banquito, o hacer pausas, y caminar unos minutos y luego continuar con la actividad laboral.
- Si es necesario estar de pie, apoyar uno de los pies sobre un banquito bajo.
- Si debe conducir un vehículo durante muchas horas, colocar una almohada o una toalla enrollada en la parte baja (curva) de la espalda.
- En la cama, colocarse boca arriba con una almohada debajo de la espalda, o dormir de lado con las rodillas flexionadas y una almohada entre ellas.
- Nadar, practicar el ciclismo en una bicicleta estática o caminar distancias cortas son las actividades muy beneficiosas para la columna.

Agencia de Colocación

Centro autorizado para ejercer como Agencia de Colocación para la inserción laboral, de personas en riesgo de exclusión

Funciones:

- Elaborar diagnósticos individualizados sobre el perfil, las necesidades y las expectativas de las personas demandantes de empleo
- Diseñar y elaborar itinerarios individuales y personalizados con el fin de mejorar la empleabilidad; información y orientación laboral, y labores de prospección e intermediación
- Facilitar a las personas demandantes de empleo las herramientas necesarias para acceder al mercado laboral
- Actuar como intermediario entre demandantes de empleo y sus posibles empleadores



Centro de Formación y Empleo Violetas
C/ Violetas n.º 4- Barrio de las Flores
15008 A Coruña

Horario de atención: de 9.00 a 14.00 con cita previa,
solicitar en el correo empleo.cicoruna@caritas-santiago.org,
o llamando al 981 28 79 90

Centro de Formación y Empleo Violetas: una segunda oportunidad

El Centro Violetas es un Centro autorizado para ejercer como Agencia de Colocación para la inserción laboral de personas en riesgo de exclusión. Acoge además los servicios de empleo y formación de Cáritas diocesana- interparroquial de A Coruña

Entre sus funciones están: elaborar diagnósticos individuales de las personas demandantes de empleo; diseñar itinerarios personalizados para su empleabilidad; facilitar las herramientas necesarias para acceder al mercado laboral, etc.

El objetivo es que las personas en situación de desempleo y vulnerabilidad social tengan nuevas oportunidades de formación y empleo. La clave es la solidaridad, ese valor personal que supone la capacidad que tienen los miembros que pertenecen a una comunidad de actuar como un todo.

Este valor se basa en el respeto y la empatía que nos conduce a comprender que el otro necesita de nuestra colaboración o apoyo.

El Centro Violetas imparte una serie de cursos y cabe destacar: mozos de almacén y carretilleros; operador de vehículos y manejo de maquinaria de construcción; atención socio sanitaria a personas dependientes; operarios de limpieza; fontanería; camareros y ayudantes de cocina; dependientes; reformas de interiores y revestimientos; operaciones básicas de cocina, limpiezas, etc.

Prácticas no laborales en empresas

Además las acciones de capacitación profesional incluyen la realización de prácticas no laborales en empresas.

Estas prácticas suponen una oportunidad para que los participantes puedan completar su formación en centros de trabajo reales, y así optar a una contratación laboral, después de que se compruebe in situ sus actitudes y aptitudes.

También, desde el Centro Violetas se trabaja para la mejora de las competencias prelaborales y sociales de todas las personas que precisen formación específica de apoyo en su itinerario de empleabilidad.

Entre las empresas y entidades que colaboran con el Centro Violetas están Ferrovial, la Fundación Naturgy, Appedo, Coruña Empleo, Pocomaco, Soldeo, Gadis, Alcampo, 4 Caminos...

Las instalaciones están preparadas para dar formación in situ para los talleres de reformas y revestimientos, carpintería, atención sociosanitaria, cocina...

Los datos de 2023 reflejan: 14 acciones formativas impartidas; 683 personas demandantes o inscritas en cursos o programas; 235 participantes en acciones formativas y talleres (132 mujeres y 103 hombres); y 92 personas que realizaron prácticas en empresas.

En cuanto a los datos de la agencia de colocación encontraron trabajo 52 hombres y 68 mujeres.



somos empleo



El impacto económico de los cruceros en A Coruña y el área metropolitana alcanza los 30 millones de euros anuales

***El Puerto de A Coruña
batirá en 2025 su récord
de cruceristas por cuarto
año consecutivo, con más
de 400.000 turistas***

somos **oportunidades**



El Puerto de A Coruña sigue consolidando su excelente posición en el tráfico de cruceros y ha cerrado para 2025 más de 170 escalas que supondrán la llegada de más de 400.000 turistas y 150.000 tripulantes, por lo que batirá su propio récord por cuarto año consecutivo.

La Autoridad Portuaria participó en Málaga en la Seatrade Med, la principal convención del sector a nivel europeo, junto a los responsables de Puertos del Estado y del resto de entes portuarios españoles.

La cita reunió a 180 expositores y más de 2.000 profesionales de 80 países, que abordaron la situación del tráfico de cruceros a nivel mundial, con especial atención a la sostenibilidad social, económica y ambiental de esta industria que atraviesa un momento de expansión a nivel global.

Los representantes del puerto coruñés man-

En 2025 habrá 73 escalas múltiples, entre ellas 5 triples y un día en el que coincidirán 5 buques en la ciudad

tuvieron diferentes reuniones con navieras y agentes del sector, y confirmaron las más de 170 escalas para 2025, constatando que el destino A Coruña mantiene una alta valoración y atractivo para el tráfico de cruceros, por la oferta de la ciudad y la atención que se presta a los buques y los viajeros.

Se prevé cerrar 2024 con más de 160 buques y más de 370.000 pasajeros, lo que supondrá rebasar el número de cruceristas por tercer

año consecutivo. Por lo tanto, si se cumple la agenda concertada para 2025, se superará el récord por cuarta ocasión.

En el calendario de 2025 figuran nuevamente barcos de prácticamente todas las navieras que operan a nivel internacional.

Se anuncian 73 días con escalas múltiples, entre ellas cinco escalas triples y un día, el 22 de abril, en el que coincidirán 5 buques en el puerto, que obligarán a desplegar un operativo especial al estar distribuidos en diferentes muelles de la ciudad.

El puerto de A Coruña se reafirma así como líder de este sector en toda la cornisa cántabro-atlántica, desde Lisboa hasta el norte de Francia.

El impacto económico de los cruceros se estima en más de 30 millones de euros anuales, sumando el gasto directo que realizan los turistas y los tripulantes y toda la repercusión en las empresas de hostelería, comercio, lugares de interés, servicios turísticos, transporte, empresas de servicios portuarios, suministros, etcétera, tanto en la ciudad como en el área metropolitana.

Este impacto será mayor en los próximos años si se confirman las previsiones de crecimiento.

Uno de los objetivos de la Autoridad Portuaria es proseguir con el proceso para instalar el sistema de suministro eléctrico a los buques, lo que les permitirá apagar sus motores auxiliares durante su estancia en el puerto.

Para ello, se mantuvieron contactos con otros puertos y empresas especializadas, de cara a conocer los modelos de suministro que se están implantando en Europa.

Entre los objetivos del Puerto figura la instalación del sistema de suministro eléctrico a los barcos

La Consellería de Política Social e Igualdad de la Xunta de Galicia y la Universidade da Coruña colaboran en un programa, financiado por Fondos Europeos, pionero en la atención terapéutica a menores en riesgo o desamparo

La Unidad de Investigación en Intervención y Cuidado Familiar (UIICF) de la Universidade da Coruña (UDC), bajo la dirección del profesor, Valentín Escudero, es la encargada del 'Programa de Evaluación y Tratamiento Terapéutico de Menores en Situación de Riesgo y Desamparo'.

Esta iniciativa está cofinanciada por el Fondo Social Europeo Plus, en el marco del Programa FSE+ Galicia 2021-2027, y por la Consellería de Política Social e Igualdad de la Xunta de Galicia y cuenta con un presupuesto de casi 2 millones de euros para el período 2023-2026.

Este programa, pionero en España, nació en el año 2012 para darle una oportunidad a los menores que se encuentran en el contexto de Protección a la Infancia a recibir atención terapéutica personalizada. En ese origen, hace más de una década, se puso en marcha un modelo de tratamiento innovador basado en una conceptualización familiar y sistémica de las dificultades que sufren los menores que requieren intervenciones del sistema de protección a la infancia. La idea era crear una red de equipos en toda Galicia que tuviesen una disponibilidad alta para intervenciones de crisis y también para continuar los tratamientos con un nivel de intensidad adecuado; el modelo se caracteriza por conseguir una colaboración estrecha y genuina del menor, de su familia, y del sistema socio-educativo.

Desde su inicio, el Programa dota a Galicia de un servicio especializado y de calidad para las personas menores amparadas por el Servicio de Protección de Menores en Galicia. Se atienden con inmediatez los desajustes emocionales y conductuales originados o derivados de situaciones extremadamente complicadas de desprotección o maltrato, adversidades asociadas a la separación de su familia, dificultades en la convivencia dentro de su familia de origen, etc.

El éxito de esta iniciativa, que en el año 2023 consiguió estabilizarse y optimizarse gracias a los Fondos Europeos, se asienta en haber desarrollado una red de atención especializada, formada por nueve dispositivos distribuidos por toda Galicia (A Coruña, Ferrol, Lugo, Santiago, Ourense, Pontevedra, y Vigo) y 26 profesionales de las áreas de psicología clínica, terapia familiar, y psicoterapia infantil y adolescente.

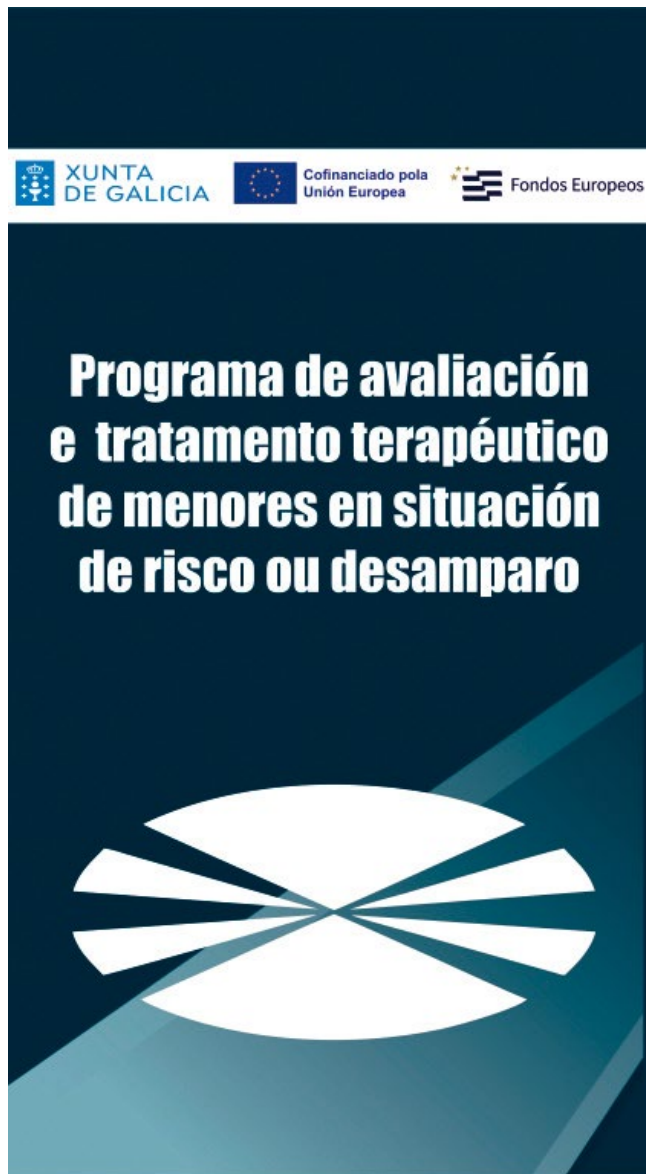
Esta red, bajo la dirección científica y técnica de la UIICF, integra recursos públicos (equipo de la Universidade de A Coruña y de la Universidade de Santiago, con la colaboración de profesionales del Sergas), junto con gabinetes privados que cumplen unos requisitos de excelencia (tanto en su personal como en su trayectoria profesional).

Escudero, director del programa, destaca que: "El modelo de tratamiento común, trabajo en equipo, supervisión clínica e investigación, son, sin duda, los mecanismos que permiten homogeneizar y mantener la calidad del tratamiento; gracias a ese modelo de intervención se ha conseguido un nivel de atención que está a la cabeza de los estándares europeos".

Más de 800 tratamientos realizados desde 2023

Desde el origen del Programa en 2012 se han tratado una media de 250 casos anuales, procedentes de las cuatro provincias gallegas. Y desde la incorporación de Fondos Europeos en 2023, la atención del programa ha superado los 450 casos al año, lo que supone doblar la capacidad de atención del programa.

En la actualidad, el programa encara un nuevo objetivo consistente en valorar a medio y largo plazo la adaptación social, familiar, laboral y psicológica de los menores atendidos en el programa. Los datos cualitativos que se han recogido son muy optimistas, pero en los próximos años se pretende estudiar esto con más profundidad y aportando evidencias cuantitativas.



Fundación
UNIVERSIDADE DA CORUÑA

Más de 800 menores han recibido tratamiento a través del programa desde su inicio en abril del 2023 mediante un concierto social entre Xunta y UDC

La ayuda asciende a más de un millón de euros

La Xunta aprobará una línea nueva de ayudas para fomentar la seguridad industrial en los polígonos empresariales



La conselleira de Economía e Industria, María Jesús Lorenzana, en la clausura del Congreso Anual de Seguridade Industrial

Estos apoyos están dirigidos a asociaciones y organizaciones empresariales para la conservación y gestión de patrimonios empresariales, para la instalación en estos ámbitos de sistemas de seguridad y vigilancia o equipos de protección contra incendios, entre otros.

La conselleira de Economía e Industria, María Jesús Lorenzana, anunció el 7 de noviembre que la Xunta de Galicia aprobará el próximo año una nueva línea de ayudas de más de 1 millón de euros para fomentar la seguridad industrial en polígonos empresariales.

Así lo adelantó durante la clausura del Congreso Anual de Seguridad Industrial, donde precisó que estos apoyos están dirigidos a asociaciones de empresarios y entidades de conservación y gestión de polígonos empresariales, para la instalación en estos espacios de sistemas de seguridad y vigilancia o equipos comunes de protección contra incendios, entre otros.

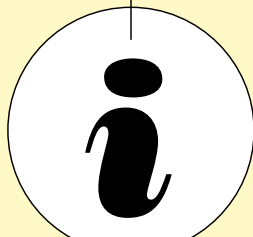
Lorenzana señaló que este año el Gobierno gallego aprobó un programa extraordinario que incluye medidas como el Plan de Inspección 2024, que establece más de 1.400 controles en instalaciones sujetas a normas de seguridad (instalaciones eléctricas, ascensores, estaciones de servicio o instalaciones térmicas en edificios, entre otros); empresas instaladoras o mantenedoras; accidentes graves y empresas de bronceado.

También se ha puesto en marcha un Plan Extraordinario de Inspecciones (con 230 inspecciones) que refuerza el plan anual y está enfocado a hoteles, centros comerciales, grandes auditorios, espacios polivalentes, guarderías, salones de fiesta y discotecas; así como instalaciones con equipos de presión, autoconsumo o refrigeración, así como parques eólicos con certificado de puesta en servicio.

La Industria en el centro de la estrategia económica de la Xunta de Galicia

La Conselleira destacó que el Gobierno de la Xunta está poniendo la industria en el centro de su estrategia económica y, en este sentido, consideró clave que este esfuerzo vaya acompañado de una sensibilización en la seguridad industrial, por lo que agradeció la colaboración brindada por el Colegio Oficial de Ingenieros Industriales de Galicia

Aseguró, así, que se incardina la nueva línea de ayudas para inmuebles empresariales dentro de la política de acceso al suelo de la administración regional para promover la Crecimiento industrial y atracción de empresas. Y, en este contexto, se refirió al Índice de Producción Industrial (IPI) correspondiente al mes de noviembre, que sube en Galicia se sitúa un 1,5% por encima de la media y consolida la línea de crecimiento anual (1,9%).



Selección de Ayudas

AYUDAS PARA INFRAESTRUCTURAS DE ALMACENAMIENTO ENERGÉTICO

La Xunta de Galicia convoca ayudas para infraestructuras de almacenamiento energético para empresas y autónomos. El presupuesto, con cargo a los fondos FEDER, asciende a las 2'5 millones de euros. La cuantía máxima por ayuda es de 500.000 euros.

Convocatoria abierta de la consellería de Economía e Industria. Publicada en DOG 9 de septiembre.

KIT CONSULTING

Programa de ayudas del Gobierno de España que permite a pymes diseñar la hoja de ruta para su transformación digital con asesores especializados. Más información en asesores habilitados para el KIT.

ACUERDO ESPECIAL IBERIK HOTELES

Hasta el 31 de diciembre de 2024, en el Gran Balneario de Guitiriz, alojamiento y desayuno, con un 15% de descuento para empresas de Pocomaco.

REACCIONA 2024

El IGAPE ofrece análisis de potencial competitivo (IG285). Planificación estratégica, toma de decisiones, identificación de nuevos mercados-productos y servicios, tecnología necesaria...Hasta el 15 e abril a las 14 horas. Concurrencia no competitiva.

PRÉSTAMOS DIRECTOS DEL IGAPE PARA LA FINANCIACIÓN EMPRESARIAL EN GALICIA

Esta ayuda la puede solicitar cualquier empresa hasta el 29 de noviembre de 2024. El código de procedimiento es IG408B

NOVACIONES DE DEUDA

La consellería de Economía e Industria facilita la recuperación de los importes debidos por préstamos, mediante la novación de las deudas, con el fin de ajustar el calendario de reintegro a la capacidad de reembolso.

El código del procedimiento es IG534D. Convocatoria abierta en IGAPE hasta el 30 de diciembre de 2024.

LÍNEAS ICO NACIONAL E INTERNACIONAL

El Instituto de Crédito oficial trabaja para la promoción de actividades económicas que impulsen el crecimiento económico sostenible y generen empleo. www.ico.es

KIT DIGITAL 2024

La implantación de soluciones nuevas de Digitalización para personas autónomas, micropymes y pequeñas empresas. Ahora incluye también ayudas para la compra de ordenadores para personas autónomas y algún tipo de microempresas.

REDUCCIONES Y BONIFICACIONES A LA SEGURIDAD SOCIAL

Para trabajadores que se encuentren en baja por maternidad, paternidad, adopción, guarda con fines de adopción, acogimiento, riesgo durante el embarazo o lactancia. Esta bonificación es durante el período de descanso.

TRABAJADORES AUTÓNOMOS DE EMPRESAS EMERGENTES EN SITUACIÓN DE PLURIACTIVIDAD

Trabajadores autónomos por poseer el control efectivo, directo o indirecto, de una empresa emergente regulada en la Ley 28/2022, de 21 de diciembre, de fomento

del ecosistema de las empresas emergentes, y que, de forma simultánea, trabajen por cuenta ajena para otro empleador.

La cuantía de la bonificación es del cien por cien de la cuota correspondiente a la base mínima establecida con carácter general, en cada momento, en el citado régimen especial durante los tres primeros años.

La duración es de forma continuada en tanto persista la situación de pluriactividad y, como máximo, durante los tres primeros años, a contar desde la fecha del alta que se produzca como consecuencia del inicio de la actividad autónoma por la dedicación a la empresa emergente.

La bonificación se extinguirá, en todo caso, en el momento en que cese la situación de pluriactividad, no pudiendo reiniciarse posteriormente su aplicación en el supuesto de que se produzca una nueva situación de pluriactividad.

IG296 - AYUDAS A STARTUPS 2024

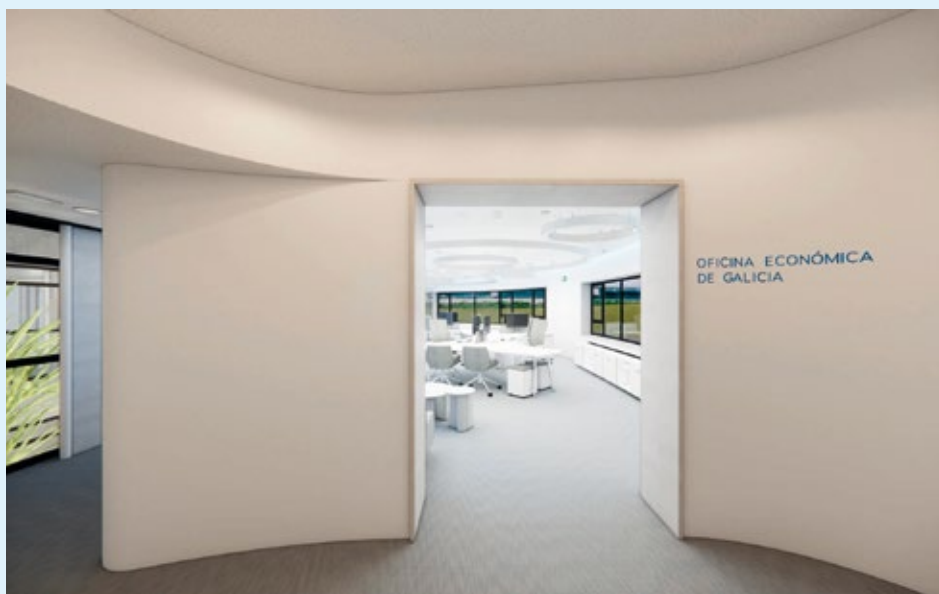
Fomentar la actividad de las startups gallegas o con un centro de trabajo en Galicia subvencionando los gastos e inversiones desde el 1 de enero de 2024 hasta la fecha de la solicitud de la ayuda.

IMPORTANTE

Definición de microempresas, pequeñas y medianas empresas (pymes) que rigen a partir del 1 de enero de 2025

Resolución del 27 de diciembre de 2004 (DOG N°11 - 18/01/05) - Resolución por la que se hace pública la nueva definición de microempresas, pequeñas y medianas empresas que, en cumplimiento de la Recomendación de la Comisión Europea del 6 de mayo de 2003, registrarán a partir del 1 de enero de 2005 en los programas y convocatorias del IGAPE.

somos **eficaces**



Oficina Económica de Galicia: menos burocracia, máis facilidades

A nova área xa asesora a máis de 9.500 empresas e persoas emprendedoras ou autónomas para facilitar os seus investimentos e axilizar os seus trámites burocráticos



Apoio internacional

Neste contexto, e de cara a reforzar a captación e atracción de investimentos e facilitar a implantación de empresas de fóra da comunidade en Galicia, a oficina dispón do apoio directo da rede de antenas do Igape no exterior, con presenza en China, Estados Unidos, Marrocos, México, Emiratos Árabes Unidos e Xapón.

Cómpre lembrar que estas antenas actúan sobre o terreo nos diferentes países achegando ao tecido empresarial galego información sobre estes mercados e acompañando ás compañías nos distintos proxectos de internacionalización.

Atraer capital

A atracción de capital a Galicia é outra das tarefas desta área que traballa en coordinación con todos os departamentos e administracións que poidan ofrecer unha solución a empresas e emprendedores. É dicir, a Oficina Económica ofrece información, non só da Administración galega, senón tamén do Estado ou da Unión Europea.

A posta en funcionamento da Oficina Económica de Galicia veu acompañada doutras iniciativas que buscan axilizar a tramitación administrativa.

Entre elas, a activación da gratuidade durante os oito primeiros anos do dereito de superficie nas parcelas de natureza empresarial titularidade da Xunta de Galicia a través da Sociedade de Xestión do Solo de Galicia (Xestur).

Isto quere dicir o Goberno galego pon á disposición do empresariado galego máis de medio millón de metros cadrados de solo industrial gratuíto durante os primeiros oito anos.

Con estas medidas, entre outras, o Goberno galego pretende converter Galicia nun polo de atracción empresarial na Península e nunha Comunidade atractiva tanto para as empresas que xa están instaladas como para os novos investimentos.

Oficina Económica de Galicia

“Conseguimos solo
e financiamento
de maneira
extraordinariamente
áxil”

Ana Caamaño Vara
Directora Xeral de Inproteins.

DESBUROCRATIZADA

Entra en oficinaeconomicagalicia.xunta.gal
ou envía un correo a
oficinaeconomicagalicia@xunta.gal



XUNTA
DE GALICIA