



Grup Motor Xarxa

14 de desembre

Ordre del dia

- 1. Benvinguda**
- 2. 10 consells per les organitzacions: enquesta interactiva**
- 3. Pla de treball: Seguiment dels programes**
 - Programa Impacte: Àmbits d'influència, relacions de col·laboració i presència a les xarxes
 - Programa Workshops i altres marcs d'aprenentatge
 - Programa Mentoria: suport als processos de canvi a les empreses
- 4. Altres informacions**
- 5. Intervencions i properes passes**



1

Benvinguda

2

10 consells per les organitzacions: enquesta interactiva

15 consells per ajudar a la direcció i el personal a trobar un equilibri raonable entre la feina i les altres dimensions de la vida

15 membres de la Junta Executiva de Fast Company han aportat 15 tips la direcció i el personal poden col·laborar per trobar un terreny comú i implementar les polítiques adequades.

1. Sigues conscient que liderar no és controlar.
2. Deixa que sigui la naturalesa de la feina el model de treball i de flexibilitat. El resultat és la mesura principal.
3. Inverteix energia a enfortir la confiança, la transparència i la comunicació amb les persones. Quan dediquem energia a aprofundir en les connexions trobem sinergies i alineació.
4. Fonamenta la manera de treballar en el model de negoci.
5. Fomenta la bona comunicació d'equip, l'autonomia i respecte mutu.
6. Evita perdre persones valuoses per desacords sobre a on han de fer la seva feina. La flexibilitat et pot permetre contractar o retenir grans persones.
7. Promou la col·laboració invertint en canals de comunicació adequats a les necessitats de l'equip i coherents amb els seus horaris flexibles (documentació i processos accessibles de manera digital, etc).

15 consells per ajudar a la direcció i el personal a trobar un equilibri raonable entre la feina i les altres dimensions de la vida

15 membres de la Junta Executiva de Fast Company donen la seva opinió sobre com la direcció i el personal poden col·laborar per trobar un terreny comú i implementar les polítiques adequades

8. Escolta les necessitats del teu equip i troba solucions creatives, que tinguin en compte la ubicació, el nivell d'experiència, la posició.
9. Crea un ambient atractiu a l'oficina que convidi a anar—hi.
10. Ofereix opcions flexibles. La flexibilitat pot tenir moltes formes: solucions híbrides, setmanes de treball comprimides, etc.
11. Destaca els avantatges de reunir-se cara a cara.
12. Utilitza un model d'hores "nuclears" en els quals les persones de l'equip han d'estar disponibles, ja sigui en persona o en remot amb el nucli del dia laborable.
13. Aprofita la comunicació en videotrucada, però programa també reunions petites amb freqüència i algun esdeveniment fora de l'oficina.
14. Personalitza les polítiques actuals i revisa-les amb el teu equip.
15. Forma els líders sobre com gestionar equips remots.

Enquesta interactiva

Esteu d'acord amb aquestes afirmacions?

Us proposem valorar cada un d'aquests consells a través de l'aplicació Mentimeter

(Farem difusió a les xarxes d'aquells més ben valorats)

(El link el trobareu al xat)

3.

Balanç 2023 i proposta 2024

**Programa
impacte**

**Programa
Workshops**

**i
altres marcs
d'aprenentatge**

**Programa
mentoria**

Programa

Impacte

la NUST:

Síntesi de projectes

Posicionament

- Proposta, contrast i validació de la **missió** i els **missatges** clau.

Aliances i relacions de col·laboració

Més presència a les xarxes

- Incrementar la presència a LinkedIn i web.



Time Use Week

Casos d'inspiració:
la transformació dels temps de treball

Desmuntant mites entorn de la
transformació del temps de treball

18 d'octubre de 2023

Representen la Xarxa:

Josep Maria Miranda Garuz, director general
d'ACEFAT

Marta Rodríguez Martín, directora d'Organització,
Persones i Cultura de Mercabarna

Gonçal Calvo i Pérez, cap d'Innovació de BMAT



IV Taula de Municipis pel Pacte Metropolità pel Dret al Temps

22 de novembre 2023

Representen la Xarxa:

- Raquel Pérez, responsable de Relacions Laborals de Penguin Random House
- Laura Font, directora de **Lymbus**

22 de novembre 2023



PACTE METROPOLITÀ PEL DRET AL TEMPS

de desplegament dels compromisos assolits amb la signatura
de la Declaració de Barcelona en Polítiques del Temps
Aprovat pel Consell Metropolità de l'AMB el 28 de març de 2023

Col·laboració amb la recerca i l'àmbit acadèmic

- **UPF / Observatori de Lideratge: Col·laboració en l'estudi "La gestió del temps, factor clau de la productivitat empresarial i el benestar personal".**
- **UOC (Direcció de recursos humans). Participació en l'advisory board del projecte "WorkingSmart Erasmus+".**

Presentació de l'estudi:

La gestió del Temps, factor clau de
la productivitat empresarial i el
benestar personal a la Xarxa NUST

4 de juliol de 2023



Col·lecció Estudis UPF-BSM

La gestió del temps, factor clau de la
productivitat empresarial i el
benestar personal a la Xarxa **NUST**

(Xarxa d'Empreses per un Nou Temps de Treball).

-Anàlisi de les empreses i les persones-

Informe de Resultats



Observatori de
Lideratge en
l'Empresa

Presentació del programa Erasmus +: Smart Working and Open Learning

3 d'octubre de 2023



- Anna Villar, directora de Recursos Humans de **Henkel Ibérica**
- l'Evaristo Guitérrez, CEO d' **Ingecal**

Àgora ciutadana Acord Ciutadà

17 de novembre de 2023

Les empreses també tenen un rol clau en afavorir la generació de vincles entre les persones.

Representa la Xarxa:

- Olga Gibert d'ABD



Programa

impacte

Reforcem les capacitats d'influència i projecció

La Xarxa

NUST a LinkedIn

Número de posts: 89

Seguidors: 459



Xarxa NUST

Per un nou temps de treball. A mida de cada empresa i de les persones que en formen part. Per una ciutat més saludable, més igualitària, més sostenible i innovadora en els models productius.

Barcelona, Catalunya, España · [Información de contacto](#)



Xarxa NUST

Objectius

- Donar a conèixer la Xarxa i promoure les seves activitats.
- Generar i consolidar relacions amb:
 - Empreses de la Xarxa.
 - Persones expertes i “influencers” en les polítiques de gestió del temps.
 - Altres empreses interessades en aquests temes.
- Comunicar els beneficis de les polítiques de gestió del temps a l’empresa.
 - En la salut física i mental.
 - En la productivitat i l’atracció i retenció del talent.
- Donar a conèixer les principals mesures: models híbrids i la seva implantació.
- Connectar estudis i recerques locals i internacionals.

Alguns exemples...


Xarxa NUST Unitat Tècnica · TÚ
Per un nou temps de treball. A mida de cada empresa i de les ...
6 mesos · 🌐

"El cavall de batalla de les empreses és buscar l'equilibri entre la productivitat i la felicitat. Perquè hi hagi productivitat, hi ha d'haver felicitat. Hi ha una tendència a gestionar les persones exclusivament a través d'objectius i indicadors quantitatius, però les empreses ja saben que han de potenciar que les persones se sentin a gust perquè siguin productives".

Glòria Forn · Siguiendo
Consultora y formadora de bienestar organizacional, transformac...
6 mesos · Editado · 🌐

Co-responsabilidad

En palabras de la vicedegana del Col.legi Oficial de Psicologia ...ver más



324

"Burnout" o síndrome d'estar cremat a la feina: com prevenir-la i distingir-la d'una depressió
ccma.cat · 8 min de lectura

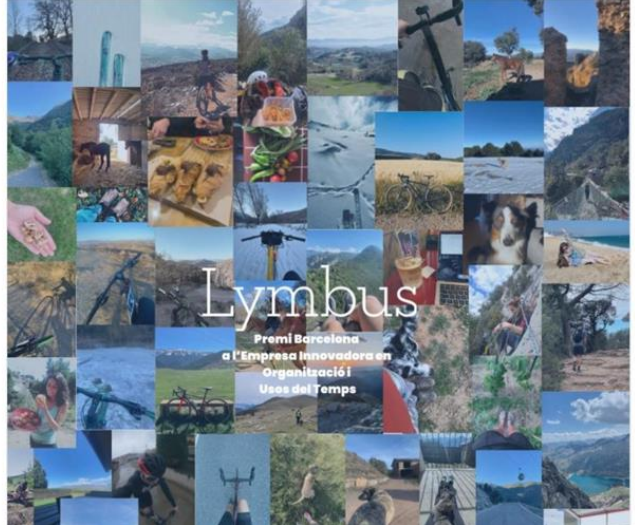
🌐 7

Xarxa NUST Unitat Tècnica · TÚ
Per un nou temps de treball. A mida de cada empresa i de les ...
6 mesos · 🌐

Congrats! "Flexible working time arrangements change lives". Amb horaris flexibles és més fàcil trobar el millor moment per a cada cosa. I recarregar l'energia que necessitem per a créixer com a persones i com professionals. Molt benvinguts a la Xarxa NUST!

Lymbus
1.481 seguidors
6 mesos · 🌐 [+ Seguir](#)

Estamos muy contentos de haber sido premiados con el Premi Barcelona a la empresa innovadora en organización y uso del tiempo. El **Ajuntament de Barcelona** nos ha distingido por nuestro ...ver más





Xarxa NUST Unitat Tècnica · Tú

Per un nou temps de treball. A mida de cada empresa i de les ...
5 mesos · 🌐

La flexibilitat en l'organització del temps de treball és un elements clau per prevenir el burnout. "Les taxes d'esgotament sembla que disminueixen entre les persones amb accés al treball remot. Potser això es deu al fet que recuperen el control d'opcions importants, però massa sovint oblidades, com quan i on treballar, si desplaçar-se, què menjar, quan relaxar-se o fer la migdiada i com fer la seva feina". Hi esteu d'acord?



Council Post: Are You Enabling A Burnout Culture? 3 Tips For Leaders On Work-Life Balance

forbes.com · 5 min de lectura

👤 2



Recomendar



Comentar



Compartir



Enviar



384 impresiones

[Ver análisis](#)



Xarxa NUST Unitat Tècnica ha compartido esto



Eva Rimbau Gilabert (She/Her) · 1er

Profesora agregada de Dirección de Personas

7 mesos · 🌐

T'interessa el tema "Treball flexible i benestar: evidències científiques"? Donaré una conferència amb aquest títol en la Jornada de @xarxanust "El valor de canviar els temps de treball", el dimarts 21 de març de 9.30 a 11.30h a Barcelona. Inscripcions ja obertes.

[#treballflexible](#) [#benestar](#)

[Ver traducción](#)

"El valor de canviar el temps de treball"

ajuntament.barcelona.cat · 2 min de lectura

La Jornada "El valor de canviar els temps de treball" se celebrarà el dimarts 21 de ...

👤 15

1 vez compartido



Recomendar



Comentar



Compartir



Enviar

Sabeu com gestionar les demandes de les persones que volen teletreballar alguns dies o una temporada des d'un país estranger? Què cal tenir en compte -des del punt de vista legal- en els acords de teletreball? Com garantir el dret al descans de les persones?

Per parlar d'aquestes i altres qüestions el proper dimecres 31 de maig, de 9:30 a 10:45h la Xarxa d'Empreses NUST / Empreses per un nou temps de treball us convida a aquest workshop digital:

La implementació pràctica del teletreball a les empreses: marc normatiu

Comptarem amb l'expertesa de Juan Antonio Ramos Díaz, jurista i actualment Director operatiu de projectes de transformació organitzativa de Barcelona Activa.

Us podeu inscriure i accedir al Workshop mitjançant el següent enllaç:

📍 Enllaç: [us02web.zoom.us/meeting](https://us02web.zoom.us/join)

📅 Data: Dimecres 31 de maig, de 9:30 a 10:45 hores

La implementació del teletreball en les organitzacions: marc normatiu

Us convidem a participar en aquest Workshop: "La implementació del teletreball a les empreses: marc normatiu"

Comptarem amb l'expertesa de **Juan Antonio Ramos Díaz**, jurista i Director operatiu de projectes de transformació organitzativa de Barcelona Activa.



Xarxa NUST Unitat Tècnica • TÚ

Per un nou temps de treball. A mida de cada empresa i de les persones q...
6 mesos • 5

Demà dimarts 21 de març de 9:30h a 12h a l'auditori de Barcelona Activa es celebrarà la Jornada: "El valor de canviar el temps de treball" i l'entrega dels Premis "Barcelona a l'empresa innovadora en organització i usos del temps".

Inscriu-t'hi! 4

<https://loom.ly/IQXwj3E>

Us hi esperem!

Jornada: "El valor de canviar els temps de treball" • 2 pàgines



Les polítiques d'organització del temps a les empreses tenen un impacte clar en la salut física i mental i el benestar de les persones. En un moment en que avançar cap a formes i cultures de treball més saludables és una prioritat estratègica de la majoria d'empreses, volem aprofundir en aquesta relació.

Compartirem dades i evidències sobre els beneficis de disposar d'una major flexibilitat i control sobre el propi temps i obrirem un diàleg sobre les respostes amb les que empreses de diferent mida, sector i activitat estan donant resposta a reptes compartits:

- ✓ Com podem facilitar la compatibilitat entre les diferents dimensions de la vida, reduint els nivells d'estres i sobrecàrrega de les persones?
- ✓ Com garantir el descans en un entorn d'hiperconnexió i en una cultura que sobrevalora l'activitat constant?
- ✓ Com generar les relacions de respecte, confiança i suport que les persones i les organitzacions necessiten per créixer?

I finalment, com cada any, lliurarem el premi Barcelona a l'empresa innovadora en organització i usos del temps per reconèixer els esforços de les empreses que estan contribuint a impulsar canvis en el sentit desitjat.

Programa

impacte

Reforcem les capacitats d'influència i projecció

Actualització web

Usos del temps

Inici / Xarxa d'Empreses Nust / Activitats

Activitats

Què fem: La Xarxa impulsa i organitza un ampli ventall d'activitats com són:

- Accions de formació i intercanvi d'experiències: Programa de workshops i jornades tècniques.
- Col·laboració amb altres xarxes de treball global i local.
- Foment de la participació de les organitzacions adherides a la Xarxa en fòrums, jornades i altres esdeveniments per facilitar l'intercanvi de bones pràctiques i la seva difusió com a models de referència.
- Publicacions com la "[Guia d'orientació per uns horaris més productius i saludables](#)" o bé "[Com elaborar un pla que promogui una organització del temps a l'empresa més saludable, igualitària i eficient](#)"



Les empreses de la Xarxa NUST compromeses en construir cultures organitzatives que redueixin la solitud i promoguin un ambient de treball més saludable

17/11/2023



Desmuntant mites entorn de la transformació del temps de treball

18/10/2023

Propostes

- **Donar continuïtat a l'esforç de difusió entre la comunitat empresarial** dels beneficis d'una organització dels temps de treball, **aportant la pròpia experiència: Programa d'"ambaixadors"** de la Xarxa NUST
- **Reforçar el LinkedIn de la Xarxa: Incrementar el nombre de contactes i l'impacte.**
- **Establir relacions i explorar sinergies amb altres organitzacions i xarxes que comparteixen els mateixos propòsits**
- ...

Voleu compartir alguna altra proposta o subratllar-ne alguna?



programa
workshops
i altres marcs d'aprenentatge

Taula de diàleg: El valor de canviar els temps de treball 21 de març de 2023

- Laura Font Sentís, Directora de **Lymbus**
- Evaristo Guitérrez, CEO d'**INGECAL, S.L**
- Anna Novoa, Coordinadora de l'Àrea de Relacions Laborals de l'**Hospital Clínic**;
- Marta Rodríguez Martin, Directora d'Organització, persones i cultura de **Mercabarna**
- Núria Sau, Directora de Projectes d'**Andròmines**.



La implementació del teletreball a les empreses:

Marc legal del treball a distància

31 de maig de 2023

Amb Joan Antonio Ramos,
Director Operatiu de Projectes de
Transformació Organitzativa de
Barcelona Activa



workshops

i altres marcs d'aprenentatge

Propostes 2024

Proposta d'eixos

1

Més enllà de les polítiques de temps:
Una nova forma de treballar

(Organitzacions que motiven canvis)

2

Els beneficis de la nova organització del temps de treball

(els "per què")

3

Bones pràctiques en sectors d'activitat amb especials reptes en l'organització del temps

Eix 1

Organitzacions que motiven canvis

Més enllà de les polítiques de temps.
Una nova forma de treballar

Proposta:

Hem de consolidar la Xarxa com a marc d'intercanvi i aprenentatge en els temes claus i innovadors.

- **Universitat Oberta de Catalunya UOC.**
- **Altres: Empreses premiades en les edicions recents?**
- ..

Eix 2:

Els beneficis que aporten aquests canvis (el "perquè")

Cal donar a conèixer i sensibilitzar sobre l'impacte positiu que els canvis en l'organització social del temps de l'empresa tenen en diferents dimensions de l'empresa i la vida col·lectiva.

Explorar sinergies, crear vincles amb altres organitzacions i xarxes de diferent naturalesa i abast territorial, comparteixen el mateix propòsit

Proposta de temes:

- **Flexibilitat i autonomia: El suport que les famílies cuidadores necessiten** (En col·laboració amb la Xarxa pel Suport a les Famílies Cuidadores).
- **Temps de treball i mobilitat sostenible:** (En col·laboració amb el Pacte per la Mobilitat.).
- **Flexibilitat laboral i salut mental: Reptes i oportunitats de les noves formes de treball** (en col·laboració amb el Consell de Salut laboral)
- **L'atracció i retenció de talent: El motor real del canvi.**

Eix 3:

Bones pràctiques en sectors d'activitat amb especials reptes per la organització del temps

El que és fonamental de les polítiques de temps, no és la possibilitat de fer "treball a distància". És la voluntat de trobar i acordar solucions adequades, "a mida", a les necessitats de la persona i de l'organització.

Per això és important que aquestes mesures arribin a tots els sectors d'activitat i per a totes les ocupacions.

Proposta:

- **El temps de treball en el sector de la restauració: Reptes i experiències d'èxit**
- **Temps de treball en el petit comerç: Reptes i experiències d'èxit**
- ...

Eix temàtic	Més enllà de les polítiques de temps: Una nova forma de treball (Organitzacions que motiven canvis)	Els beneficis de la nova organització del temps de treball (Els "perquè")	Bones pràctiques en sectors d'activitat amb especials reptes en l'organització del temps
Format	Workshop	Seminari / Taula rodona	Seminari / Taula Rodona
Públic	Empreses NUST	Empreses NUST + Altres empreses	Empreses NUST + Altres empreses
Organitza	NUST (amb la col·laboració de l'empresa que presenta l'experiència)	NUST + amb altres organitzacions implicades en temes que necessiten una nova organització del temps de treball	NUST + organitzacions empresarials dels sectors d'activitat implicats

Què us sembla la proposta d'eixos?

1. Organitzacions que motiven canvis
2. Els beneficis dels canvis
3. Bones pràctiques en sectors d'activitat amb especials reptes per l'organització dels temps

En relació a cada un dels eixos...

Quin altres temes o experiències podrien ser interessants ?

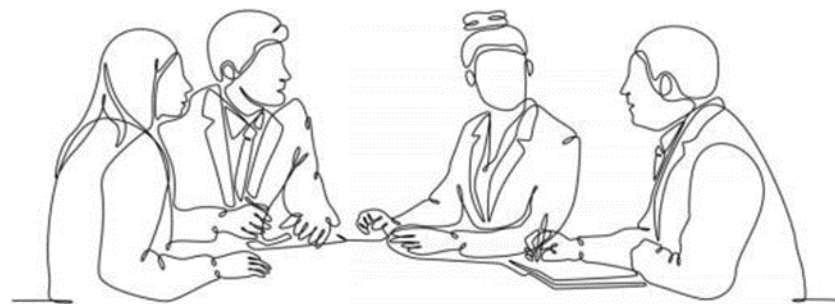
XNUST

Xarxa d'Empreses
per un nou temps
de treball
BARCELONA

Programa

mentoria

Propostes 2024



- Actualment hi ha 2 programes que comparteixen el mateix propòsit: acompanyar i impulsar canvis en l'organització del temps.
 - Servei d'acompanyament (professional): el nombre d'assessoraments en matèria d'organització del temps durant el 2023 han estat de 6 (aprox. El 20% de les demandes d'assessorament rebudes).
 - Programa de mentoria XNUST (peer to peer).

Proposta:

- Integrar i complementar les dues dimensions (Servei professional / suport entre iguals) en un únic programa que doni una millor resposta a les necessitats de les organitzacions.
- Enquesta de valoració a les organitzacions que han utilitzat el Servei d'assessorament a les organitzacions per a millorar-lo i oferir el nou servei.



Grup Motor Xarxa

14 de desembre

Ordre del dia

- 1. Benvinguda**
- 2. 10 consells per les organitzacions: enquesta interactiva**
- 3. Pla de treball: Seguiment dels programes**
 - Programa Impacte: Àmbits d'influència, relacions de col·laboració i presència a les xarxes
 - Programa Workshops i altres marcs d'aprenentatge
 - Programa Mentoria: suport als processos de canvi a les empreses
- 4. Altres informacions**
- 5. Intervencions i properes passes**