

REVISTA DE LOS SOCIOS DE GAS BARBASTRO NÚMERO 65 • DICIEMBRE 2023

iFeliz Mavidad y Año Muevo 2024!

SUMARIO

- Consejo Rector
- Editorial
- Asamblea General de Socios
- Pintado de los tanques de la planta de gas
- Algunos hitos para recordar
- Comunidad solar, una de cal y otra de arena
- La IA y el futuro de la música



CONSEJO RECTOR



Presidente

Eduardo Puente Güetas

Vicepresidente

Martín Solano Escudero

Tesorero

Ignacio López Burrel

Secretario

Ernesto Sarrablo Cuello

Vocales

Rita Piedrafita Tremosa Ana Villegas Puyal Serafín Ferrer Vila Andrés Santolaria Bernad Félix Arnal Sampietro Emilio Rabal Clemente Joaquín Gracia López Diego Ramón Soto Jiménez

Interventores

Juan José Cuenca Citoler Guillermo Revilla Mora Miguel Ángel Subirá Fumanal

EDITORIAL

GAS BARBASTRO

Eduardo Puente Güetas

Está pasando muy rápido este año 2023, un año marcado por esos dos conflictos bélicos cercanos, con multitud de víctimas de personas inocentes, cuya única culpa es la de vivir en unos países en los que dirigentes sin escrúpulos deciden arreglar sus discrepancias con una cruenta guerra.

Y, ya en nuestro país, este año pasará a la historia por unas elecciones muy complejas que nos están marcando un incierto futuro.

A pesar de todo, en Gas Barbastro nos queremos llenar de optimismo, y esperar con impaciencia estas fiestas navideñas que se avecinan, que son unos días marcados por los deseos de paz, felicidad y alegría familiar.

Por ello, toda la plantilla de trabajadores y miembros de la junta de nuestra Cooperativa, queremos desearos una Feliz Navidad, y el anhelo de que el año 2024 sea un año distinto, cargado de paz y bienestar para todos.

Feliz Navidad y Próspero 2024





EDITA: Gas Barbastro Sociedad Cooperativa C/ Alquézar, 4 22300 BARBASTRO T. 974 313 373

Emergencias: 629 737 109



ASAMBLEA GENERAL DE SOCIOS

08/06/2023

Celebramos el acto de confraternización entre socios en la terraza de nuestra sede social, con un ligero picoteo y un poco de vino. Este año, por primera vez, el acto fue amenizado por el grupo musical local "Acento".

Tal como estaba convocada, el pasado día 8 de junio celebramos la Asamblea General de Socios a la que todos fuisteis oportunamente convocados. Se desarrolló con normalidad, como viene siendo habitual en este acto que cada año realizamos en nuestra cooperativa.

Se llevó a cabo en segunda convocatoria con la asistencia de 152 socios, más 14 que fueron representados y uno más que excusó su asistencia. Nuestro agradecimiento a todos vosotros por vuestra asistencia, y también a los que no pudisteis acudir, por seguir confiando

en Gas Barbastro. Los asistentes recibieron el incentivo habitual de la botella de aceite conmemorativa del acto.

Finalizada la asamblea celebramos el acto de confraternización entre socios en la terraza de nuestra sede social, con un ligero picoteo y un poco de vino. Este año, por primera vez, el acto fue amenizado por el grupo musical local "Acento". Pasamos un rato muy agradable, no faltaron las risas y los abrazos y algunos hasta se animaron a bailar. Lástima que te lo perdieras...



Como todos sabéis, en nuestro centro de almacenamiento y distribución de gas propano disponemos de cuatro tanques (para eso os hemos inundado de fotos cada revista). Dos de ellos son de 115 m³ y los otros dos de 66 m³. Se han ido instalando uno a uno a lo largo de los años satisfaciendo las necesidades de la cooperativa. Han ido aumentando al ritmo que lo ha requerido el número de socios y, por lo tanto, de instalaciones a suministrar.

El primero de ellos, uno de los dos más grandes, se instaló en el año 1987 al construir la planta. Vino de una planta de Repsol de Mos, provincia de Pontevedra. Sí, de segunda mano y cedido por Repsol. Su puesta en marcha en nuestra instalación se realizó el 11 de junio de 1987, pero su fecha de fabricación es del 21 de octubre de 1963.

El segundo, de las mismas dimensiones y también usado y cedido por Repsol en una planta de Vic, provincia de Barcelona, se puso en servicio el 9 de febrero de 1990. Su fecha de fabricación es del 29 de diciembre de 1962.

Ambos fueron comprados posteriormente a Repsol para tenerlos en propiedad.

Los otros dos, de menor capacidad y fabricación aragonesa, de talleres Lapesa de Zaragoza, fueron comprados nuevos e instalados en los años 1995 y 1996. Del primero de ellos, el tercero que se instaló en nuestra planta, como curiosidad, hay que decir que intentó quedarse en Angüés, no por decisión propia si no por lo mal sujeto que iba al camión que lo transportaba, del que se cayó a la entrada de Angüés después de aquellas curvas que los más mayores aún recordaréis (la foto de abajo a la derecha da testimonio de este hecho).

Durante todo este tiempo se han ido manteniendo y repintando, pero había llegado el momento de realizar un lavado de cara a fondo y así se ha hecho este año con los dos primeros. Hemos seguido el mismo proceso que se hace cuando se pintan por primera vez en fábrica, aunque en nuestro caso ha sido algo más trabajoso ya que, en lugar de partir de la chapa desnuda, se ha partido de los tanques con un buen número de capas de pintura acumuladas a lo largo de los años.

Tras el vaciado completo, para poder realizar el trabajo se comenzó con un chorreado de arena (silicato de aluminio) que los dejó "en carne viva", la chapa limpia, tal como salió en su día del proceso de laminado. Tras esto se aplicaron dos capas de imprimación y otras dos de pintura que los han dejado como nuevos. Este proceso que os hemos contado en unas pocas líneas supuso trece días de trabajo de dos personas.



ALGUNOS HITOS PARA RECORDAR









En el año 1983 (quedaos con esta fecha) el Ayuntamiento de Barbastro declaró de utilidad pública e interés social el proyecto de Gas Barbastro, entonces Sociedad Cooperativa Limitada de Consumo de Gas Barbastro, para construir la actual planta de gas.

En 1985 se obtuvo la concesión administrativa para la distribución de gas propano canalizado para un plazo de 15 años; antes de su finalización se consiguió una prórroga de la misma para 60 años más y, para usos comerciales, hasta 2060.

En 1997 se produjeron una serie de acontecimientos que contribuyeron notablemente al futuro de esta Cooperativa, a destacar:

- El registro de la marca comercial Gas Barbastro y el cambio de imagen a la actual, cuyo logotipo seguimos luciendo con orgullo.
- El premio que nos dio Repsol como pioneros en la distribución de gas propano canalizado en Aragón.
- La compra del edificio que se convirtió en nuestra Sede social, administrativa y comercial.

En 2005 el Ayuntamiento expropió los terrenos del entorno de nuestra planta de gas para la ampliación del complejo deportivo, excluyendo de la misma la superficie ocupada por nuestro centro de almacenamiento, "dado que su actual destino es plenamente coincidente con el previsto en el plan general de ordenación urbana".

El 5 de julio de 2001 se inauguró la actual Sede Social en la calle Alquézar n.º 4. Desde entonces se ha ido remodelando por fases y ampliando según lo ha requerido la Cooperativa. En este caso vamos a destacar las palabras del entonces alcalde de Barbastro, D. Antonio Cosculluela, y del entonces Consejero de Industria D. José Porta en sus intervenciones en el acto inaugural.

Antonio Cosculluela: "El reconocimiento a la labor de la Cooperativa

y los obstáculos salvados en su travectoria con alusiones a hechos concretos que denotan un conocimiento importante de esta entidad". Reconocimiento del poco apoyo recibido del Ayuntamiento que apostó en un momento por el otro gas pero que, finalmente, ha reconocido el esfuerzo realizado por todos los cooperativistas. Alude al suministro a la piscina en la que existía un precontrato con otra empresa de gas pero que finalmente vieron que con quien se tenía que firmar era con la cooperativa, ya que "se daban las mismas garantías y el mismo o hasta mejor servicio y, además, estábamos en la puerta de casa y así debía ser". Agradecimiento, ánimos y enhorabuena, brindando el apoyo del Ayuntamiento.

José Porta: Elogio a las iniciativas que surgen en la ciudad de Barbastro. Conocimiento de datos de Gas Barbastro como socios, número de consejeros, transmisión de derechos y suministros concretos al Ayuntamiento. Elogios a la fuente de energía, que califica de especialmente limpia, segura y desde el punto de vista del balance energético de las mejores cualidades en cuanto al aprovechamiento. Además, la Cooperativa es un ejemplo de gestión empresarial. Califica a Gas Barbastro como un ejemplo, destacando en el tema de instalaciones el informe-proyecto que se presentó para el suministro a la piscina que, según los técnicos, es magnífico desde el punto de vista técnico, por lo que nos felicita puesto que las cuestiones de la energía son complicadísimas, y estar allí en primera línea haciendo las cosas bien no es nada fácil. Respeto por el hacer de la cooperativa y orgullo por haber venido a Barbastro que supone un ejemplo para todos. Enhorabuena, agradecimiento y deseos de crecimiento.

Sirvan estos como muestra; otros muchos, no menos significativos se quedan en el teclado para otras publicaciones que iréis recibiendo más adelante.



Fue el 1 de agosto de 2022 cuando se puso en marcha la comunidad solar de autoconsumo compartido de Gas Barbastro que da servicio desde entonces a las 77 viviendas cuyos propietarios decidieron acogerse a la misma. Después de un año de funcionamiento disponemos de datos para mostrar su funcionamiento y poder hacer una primera valoración de los resultados.

La producción total de la planta ha sido de 52.550,19 Kwh que se han repartido a partes iguales entre los 77 integrantes de la comunidad, a razón de 682,47 Kwh para cada uno. Esta energía, en su mayor parte, ha sido consumida por cada uno de ellos rebajando directamente el importe de sus facturas, ya que lo que consumen de la comunidad dejan de facturárselo y el resto, lo no

consumido, se les ha descontado en sus facturas de cada mes con el concepto "compensación de excedentes".

Hemos monetizado este ahorro obtenido para un perfil de consumidor medio que ha consumido el 84 % de la energía y se le ha compensado el otro 16 % con el siguiente resultado: el ahorro obtenido en el año ha sido de 106,30 €, a lo que hay que añadir los impuestos correspondientes. La cuota mensual por disfrutar de este servicio es de 6 € al mes.

Como valor añadido a este servicio, cabe destacar que estos contratos están con nuestra comercializadora Feníe Energía, por lo que gozan del mejor asesoramiento en cuanto a necesidades y condiciones comerciales y la garantía de que en

sus renovaciones de contrato siempre van a tener la mejor tarifa disponible en la comercializadora.

Y hasta aquí lo bonito. Ahora vamos a retomar un tema del que ya hemos hablado y que finalmente no nos ha sido favorable: se trata de la bonificación del Impuesto de Bienes Inmuebles de estas 77 viviendas.

El Ayuntamiento de Barbastro, en su ordenanza municipal n.º 1, recogía la bonificación del IBI para las viviendas en las que se instalaran energías renovables. Los parámetros exigidos en aquel momento en la ordenanza eran inalcanzables, por lo que nadie obtenía esas bonificaciones y, por lo tanto, el objetivo de esta parte de la norma de incentivar este tipo de instalaciones para tener una ciudad más limpia y promover la economía local, no se alcanzaba.



En Gas Barbastro fuimos alentados, tanto por políticos como por técnicos del Ayuntamiento, para que solicitáramos la modificación de esta ordenanza fiscal y así lo hicimos, ya que somos firmes defensores de la ecología y el medio ambiente, y también de la economía de los ciudadanos de nuestra ciudad. La reacción del Ayuntamiento fue espectacular: buena acogida a nuestra solicitud y máxima celeridad con el fin de incluirla en el primer pleno municipal para que entrara en vigor lo antes posible. Como muestra de la celeridad, el día 1 de octubre de 2021 se mantenía la primera reunión con técnicos y políticos, el 9 de octubre se presentaba la petición de la modificación y el 9 de noviembre se aprobaba en pleno municipal municipal lo siguiente:

- "2.1. El 50% en el caso de que la instalación fotovoltaica se destine a autoconsumo, incluido el autoconsumo con compensación de excedentes, siempre y cuando se cumpla una de las siguientes condiciones:
- · En instalaciones conectadas a red, que la potencia de la instalación fotovoltaica sea superior al 25% de la potencia eléctrica contratada.
- · En instalaciones aisladas, que la potencia de la instalación fotovoltaica sea como mínimo de 0,5 kWp.
- · En instalaciones de autoconsumo compartido, cuando la potencia instalada reservada para la vivienda supere los 0,25 kWp."

Nosotros, contentos e ilusionados, nos pusimos manos a la obra y en pocos meses pusimos en marcha la que iba a ser la primera comunidad de autoconsumo solar a través de red de nuestra ciudad, y una de las primeras de nuestra región y de nuestro país.

Solicitamos las bonificaciones contenidas en la ordenanza municipal y prometidas por los máximos responsables, técnicos y políticos del Ayuntamiento de Barbastro y, en conversación de calle -y esto es literal- un funcionario nos informa de que las viviendas de la comunidad no serán bonificadas. Inmediatamente se solicita una reunión para intentar aclarar este tema. esa reunión se celebró el 30 de mayo de 2022. Después ha habido otras tres sobre este asunto y también la presentación de la solicitud correspondiente, de informes y recursos a las contestaciones negativas hasta agotar la vía administrativa.

Esto no está bien, se nos alienta a solicitarlo, se aprovechan de nuestra buena fe en colaborar, toman nuestras indicaciones como muestra para la redacción de la ordenanza y después nos niegan, aduciendo interpretaciones técnicas que para ellos son insalvables, el derecho que otros sí tienen gracias a nuestro trabajo. De verdad... ¡esto no es justo! Y esta actuación la fundamentan en la interpretación de una ley del año 2004, cuando todavía no existían las comunidades solares de autoconsumo compartido.

¿Qué nos queda? Si el Ayuntamiento, que es nuestro amigo, que está para velar y trabajar por nosotros, nos hace esto a nosotros, que somos una cooperativa formada por más de un tercio de la población de Barbastro, que siempre hemos sido colaborativos con el desarrollo de nuestra ciudad...

En todo momento hemos obviado mencionar cargos y/o nombres simplemente por educación y respeto a este Ayuntamiento y a sus integrantes, técnicos y políticos.

Paralelamente a todo esto, hemos hecho un buen número de instalaciones individuales cuyos propietarios disfrutan de energía solar fotovoltaica con muy buenos resultados y que sí se han podido beneficiar de la bonificación del IBI.

También hemos hecho algunas otras instalaciones de autoconsumo compartido que sí podrán acogerse a la bonificación del IBI, ya que en estos casos no hay cuestiones técnicas cuya interpretación pueda perjudicarnos. Se benefician asimismo de las subvenciones de los programas Next Generation, cuya tramitación realizamos íntegramente desde las oficinas de Gas Barbastro.

Desde el 15 de noviembre, los vecinos de la comunidad de propietarios calle Estadilla n.º 9, que confiaron su instalación a Gas Barbastro, va pueden adaptar sus contratos a la modalidad de autoconsumo. Comenzamos los trámites de esta instalación a mitad de junio y a día de hoy está en marcha (gracias a que la suministradora es AB Energía; con Endesa las cosas van más despacio). Cabe aquí destacar que 2 de los 15 vecinos van a ser de los primeros en España que van a tener dos fuentes de generación renovables: la comunidad solar de las 77 viviendas que hicimos inicialmente, más la comunidad solar de su comunidad de vecinos que se pone en marcha ahora. Esto se ha implementado en el sistema eléctrico español recientemente. Ya cuando hicimos la inscripción de esta instalación en el Registro de Autoconsumidores de Aragón nos informaron de que era este el primer caso que se les daba. No creemos que sea casualidad, porque conseguimos estar encabezando la vanguardia una vez más.

Seguimos trabajando en los trámites burocráticos de la comunidad Río Alcanadre 1; en este caso serán otros 14 vecinos los que se beneficien de su comunidad solar cuya instalación también confiaron a Gas Barbastro.

Asimismo, estos días hemos recibido comunicación de concesión de subvención de cuatro instalaciones fotovoltaicas individuales que hicimos el año pasado. Con estas cuatro ya son nueve las subvenciones conseguidas en esta materia por instalaciones realizadas por Gas Barbastro.



LOTERÍA DE NAVIDAD 2023 GAS BARBASTRO

Cada año es tradicional compartir, en estas fechas próximas a la Navidad, nuestros mejores deseos para todo el mundo, y especialmente queremos hacerlo con los socios de Gas Barbastro y sus familiares y amigos. Compartamos también una pizca de esperanza para que todos podamos prosperar en las cosas importantes, y ¿por qué no? en el aspecto económico. Para ello queremos repartir con vosotros participaciones de lotería del sorteo de Navidad de este año. Cada título social de Gas Barbastro toma parte con 3 euros de lotería de Navidad del sorteo del día 22/12/2023 con el número 89424.

Imaginaos por un momento que toca el premio gordo... ¡Menuda fiesta!, 60 000 euros para cada uno de los 1693 socios de Gas Barbastro (de los que habría que deducir los impuestos correspondientes).

¡Que la suerte nos acompañe!





¿Una amenaza o una oportunidad?

La inteligencia artificial (IA) está revolucionando todos los ámbitos de la vida, y la música no es una excepción. Los avances en la IA están permitiendo crear nuevas formas de música, personalizar la experiencia musical y democratizar el acceso a la creación musical.

¿Qué impacto tendrá la IA en el futuro de la música?

Hay quienes creen que la IA acabará reemplazando a los músicos humanos. Sin embargo, otros creen que la IA será una herramienta que los músicos podrán utilizar para crear nuevas formas de expresión artística.

Es probable que la IA tenga un impacto significativo en la forma en que se crea, consume y distribuye la música. A continuación, se describen algunos de los posibles cambios que podrían producirse.

Creación musical: La IA ya se está utilizando para crear música, tanto de forma automatizada como en colaboración con músicos humanos. En el futuro, es probable que la IA se utilice para generar nuevos sonidos, ritmos y melodías, así como para crear música personalizada adaptada a los gustos de cada oyente.

Consumo musical: La IA también está cambiando la forma en que los oyentes consumen música. Por ejemplo, los servicios de *streaming* utilizan la IA para recomendar música a los usuarios, y las aplicaciones de realidad aumentada permiten a los oyentes experimentar la música de nuevas maneras. En el futuro, es probable que la IA se utilice para crear experiencias musicales más inmersivas y personalizadas.

Distribución musical: La IA también está transformando la forma en que se distribuye la música. Por ejemplo, los sellos discográficos utilizan la IA para analizar los datos de *streaming* y descubrir nuevos talentos. En el futuro, es probable que la IA se utilice para democratizar el acceso a la distribución musical, lo que facilitará a los artistas emergentes publicar su música.

¿Cuáles son los retos de la IA en la música?

A pesar de las oportunidades que ofrece la IA, también existen algunos retos que deben ser abordados. Por ejemplo, es importante asegurar que la IA se utilice de forma ética y responsable, y que no se utilice para discriminar o generar contenidos dañinos.

Otro reto es que la IA aún no está lo suficientemente desarrollada como para crear música que sea indistin-

guible de la música creada por humanos. Sin embargo, los avances en la IA están siendo rápidos, y es probable que en el futuro la IA sea capaz de crear música que sea indistinguible de la música humana.

¿Cómo puede la IA beneficiar a los músicos?

La IA puede beneficiar a los músicos de muchas maneras. Por ejemplo, la IA puede ayudar a los músicos a:

Crear música más innovadora: La IA puede generar nuevas ideas y posibilidades musicales que los músicos humanos no podrían imaginar.

Mejorar sus habilidades: La IA puede ayudar a los músicos a aprender nuevos instrumentos y técnicas musicales.

Promocionar su música: La IA puede ayudar a los músicos a llegar a nuevos oyentes y a promocionar su música de forma más eficaz.

En conclusión, la IA tiene el potencial de revolucionar la música. Sin embargo, es importante que los músicos y la industria musical se preparen para los cambios que ésta traerá consigo.

Martín Solano Escudero

Empieza a prepararte

para el invierno

CON NUESTROS CALEFACTORES

Cuando necesitas un refuerzo de calor rápido y eficaz, aquí tienes la solución.

En nuestra exposición de calefactores y radiadores de bajo consumo encontrarás el que más se ajuste a tus necesidades.

Compruébalo en C/ Alquézar, 4

Gas Barbastro, al lado de tu casa.





QUÉ ENTRA EN VIGOR Y QUÉ NO

Nos parece importante hablar de un tema que ha estado en la palestra desde antes de su entrada en vigor el 29 de septiembre de este año, la nueva Ley de Bienestar Animal, la cual ha entrado en vigor a medio gas, dejando aspectos trascendentales inconclusos como son el curso de tenencia de perros y el seguro de responsabilidad civil, debido a que estas medidas requerían para su puesta en marcha del desarrollo de sus correspondientes reglamentos, los cuales un Gobierno en funciones carece de competencia para aprobar.

Este hecho ha contribuido a crear confusión entre los cuidadores, que no tienen claro cuál es la legislación vigente en la actualidad. La Organización de Consumidores y Usuarios (OCU) la ha criticado por su "falta de claridad" en torno al seguro de responsabilidad civil obligatorio para los dueños de perros. La organización lamenta que queda "en el aire" la cobertura que ofrecía el seguro de responsabilidad civil privada "habitualmente" incluido en la póliza del hogar, al entender que, desde el momento en que el seguro pasa

a ser obligatorio –para todos los canes y no solo para los de raza potencialmente peligrosa, como hasta ahora– las aseguradoras de responsabilidad civil privada "podrían interpretar que queda anulada su cobertura".

Cabe destacar que hay varios animales a los que no se les aplica esta nueva Ley, como a los perros de caza, las rehalas y de trabajo, los toros, los perros de la Policía, los animales de cetrería y algunos cetáceos de zoos y delfinarios. La famosa cabra de la Legión y los bueyes y mulas empleados en los belenes de Navidad están también fuera de esta Ley, al ser considerados animales de trabajo.

Resumen de los cambios de la Ley de Bienestar Animal

- La obligatoriedad de la identificación con chip para todos los perros se extiende también a gatos y hurones
- Los gatos deben ser esterilizados antes de cumplir los seis meses de edad, con la excepción de los que

estén inscritos como reproductores en el Registro de Animales de Compañía correspondiente.

- Las multas por maltrato y abandono se endurecen (incluyendo el abandono de gatos en colonias felinas).
- La eutanasia solo es justificable por causas determinadas por el veterinario.
- Los animales no pueden deambular por espacios públicos sin la supervisión de sus responsables.
- Tampoco se pueden dejar solos más de tres días consecutivos o de veinticuatro horas en el caso de los perros.
- Se prohíbe el uso de cualquier herramienta de manejo capaz de provocar lesiones, como collares eléctricos, de castigo o de ahogo.
- Los animales de compañía que se alojen en el exterior del hogar deben disponer de estancias que los protejan de las inclemencias del tiempo, acordes a sus dimensiones y a sus necesidades fisiológicas.

Medidas que aún no entran en vigor

- Todavía no es necesario realizar un curso obligatorio para la tenencia de animales de compañía, la llamada "formación en tenencia responsable" en la Ley.
- Tampoco se requiere el seguro de responsabilidad civil por daños a terceros para todos los perros. Así, este sigue siendo obligatorio solo para los perros

considerados potencialmente peligrosos (PPP) y para los casos que determine la legislación vigente en el lugar de residencia del animal, ya que hay diferencias entre las distintas comunidades. Se recomienda comprobar el seguro del hogar, puesto que muchos incluyen a los perros a nombre del titular.

- El Registro de Criadores de Animales de Compañía no está activo aún.
- Tampoco está creado el listado positivo de animales de compañía, que es el que debe recoger las especies animales silvestres que pueden ser mantenidas en el hogar como domésticas, al margen de los perros, los gatos y los hurones, que la ley considera siempre animales de compañía.

En conclusión, conviene mantenerse atentos a los desarrollos reglamentarios que deben producirse antes de dos años desde el momento de entrada en vigor de la ley, el 29 de septiembre de 2023, para asegurarnos de que cumplimos los preceptos de la legislación vigente en el cuidado de nuestros animales.

Desde el Departamento de Seguros de Gas Barbastro, estamos siempre atentos a la actualidad en el marco regulador para poder proteger vuestros intereses y ofreceros un servicio hecho a vuestra medida y con precios competitivos.

FREIDORAS DE AIRE:

¿SÓLO UN BOOM O HAN LLEGADO PARA QUEDARSE?

¿Realmente puede esta máquina hacer más saludable nuestra alimentación diaria de forma tan sencilla? Pues, como en prácticamente todo lo que a la alimentación se refiere, depende. Lo más importante: no todo depende del cocinado, también de lo que estamos cocinando.

Una freidora de aire es, básicamente, un pequeño horno de convección, lo que significa que es capaz de distribuir el calor de forma homogénea alrededor de toda la comida que pretendemos cocinar. Así, se calienta al mismo ritmo y de manera uniforme. La diferencia con el horno convencional es que dispone de un ventilador a través del que consigue que la transmisión del calor sea forzada.

Los alimentos cocinados en la freidora de aire pueden llegar a aportar solo una tercera parte de las kilocalorías que encontramos en el mismo alimento frito. Este es uno de los motivos por los que el aparato tiene tanto éxito, especialmente si se desea llevar a cabo una dieta hipocalórica para bajar de peso u otros objetivos a través del control, de alguna forma, de las calorías ingeridas.

En resumen:

Sencillez al limpiar, pues el aceite que se usa también cumple con la función de hacer que los alimentos no se peguen a la cesta.

Poco tiempo para la cocción.

Bajo gasto de electricidad, porque si algo es mejor que reducir el tiempo de cocción, es reducir también la factura de luz.

Posibilidad de asar y cocinar al vapor.

Menor carga calórica.

En Gas Barbastro encontrarás una amplia gama de freidoras; nuestro personal te asesorará y te contará algún truco para mejorar su uso.

Gas Barbastro, al lado de tu casa.



Quien no entiende la factura de la luz, ¿termina pagando más?

Cada mes o cada dos meses, a todos nos llega la factura de la luz al correo, físico o electrónico. No es lo único que comparten los consumidores, también las dificultades que afrontan en su mayoría para descifrarla, para saber qué se paga y por qué concepto, e incluso para saber si se tiene contratado el producto más adecuado para cada hogar, si hay costes que podrían ahorrarse y si habría opciones más baratas.

¿Por qué es necesario entender la factura de la luz o gas? ¿Qué es lo más complicado de entender? ¿Con qué se lía más la gente?

El problema que tenemos es que es incomprensible el mercado en sí mismo y saber dónde estamos. De lo que se trata es de explicar qué es una distribuidora, qué funciones tiene, quién es la comercializadora, diferenciar entre mercado libre y mercado regulado y las características de cada uno para que la gente luego pueda tomar sus decisiones.

La mayoría no sabemos ni qué tipo de tarifa tenemos, si estamos en el mercado libre o en el regulado. Por las consultas que nos hacen también vemos que a la hora de rebajar el suministro o cambiar de tarifa, al principio el consumidor no sabe si tiene una permanencia o una tarifa fija que habría que justificar. El tema es muy complejo y te ponen la cabeza como un "bombo" y no sabes muy bien qué hay que tener en cuenta para saber si te cambias de compañía, de comercializadora, porque de distribuidora no te puedes cambiar, es la que es.

"Cuando te llaman para ofrecer una superoferta que hay que decidir en el momento, nosotros decimos que no te están ofreciendo nada mejor".

Para tener capacidad de reacción cuando te llaman por teléfono para ofrecerte algo, por ejemplo.

A menudo se utilizan malas prácticas comerciales en la contratación de este tipo de servicios. Hay que prestar especial atención a las llamadas con supuestas superofertas que normalmente no lo son, nuestro consejo es que de entrada hay que

rechazar la contratación telefónica, por lo menos pide que te la envíen por correo electrónico para poder analizarla con detenimiento. Aun así en ocasiones nos encontramos que nos han cambiado de comercializadora sin nuestro consentimiento, esto es una práctica totalmente ilegal. En este caso y siempre tras la contratación, tienes un periodo de catorce días para desistir y hacer otro contrato. Normalmente se trata de empresas de telemarketing subcontratadas por las comercializadoras para captar nuevos clientes. Se tardó en conseguir, costó mucho, que dejaran de acudir a los domicilios "a puerta fría", hoy ya no se puede hacer la venta a domicilio de energía. Animamos a que cuando te llaman para ofrecerte algo, que te den la información y puedas decir "ya lo pensaré".

Tomar decisiones en caliente no suele ser una buena solución.

En Gas Barbastro buscaremos la mejor solución para tus consumos.

Gas Barbastro, al lado de tu casa.

SEGURO DE SALUD



¿Un jarabe para la tos?
¿Unas pastillas para el dolor de cabeza...?
Tranquilo, desde Gas Barbastro S. Coop.,
cuidamos lo que nos hace grandes: NUESTROS SOCIOS

Solo por renovar tu seguro de salud con Gas Barbastro, SegurCaixa Adeslas te ofrece este beneficio Hasta

200 € de reembolso en gastos de farmacia extrahospitalaria, por asegurado, durante un año.

Hasta

Adeslas

CONDICIONES DE LA PROMOCIÓN

SegurCaixa Adeslas garantiza la cobertura temporal de la prestación farmacéutica extrahospitalaria que precisen los asegurados, en las condiciones y con los límites y requisitos que seguidamente se detallan:

- Esta cobertura estará activa durante los 12 meses siguientes a la renovación de la póliza en el 2024 y no se renovará pasado este período.
- Para poder disfrutar de esta cobertura, la póliza tiene que estar en vigor el 1 de enero de 2024.
- La referida cobertura comprenderá el reembolso del 50 %, con un límite de 200 € por persona y año, de aquellas especialidades farmacéuticas dispensadas en farmacias, prescritas por un facultativo del cuadro médico y que, en la fecha de su dispensación, se encuentren dentro de las financiadas por el Sistema Nacional de Salud y sean necesarias para los tratamientos o patologías cubiertos por la póliza.

Descubre en adeslas.es/gastosfarmacia2024 cómo disfrutar de este beneficio exclusivo.

Las cuotas para el año 2024 de nuestra póliza, que es la más completa que ofrece la compañía Adeslas, son las siguientes:

	Socios	No socios
Hasta 67 años	39,00 €/mes	59,00 €/mes
Mayores de 67 años	82,00 €/mes	102,00 €/mes

AEROTERMIA BAXI



CADA PASO CONTIGO.

NUEVA GAMA DE BOMBAS DE CALOR PLATINUM BC iR32



Porque cuando instalas una aerotermia BAXI, estamos contigo desde el principio. Desde el cálculo de la instalación hasta la puesta en marcha, y siempre con nuestro soporte técnico. Y además, si quieres aprender más, puedes venir a nuestros centros de formación.

BAXCLIMATIZACIÓN