

Bon estiu!

Amb la col·laboració de:



Pàgines 2, 3, 4, 5, 6 i 7

Ponències destacades: Mónica Galán i Pablo Foncillas

Associació Nuclear Ascó-Vandellós II
3r. Networking de les Terres de l'Ebre
Junta a Terra Alta

Jornada de Seguretat Viària

Curs de Capacitació Directiva

Diputació de Tarragona convoca un any més els Premis Emprèn

Breus d'actualitat

Pàgines 8, 9, 10 i 11

Esmorzars AECE

Trobada empreses Montsià

Formació

Ruralapps

Empatica.net

Article SP Activa

Coneguem les nostres empreses: PARADOR DE TORTOSA

MÓNICA GALÁN

Excel·lent ponència de la coach Mónica Galán a la seu de l'AECE davant 130 persones.

Sota el títol "Comunicación de impacto: claves prácticas que nunca te contaron para lograr tus metas", l'experta en oratòria va captar des del primer minut l'atenció de tots els allí presents, amb una dinàmica i divertida posta en escena on va fer participar a alguns dels assistents.

Agraïm la intervenció de Vicent Guimerà, xef de l'Antic Molí d'Ulldecona que va traslladar el seu esperit emprenedor i va ressaltar el millor de la Mónica Galán on tots vam prendre bona nota de com parlar en públic, com expressar-nos, en definitiva, com donar tot el que tenim dins sense pors.



PABLO FONCILLAS

La ponència no va decebre a les dues-centes persones que van presenciar en directe a l'Auditori de la Unió Filharmònica d'Ampostà, a un interactiu i molt dinàmic Pablo Foncillas.

Des dels seus coneixements, anava explicant i desenvolupant les seves teories entre el món *on line* i el món *off line*.

Foncillas va acabar la conferència fent unes reflexions sobre la importància que tenen les marques d'adquirir valors.

Agraïm a l'Ajuntament d'Ampostà les facilitats i atenció rebuda en l'organització d'aquest acte celebrat a la capital del Montsià.



La teva energia



Associació Nuclear Ascó-Vandellòs II

anav

40 EMPRESSES PARTICIPEN EN AQUESTA TERCERA EDICIÓ

Amb una dinàmica completament diferent a les dues anteriors i de mà de BNI, empresa especialista i líder mundial en organització d'actes empresarials, vam dur a terme per tercer any consecutiu el Networking referent del territori.

El Parador de Tortosa va tornar a ser el marc d'aquesta trobada empresarial orientada a facilitar contactes entre clients i proveïdors.

El President de l'AECE, José Daniel Cortijo en la seva intervenció va destacar que “buscar oportunitats

comercials costa un gran esforç, per això, activitats com aquesta del Networking és una bona manera de fer nous contactes. I si podeu vendre el vostre servei/producte avui mateix, feu-ho!”.

Des de l'AECE agraïm la col·laboració i suport de les empreses i entitats: Banco Santander, BNI, Parador de Tortosa i Diputació de Tarragona.



SEGURETAT VIÀRIA EN L'ENTORN LABORAL

El passat 10 de maig a la seu de l'AECE amb la col·laboració dels agents de la Policia de la Generalitat – Mossos d'Esquadra destinats a l'Àrea Regional de Trànsit de les Terres de l'Ebre i organitzat conjuntament amb SP Activa, vam realitzar una jornada formativa de màxima importància amb la finalitat de lluitar contra els accidents laborals de trànsit, on els objectius van ser reconèixer i identificar els factors de risc, conèixer les mesures a prendre abans i durant la conducció i aplicar les mesures preventives necessàries.



VISITEM LA TERRA ALTA



La junta programada al maig la vam dur a terme a la comarca de la Terra Alta, en un marc ideal i on vam poder gaudir d'una bonica trobada entre les vinyes de garnatxa i visita a un dels molts cellers que hi ha a la zona.

Realment, aquesta trobada va servir per conèixer una mica més aquest meravellós món i això va ser possible gràcies a Juanjo Clua, vicepresident de l'AECE a la Terra Alta i al Celler Coma d'en Bonet de Gandesa.

CURS DE CAPACITACIÓ DIRECTIVA

9 mòduls

5 hores

4 experts



Programa formatiu adreçat a empresaris i directius de petites i mitjanes empreses, per donar-los eines concretes de gestió, des d'una visió general d'un model de negoci, que els permeti incrementar els seus resultats i millorar el seu posicionament en el mercat des d'una òptica tàctica i estratègica.



Més info i inscripcions:
977 440 088
aecebre@aecebre.org

Preu curs:
Associats 600€
No associats 850€

La Diputació de Tarragona convoca un any més els Premis Emprèn

El certamen impulsarà amb 35.000 euros un total de 15 projectes empresarials nascuts al Camp de Tarragona i a les Terres de l'Ebre

La 5a edició dels Premis Emprèn de la Diputació ja està en marxa. Fins al dia 30 de juny s'hi poden presentar aquells projectes empresarials del Camp de Tarragona i de les Terres de l'Ebre que hi vulguin optar. Els Premis Emprèn 2017 **impulsaran 15 projectes empresarials**, amb una **dotació total de 35.000 euros i assessorament tècnic especialitzat**. La Diputació de Tarragona convoca un any més aquest certamen amb l'objectiu de fomentar l'esperit emprenedor i contribuir a generar ocupació de qualitat al territori.

En concret, els guardons es distribueixen en 5 categories -Turisme, cultura i experiències; Salut i esport; Tecnologia i innovació; Eficiència energètica i sostenibilitat i Economia social-, sectors estratègics per al territori. Cada categoria tindrà un guanyador, que rebrà la quantitat de 5.000 euros, i dos reconeixements dotats amb 1.000 euros cadascun. Tant els projectes guanyadors com els que obtinguin reconeixement rebran **assessorament tècnic durant un any** dels Serveis d'Emprenedoria de la Diputació de Tarragona.

Els Premis Emprèn s'adrecen a persones emprenedores

que vulguin posar en marxa un projecte empresarial. Les propostes es poden presentar a la Diputació de Tarragona **fins al proper 30 de juny**. Més informació a www.dipta.cat/premisenpren.

El lliurament dels Premis Emprèn tindrà lloc a finals d'any, en un acte que aplegarà a l'Auditori Diputació els participants d'aquesta edició, així com guanyadors i candidats de les edicions anteriors. Des de l'any 2013, als Premis Emprèn s'han presentat un total de 325 projectes, ideats per 572 persones.

Formació i assessorament

Els Premis Emprèn són un dels eixos centrals de tot un conjunt d'actuacions que des de l'Àrea de Recursos Humans i Polítiques Actives d'Ocupació de la Diputació de Tarragona es duen a terme per donar suport a les iniciatives emprenedores i al creixement econòmic, social i sostenible del territori.

En aquest sentit, impulsen un seguit de **jornades formatives i informatives arreu del territori** per proporcionar eines i coneixements pràctics. Aquestes jornades estaran enfocades a entendre els aspectes clau per elaborar un pla econòmic i financer, conèixer estratègies comercials i millorar les competències de la persona emprenedora. Aquestes sessions compten amb el testimoni i experiència de guanyadors i participants d'anteriors edicions dels Premis.



Guanyadors de l'edició del 2016 dels Premis Emprèn de la Diputació de Tarragona.

ASSEMBLEA GENERAL ORDINÀRIA



Dintre el primer trimestre de l'any, l'AECE ha convocat als seus associats a l'Assemblea General Ordinària per explicar les activitats realitzades, les propostes futures i s'han exposat els comptes anuals. S'ha valorat la tasca del nou comercial i s'espera que el que s'està sembrant, aviat es puguin recollir els fruits.

SESSIONS FORMATIVES PREMIS EMPRÈN DIPTA.CAT 2017

Per primer any, la seu de l'AECE, ha reunit emprenedors i empreses per presenciar una de les diferents sessions formatives que convoca la Diputació de Tarragona, en motiu de la convocatòria dels Premis Emprèn.

En aquesta ocasió hem tingut l'experiència emprenedora, Jordi Martín de Terraltop on ens ha exposat "Aspectes claus per a elaborar i entendre el teu pla econòmic i financer".



PRESENTACIÓ ÍNDEX CLIMA EMPRESARIAL A LES TERRES DE L'EBRE



La Càtedra d'Economia Local i Regional de la URV ha presentat a la seu de l'AECE els resultats del 2n. Semestre del Clima Empresarial de les Terres de l'Ebre. Té com a objectiu la elaboració dels índex de seguiment continu de la conjuntura empresarial de les quatre comarques ebrenques. Les dades fan referència a l'evolució i les expectatives d'un conjunt de variables, amb incidència en el desenvolupament econòmic de l'empresa.

Ha estat presidit per Rosa Peig, Directora dels Serveis Territorials de Governació, Administracions Públiques i Habitatge a les Terres de l'Ebre i desenvolupat per, Juan Antonio Duro, Catedràtic Departament Economia i Director de la CELiR de la URV i Pau Galiana, Departament de Gestió d'Empreses.

ENTREVISTA AL SECRETARI GENERAL DE L'AECE, JORDI ESPUNY

En una entrevista al Canal Terres de l'Ebre, Jordi Espuny, Secretari General de l'Associació, ha analitzat les xifres aparegudes en l'Índex del Clima Empresarial presentat a l'AECE. Les conclusions d'aquest informe afirmen que per segon any consecutiu, creix la producció al territori i que els darrers sis mesos del 2016 van ser similars al primer semestre, convertint el 2016 en un any estable i de creixement moderat, en el que no s'han creat excessius llocs de treball, però en el que tampoc se n'han destruït.



L'AECE PRESENT AL SALÓ BIZBARCELONA



Per primer cop Fepime Catalunya ha estat present al Saló BIZBARCELONA i, ens ha brindat l'oportunitat de formar part amb les altres associacions de la patronal de petites i mitjanes empreses.

Del 31 de maig a l'1 de juny, BIZBARCELONA convida persones emprenedores, pimes i el món de l'economia social a transformar la seva activitat per ser més competitiu en un entorn dinàmic i cada cop més digitalitzat.

MARC VIDAL BRILLA A MÓRA D'EBRE

El Teatre la Llanterna de Móra d'Ebre va reunir a més de 300 persones per escoltar la ponència de Marc Vidal, analista i divulgador econòmic.

On va traslladar la importància de com afrontar el repte tecnològic i econòmic que vivim i l'oportunitat única que ens ofereix, com revolucionar la nostra empresa i el nostre entorn, l'automatització del món; robots, softwares i sistemes i l'anàlisi en positiu de la Revolució 4.0.



L'EMPRESA FRUPINSA PREMIADA PEL SEU CENTENARI



L'empresa Frutos y Piensos Inmaculada, SA (FRUPINSA) ubicada a Roquetes, compleix 100 anys i demostra el seu desenvolupament i innovació amb la millora de la seva central, amb la construcció d'una nau nova, remodelació i millora de les oficines i instal·lació de nova maquinària d'última generació.

L'Ajuntament de Roquetes, dintre els actes de celebració del 14 d'abril, ha reconegut a FRUPINSA i de mans de l'Alcalde, Paco Gas, l'Administrador Josep Borràs, va rebre la talla de fusta de l'escut de la ciutat.

LA VISIÓ DEL PROCÉS CATALÀ EN CLAU EMPRESARIAL

De mans de l'Associació de Dones Empresaríes i Emprenedores ADEDE, hem dut a terme a la seu de l'AECE una conferència sobre "La visió del procés català en clau empresarial". Per una part, l'Escola Internacional del Camp va exposar el seus serveis i, seguidament, el President del Cercle Català de Negocis, Albert Pont va dirigir la seva exposició al tema principal de la jornada.



TORTOSA

Dintre el cicle de trobades matinals que realitzem des del passat any, els mesos de març, maig i juny a Tortosa hem tingut el plaer de comptar amb Marc Cervera, Cap del Servei Territorial d'Ocupació a les Terres de l'Ebre, l'historiador, Ramon Miravall i Josep Curto, exdiputat al Parlament de Catalunya.



MÓRA D'EBRE

Per primer cop a la comarca de la Ribera d'Ebre, s'ha celebrat el primer Esmorzar AECE, amb l'assistència d'un gran nombre d'empresaris de la zona i de tots els sectors, els quals han pogut interactuar i realitzar contactes.

S'ha aprofitat aquesta trobada per lliurar el donatiu de

la loteria de Nadal a l'Associació Jeroni de Moragas. De mans de la vicepresidenta de l'AECE a la Ribera d'Ebre, Lidia Brull i acompanyada pel President de l'AECE, José Daniel Cortijo, li ha entregat el xec al gerent de l'Associació, José Maria Garcia.



TROBADA EMPRESAS DEL MONTSIÀ ELS EMPRESARIS DEL MONTSIÀ APOSTEN PER RETENIR ELS TALENTS A LES TERRES DE L'EBRE

Empresaris de la comarca del Montsià es van reunir en un dinar-col·loqui per posar en comú les reivindicacions que des de l'òptica de l'empresariat d'aquesta comarca i de la resta del territori, són necessàries per impulsar de manera efectiva l'economia de les quatre comarques.

També, va intervenir Èric Esteban, enginyer en telecomunicacions de l'empresa ENATE per parlar sobre la implementació de les noves tecnologies a l'empresa per millorar la competitivitat.

Amb aquesta iniciativa de l'AECE, un dels punts que van coincidir tots va ser crear eines per retenir els talents de les nostres terres, així com la formació de joves empresaris per donar resposta a les necessitats de desenvolupament del territori.



CURSOS FINALITZATS

Donem per acabats els cursos de la convocatòria 2016, executats entre març i juny a les instal·lacions de l'AECE.

Cursos finalitzats:

Seguretat Alimentària: Manipulació d'Aliments (10h)
Formadora - Roser Martí.



Xarxes Socials (30h) Formador - Arcadi Mayor.

Agrair a tots els participants el seu compromís en assistir i l'interès en aprendre amb aquestes accions formatives.

Properament, informarem de nous cursos subvencionats.



Consultoria de Negoci i Estratègia Online
Màrqueting Online
Projectes Web
E-commerce
Formació

 **empatica.net**

www.empatica.net
info@empatica.net
M. 626 455 180

TORTOSA
C/ Ricard Cirera 6, 1-1 C
T. 977 44 69 53

TARRAGONA
C/ Mendez Nuñez 8, 2
T. 977 44 69 53

LA PERSISTÈNCIA DELS TRASTORNS MUSCULOESQUELÈTICS

Els danys

En el seguiment de l'accidentalitat des de l'any 2000, d'acord amb les dades del Ministerio de Empleo y Seguridad Social, a l'estat espanyol, les dislocacions, subluxacions, esquinços i torçades tenen una incidència entre el 40 i el 50% del total d'accidents laborals comunicats, i amb l'avanç de dades estadístiques de gener-març de 2017 l'accidentalitat d'aquest tipus de lesió es manté en el mateix nivell.

Els microtraumatismes acumulatius tenen un pes important com a causants o potenciadors de lesions. Són lesions subtils que afecten als músculs, nervis, tendons, i articulacions del cos, especialment als canells, mans, colzes, coll, espatlles, esquena i genolls.

Aquests efectes apareixen freqüentment com a conseqüència de la realització de treballs que requereixen executar moviments repetitius o mantenir una postura estàtica, durant llargs períodes de temps.

La fatiga causada pels moviments repetitius i/o l'esforç mantingut, es pot acumular amb el temps, i produir diferents tipus de molèsties i lesions.

Els factors

Diversos són els factors que poden donar la possibilitat que es desenvolupin els microtraumatismes acumulatius, com el tipus de tasca, l'ambient de treball, els hàbits, i les condicions físiques del treballador.

En primer lloc, s'han d'avaluar els riscos als quals està exposat el treballador en efectuar una determinada tasca.

A continuació, cal minimitzar aquests riscos tractant de reduir els moviments repetitius i els esforços excessius, així com eliminar la postura forçada que pot causar tensió, substituint-la per una altra més natural i relaxada.

L'actuació

Per a ocupar-se d'aquesta problemàtica, l'ERGONOMIA cerca l'adaptació de la tasca, l'equip i l'entorn, a les limitacions i capacitats dels treballadors.

És a l'etapa de disseny on l'ergonomia hauria de tenir la seva aplicació preferent, per poder identificar i eliminar condicions inadequades que poden derivar en futurs danys, però també es pot actuar amb èxit a les instal·lacions i processos ja existents per reduir la càrrega sobre el treballador.

Hi ha casos en els quals modificant lleugerament els hàbits de treball, s'obtenen beneficis sorprenents pel que fa a la seguretat i fins i tot al confort.

Quan es transporten materials

Alguns criteris ergonòmics que poden ser d'ajuda:

- Utilitzar sempre elements mecànics per transportar càrregues.
- Prioritzar l'ús de carretons manuals amb manilles verticals per reduir la tensió i moure'l empenyent el carretó en lloc d'estirant-lo, aprofitant el pes del nostre cos.
- Aixecar les càrregues mantenint la columna vertebral recta i alineada. És convenient, abans d'eleva una càrrega, orientar-se correctament en la direcció de la marxa que després es prendrà, per no haver de girar el cos.
- Utilitzar la força de les cames per aixecar una càrrega, evitant realitzar la força amb l'esquena.
- Situar els materials a moure sempre el més a prop possible del nostre cos.

Quan es treballa dempeus

Sense el transport de materials, romandre dempeus (bipedestació) durant llargs períodes de temps, pot causar fatiga a l'esquena, coll i genolls, que es pot reduir col·locant un peu sobre una banqueta o objecte similar, canviant de posició sovint, utilitzant calçat còmode i trepitjant sobre una catifa encoixinada.

Quan es treballa assegut

També quan el treball que es realitza implica estar assegut la major part del temps, és possible que apareguin problemes d'esquena, coll i espatlles. Per això, seran imprescindibles unes bones condicions i regulació del seient o alternança de tasques.

En qualsevol cas, estar en bona forma física i fer petits descansos pot ajudar a minimitzar el risc de desenvolupar trastorns musculoesquelètics.

sp|activa^o
PREVENCIÓ DE RISCOS LABORALS





PARADORES
ESENTIA
TORTOSA

Les grans idees apareixen a la zona de confort

Celebra les teves reunions d'empresa o esdeveniments
al Parador de Tortosa i després de l'èxit assegurat
descobriràs que les grans idees flueixen quant la
ment és capaç d'abstraure's dels sorolls.

Castell de la Zuda, s/n 43500 Tortosa Tarragona
Telèfon: 977 444 450 - Email: tortosa@parador.es

INVERTIR EN LA SALUT DE LES PERSONES EN EL SEU TREBALL TE MOLTS BENEFICIS PER A TOTHOM



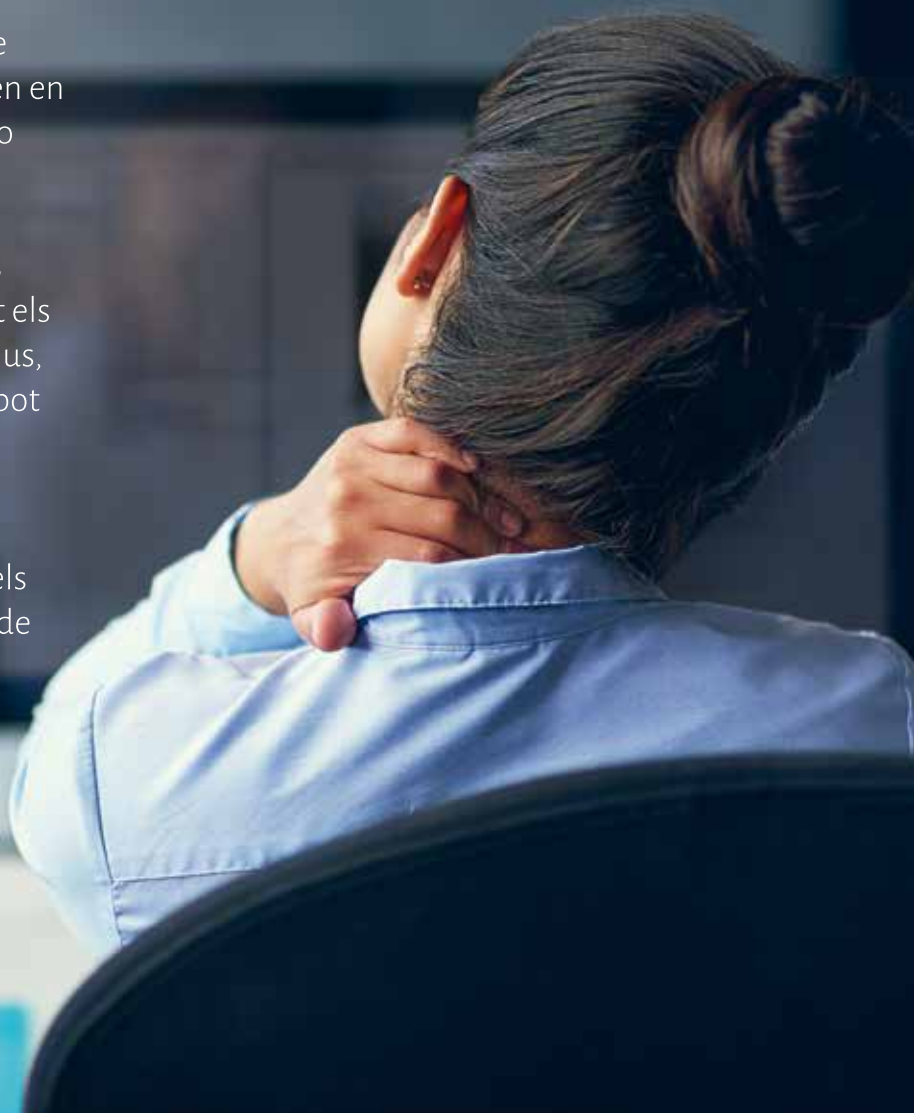
sp|activa

Salut i seguretat per a les persones en el treball.

En **1 de cada 2 persones** les incidències de salut degudes al treball tenen el seu origen en lesions causades per moviments repetits o esforç continuat.

Per això cal minimitzar els riscos als quals estem exposats mentre treballem reduint els moviments repetitius, els esforços excessius, així com eliminar la postura forçada que pot causar tensió per una altra més natural i relaxada.

A **sp|activa** trobem **l'equilibri** entre tots els elements de l'entorn per millorar la salut de les persones en el treball.



AMPOSTA

Av. Josep Tarradellas, 47-49
Tel. 977707730

MÓRA D'EBRE

C/ La Palma, 6 CP 43740 (Mapa)
Tel. 977127587

TORTOSA

C/ Ronda Docs, 50
Tel. 977449809

REUS

Av. Sant Bernat Calvó, 33
Tel. 977127587

C/ Abat Escarré, 17
Tel. 977302104

SANT CARLES DE LA RÀPITA

C/ Turo, 6 CP 43540 (Mapa)
Tel. 977707730

TARRAGONA

C/ Salvador Espriu, 28
Tel. 977249988

C/ Mercè Rodoreda, 1
Tel. 977249988

Muelle de Castilla, s/n Puerto de Tarragona
Tel. 977527031

www.spactiva.es